Guía de Semana Santa para familias

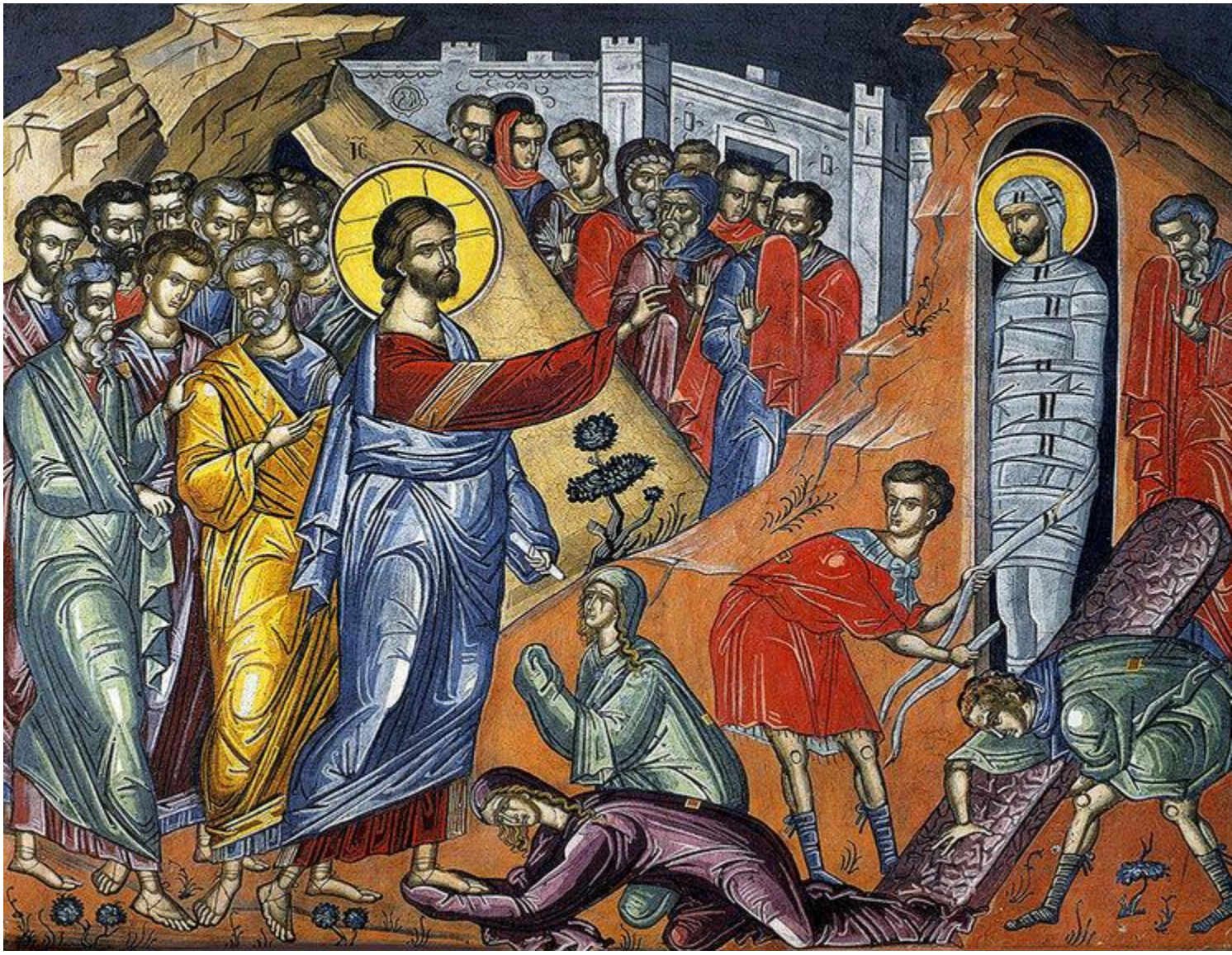
16 DE ABRIL DE 2021 EN LA ORTODOXIA , CUARESMA , FIESTA , MATERNIDAD

Guía de Semana Santa

Como cristianos ortodoxos, pasamos alrededor de 40 horas en la iglesia durante la Semana Santa, sumergiéndonos en todas las hermosas vistas, olores y sonidos. La Semana Santa es un momento en el que tenemos la oportunidad de centrarnos por completo en el ritmo de la Iglesia. ¡Es mi semana favorita absoluta del año! En esta guía encontrará muchos recursos e información para cada día de la Semana Santa para ayudar a guiar a su familia a través de la Pasión de nuestro Señor. También he incluido sugerencias para cada día de la semana para ayudarte a prepararte para Pascha. Si tiene la oportunidad, le sugiero que se siente y haga un plan sobre cómo pasará cada día de la semana, incluidos los servicios a los que asistirá su familia, qué comidas preparará/comerá y haga una lista de todos los cosas que necesitas comprar/coleccionar. Habiendo dicho eso, un poco de planificación ayuda mucho a hacer de esta semana una semana espiritualmente rica para usted y su familia. ¡Buena fuerza para la semana que viene, queridos amigos!

Recursos de planificación:

- **Planificador de comidas gratuito** gracias a Parousia Press - ¡Haga clic **AQUÍ** para descargar el suyo! ¡Esta es una gran herramienta para planificar su semana, incluida una página completa dedicada a una lista de compras!
- **Recursos de ayuno** : Parousia Press creó una **guía de recursos de ayuno** con **libros de cocina** y **blogueros** recomendados : consulte su publicación **AQUÍ**



sábado de lázaro

Celebrado el sábado anterior al Domingo de Ramos - El Sábado de Lázaro es el día que da comienzo a la Semana Santa. Conmemora la resurrección del amigo de nuestro Señor, Lázaro, quien había estado en la tumba cuatro días. Este acto confirmó la resurrección universal de entre los muertos que todos nosotros experimentaremos en la segunda venida de nuestro Señor. Este milagro llevó a muchos a la fe, pero también llevó a la decisión del sumo sacerdote y de los fariseos de matar a Jesús (Juan 11:47-57).

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía

Tradiciones en Grecia:Varias costumbres tienen lugar en toda Grecia para conmemorar este día. La costumbre más difundida para Lázaro del sábado son los "villancicos de Lázaro" que reivindicaban la gozosa fiesta. Los villancicos eran exclusivamente casi femeninos y los cantaban niñas de diferentes edades, incluso niñas casadas llamadas “Lazarinas”. La víspera de la fiesta, las lazarinas (muchachas) salían a los campos fuera de los pueblos a recoger flores que servirían para adornar su cesta. Las canastas fueron decoradas con las flores que recogieron y hermosos listones de colores. Al día siguiente, vestidas con los trajes típicos de la zona o con un traje especial, las niñas cargadas de cestas llenas de Lazarakia y flores recorrieron los barrios y cantaron villancicos de Lázaro y ofrecieron galletas. A cambio de este regalo, les dieron huevos, dinero, frutas o cualquier otra cosa que tuvieran.

Tradiciones en América: Después de la Divina Liturgia, muchas iglesias tendrán un día familiar con juegos en el césped, actividades divertidas para los niños y, por supuesto, ¡comida! ¡Este día a menudo se reserva para derramar en los niños de la comunidad!

Imagen: Iluminación Aprendizaje

Ideas de actividades:

Crescent Roll Lazarakia de Draw Near Designs

- **Hacer Lazarakia (bollos de Lázaro) :** en la foto, estos bollos dulces son súper divertidos para los niños y realmente ayudan a recordar la historia de Lazarus resucitando de entre los muertos. Preparados tradicionalmente, son "Cuaresmales", lo que significa que no hay huevos, mantequilla o leche en la receta. Los Lazarakia generalmente están decorados con clavos para los ojos y tienen la forma de los brazos cruzados sobre el pecho para parecerse al sudario funerario que envuelve a los muertos para el entierro. El pan de levadura se endulza con azúcar. Puedes encontrar una receta AQUÍ . También puede ver un video de YouTube de 5 minutos sobre cómo hacerlos AQUÍ .
    - ***Crescent Rolls Lazarakia*** : si necesitas una versión rápida de estos bollos de Lazarus, ¡intenta hacerlos con Crescent Rolls! Coloque la hoja de rollos de media luna y corte 3/4 del rollo en cuadrados, y corte 1/4 de esa porción en tiras pequeñas para los brazos. Opcional: espolvorea canela y azúcar por dentro antes de enrollarlos, y usa pepitas de chocolate para los ojos
- **Hornee galletas de resurrección :** Sylvia de la mamá ortodoxa comparte esta elegante tradición que no solo es divertida sino que también ayuda a contar la historia de Pascha. Cada

ingrediente tiene un versículo bíblico correspondiente a la historia de la Crucifixión y la Resurrección. La receta se puede encontrar AQUÍ .

- **Plan de lección y marionetas de papel de ortodoxos Pebbles :**¡todo lo que necesita para compartir la historia de la resurrección de Lázaro de entre los muertos se encuentra en este paquete imprimible gratuito! En esta lección encontrarás una hoja de trabajo de iconos, una manualidad de cortar y pegar, hojas de trabajo para ayudar con los detalles de la historia, simbolismo y actividades que puedes encontrar a través de este enlace AQUÍ .

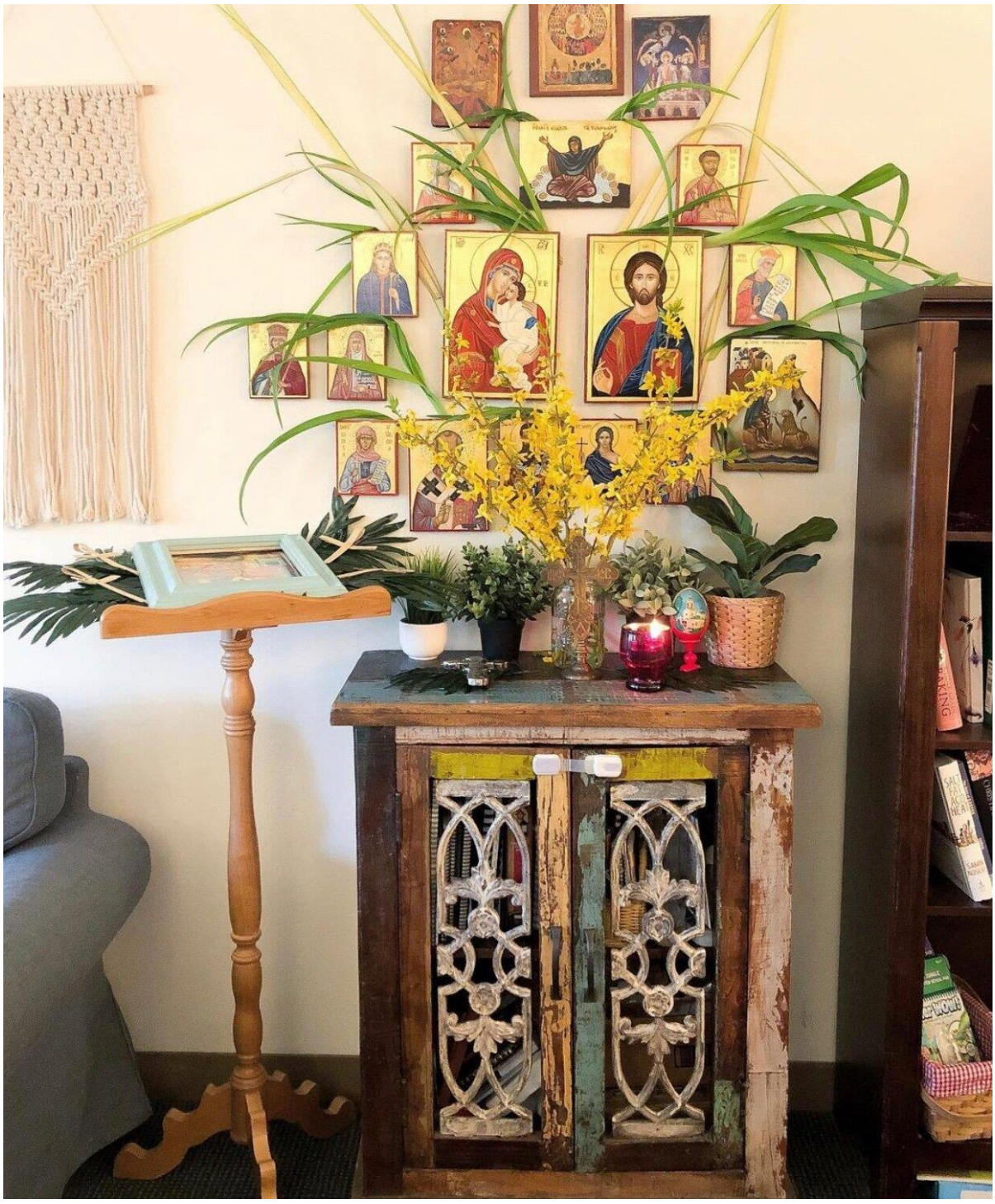
  *Si disfruta de estos materiales, considere hacer una donación en apoyo de las madres ortodoxas que trabajan arduamente detrás de estos increíbles materiales o conviértase en un Patreon

- **Kit de manualidades de Semana Santa** de Ortodoxo Pebbles: el kit contiene hermosas plantillas impresas y materiales de manualidades para cada día de la Semana Santa, desde el sábado de Lázaro hasta el domingo de Pascua. Todo está empaquetado y etiquetado por día para que sea lo más fácil posible de usar. Puedes comprar este kit a través de Draw Near Designs AQUÍ .

Lazarus DIY Crafts gracias a Orthodox Pebbles - enlace https://orthodoxpebbles.com/special-themes/holy-week-projects/

Recomendaciones de libros:

- **San Lázaro - Amigo de Cristo** por Potamitis Publishing
- ¡Para las historias bíblicas, preferimos leerlas directamente de la fuente! Dos de nuestras Biblias infantiles favoritas son **The Children's Reader Bible** (esta historia está en la página 227) y **The Picture Bible** (página 626), que está ilustrada de manera muy similar a un cómic.



Fuente: Vida ascética de la maternidad IG

Domingo de Ramos (mañana)

Domingo de Ramos - es la celebración de la entrada triunfal de Cristo en Jerusalén en los días previos a la Pascua judía. Después de haber ayunado y orado durante cuarenta días, Jesús estaba listo para entrar en Jerusalén. En este día estamos felices de celebrar. Hemos ayunado y orado durante el período de Cuaresma. Sin embargo, al mismo tiempo, estamos llenos de tristeza porque sabemos el sufrimiento que Jesús tendrá que atravesar en los días venideros.

Profecía cumplida - Zacarías profetizó la entrada del Mesías en Jerusalén, diciendo: *"Alégrate mucho ... hija de Jerusalén; he aquí el Rey viene a ti, justo y salvador, humilde y montado en un asno, y sobre un pollino, hijo de asna".* (Zacarías 9:9) Nuestro Señor entra en Jerusalén y es proclamado rey - pero en un sentido terrenal, como mucha gente de su tiempo buscaba un Mesías político. Nuestro Señor es Rey, por supuesto, pero de un tipo diferente: el Rey eterno profetizado por Zacarías el Profeta. El Domingo de Ramos es una referencia a la historia en Mateo 12, justo después de que Jesús resucitó a Lázaro de entre los muertos, y días antes de la fiesta de la Pascua:

"Al día siguiente una gran multitud que había venido a la fiesta, cuando oyeron que Jesús venía a Jerusalén, tomaron ramas de palmeras y salieron a su encuentro, y gritaban: "¡Hosanna! '¡Bendito el que viene en el nombre del Señor!' ¡El Rey de Israel!"

Hoy en día, en las iglesias, **las ramas de palma** (y en algunos lugares ramas de sauce) se distribuyen a los fieles y procesionan alrededor de la iglesia. Usamos palmas en este día para mostrar que nosotros también aceptamos a Jesús como el verdadero Rey y Mesías, y que estamos dispuestos a seguir a Cristo hasta la cruz. Los sacerdotes suelen llevar vestiduras verdes para recordar las palmas que la gente agitaba para honrar la entrada de Jesús en Jerusalén. Las palmas se bendicen en la iglesia y se distribuyen.

Fuente AQUÍ

Entonces, ¿por qué ramas de sauce? Esta tradición comenzó por primera vez en ruso. En general, se cree que, dado que las palmeras no crecen en Rusia, usan sauces, que son el primer árbol que comienza a florecer en primavera en Rusia. En el Antiguo Testamento, Dios le dice a la gente que traiga sus “primicias” al Templo como una señal de que todo lo que tenemos viene de Dios. El sauce es una de las plantas cuyos botones florales se abren completamente a principios de la primavera, por lo que los fieles traen estas ramas como su ofrenda de "primicias" el Domingo de Ramos.

Ideas de actividades:

- **¡Haz cruces con las ramas de palma** que recibas en la Divina Liturgia ese domingo! Puede ver un video de YouTube sobre cómo hacerlo AQUÍ o ver este tutorial imprimibleAQUÍ
- **¡Considere adornar su rincón de oración** con verduras frescas, flores y exhibir un ícono de la fiesta!
- **Canten juntos esta oración mientras agitan sus ramas de palma: "** Santo, Santo, Santo, Señor Sabaoth, el cielo y la tierra están llenos de tu gloria, Hosanna en las alturas. Bendito el que viene en el nombre del Señor. Hosanna a Dios en las alturas." - Divina Liturgia
- **Kit de manualidades de Semana Santa** de Ortodoxo Pebbles: el kit contiene hermosas plantillas impresas y materiales de manualidades para cada día de la Semana Santa, desde el sábado de Lázaro hasta el domingo de Pascua. Todo está empaquetado y etiquetado por día para que sea lo más fácil posible de usar. *Incluye 2 manualidades para el Domingo de Ramos, incluida la rama de palma anterior, y una manualidad adicional para la lección del domingo por la noche sobre la higuera. Puedes comprar este kit a través de Draw Near Designs AQUÍ .
- **Manualidades imprimibles GRATIS para el Domingo de Ramos por ortodoxos Pebbles :** si no tiene un kit de Semana Santa, ¡no se preocupe! Los guijarros ortodoxos crearon instrucciones en dos proyectos, uno para la mañana y otro para la noche del Domingo de Ramos, incluida la rama de palma y la higuera. Compruébalo **AQUÍ** .
- **Colorea el Icono de la Fiesta** - Puedes encontrar una página imprimible para colorear de iconos del sitio web de OCA AQUÍ

Fuente: Illuminare.photography IG

Recomendaciones de libros:

- **Heaven Meets Earth: Celebrando Pascha y las Doce Grandes Fiestas** por Ancient Faith Publishing
- **Las grandes fiestas** de Exaltation Press (página 20)

- ¡Para las historias bíblicas, preferimos leerlas directamente de la fuente! Dos de nuestras Biblias infantiles favoritas son **The Children's Reader Bible** (esta historia está en la página 227) y **The Picture Bible** (página 626), que está ilustrada de manera muy similar a un cómic.

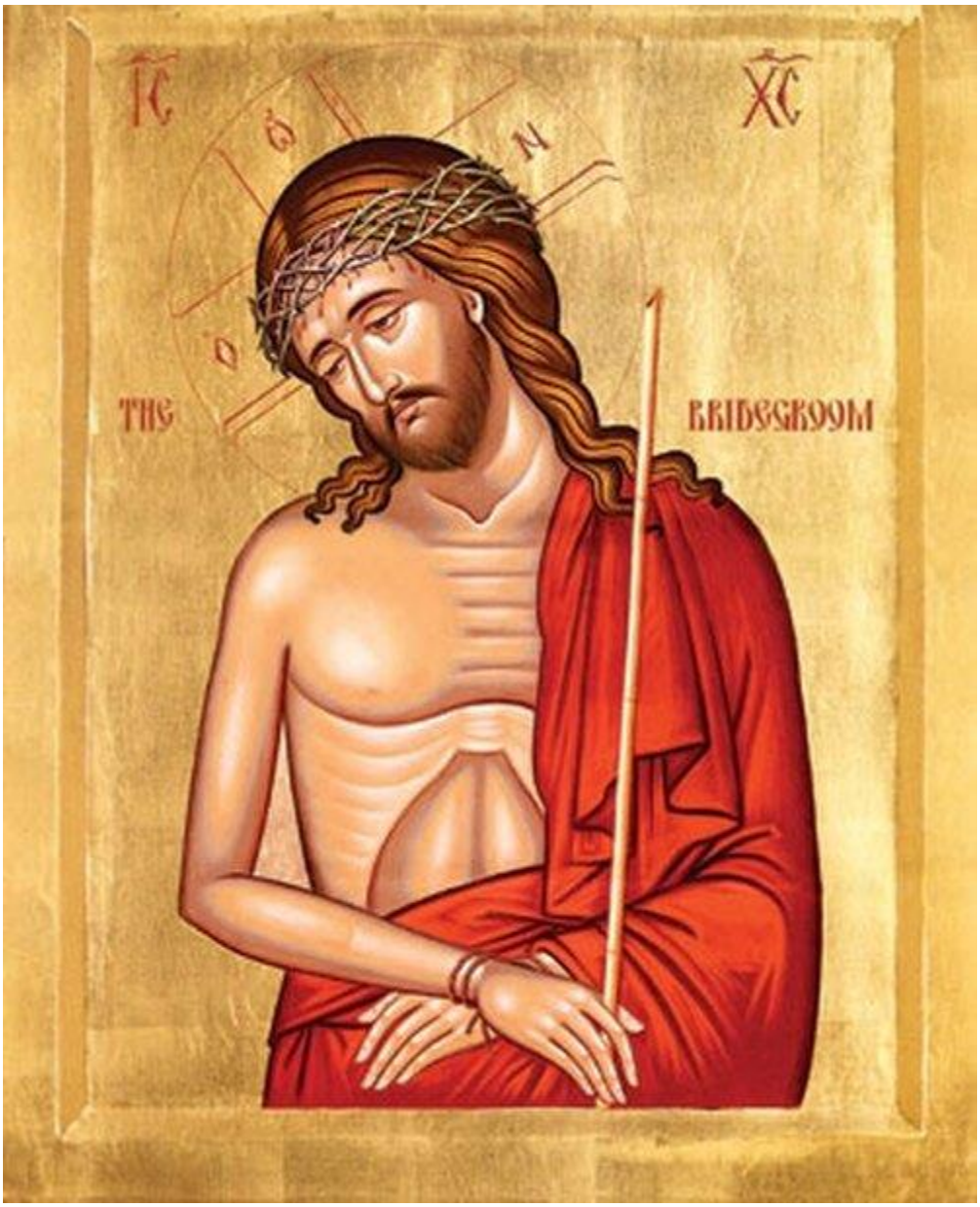
Domingo de Ramos (tarde) - Maitines del Esposo

Cantado en Anticipación - Lo primero que debe decirse sobre estos servicios, y la mayoría de los otros servicios de la Semana Santa, es que son "cantados" en anticipación. Cada servicio se rota hacia adelante doce horas. El servicio de la tarde, por lo tanto, es en realidad el servicio de la mañana siguiente, mientras que los servicios de la mañana del Jueves Santo y el Sábado Santo son en realidad los servicios de la tarde siguiente.

En esta noche, comenzamos con el Himno del Esposo: "He aquí que el Esposo viene en medio de la noche... Ten cuidado, pues, oh alma mía, de que no te dejes llevar por el sueño... y de que no te encierres". fuera del Reino..." Esta es una referencia a la parábola que Jesús enseñó en Mateo 25, la parábola de las diez vírgenes: en las palabras de Jesús "Velad, pues, porque no sabéis el día ni la hora". ¡Esta parábola es nuestro recordatorio aleccionador al comienzo de la Semana Santa para permanecer alerta! Durante el servicio, el sacerdote lleva en procesión el icono de Cristo Esposo y cantamos el "Himno del Esposo". Contemplamos a Cristo como el Esposo de la Iglesia, que lleva las marcas de Su sufrimiento, pero que prepara una Fiesta de bodas para nosotros en el Reino de Dios. El Lunes Santo (nuevamente, cantado en anticipación el Domingo por la Noche), se conmemora al Beato José (Antiguo Testamento), el hijo de Jacob. A menudo se ve a José como un tipo de Cristo. José fue traicionado por sus hermanos, arrojado a un pozo y vendido como esclavo por ellos. De la misma manera, nuestro Señor fue rechazado, traicionado por los suyos y vendido a la esclavitud de la muerte. La lectura del Evangelio del día es sobre la higuera estéril (Mateo 21), que Cristo maldijo y secó porque no dio fruto. La higuera es una parábola de los que han oído la palabra de Dios, pero no dan el fruto de la obediencia. Originalmente, el marchitamiento de la higuera fue un testimonio en contra de aquellos judíos que rechazaron la palabra de Dios y Su Mesías. Sin embargo, también es una advertencia para todas las personas, en todos los tiempos, de la importancia de no solo escuchar la palabra de Dios,

"He aquí que el Esposo viene en medio de la noche..."

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía



Fuente: **Suministro de montaña sin cortar**

Ideas de actividades:

- **¡Asista al Servicio Juntos como una familia!** Dos servicios en un día es probablemente MUCHO para cualquier familia, pero ¡qué mejor manera de comenzar la Semana Santa que dedicando toda la semana a su beneficio espiritual y el de su familia! Consulte con su parroquia para ver cuándo se ofrecen los servicios.
- **Muestre un icono de Cristo como novio en su altar:** si no tiene uno, puede encontrar uno a la venta AQUÍ a través de Uncut Mountain Supply.
- **Cree su propia higuera marchita** : con materiales simples como una bolsa de papel, pegue hojas (ya sea cortadas o impresas y coloreadas) a las "ramas". Uno de los temas de esta noche

es el milagro al que se hace referencia en Mateo 21 de la higuera que se secó, un milagro simbólico de aquellos que reclaman una identidad religiosa, pero que en realidad tienen vidas vacías que no dan frutos espirituales. Usamos nuestro **Kit de Semana Santa de Ortodoxo Pebbles** que está disponible para su compra a través de Draw Near Designs . El kit contiene hermosas plantillas impresas y materiales de manualidades para cada día de la Semana Santa, desde el Sábado de Lázaro hasta el Domingo de Pascua (un total de 10 manualidades).

- **Manualidades imprimibles GRATIS para el Domingo de Ramos por ortodoxos Pebbles :** si no tiene un kit de Semana Santa, ¡no se preocupe! Los guijarros ortodoxos crearon instrucciones en dos proyectos, uno para la mañana y otro para la noche del Domingo de Ramos, incluida la rama de palma y la higuera. Compruébalo **AQUÍ** .

Lunes Santo

Cantado en anticipación : como ocurre con la mayoría de los servicios de esta semana, el servicio del Lunes Santo por la noche se canta en anticipación para la mañana siguiente, lo que significa que son las lecturas y la lección del evangelio del Martes Santo. Cada servicio se rota hacia adelante doce horas.

La Parábola de las Diez Vírgenes se lee hoy en Mateo 25:1-13. Cuenta la historia de las cinco vírgenes que llenaron sus lámparas en preparación para recibir al novio, mientras que las otras cinco dejaron que sus lámparas se apagaran y, por lo tanto, quedaron excluidas de la fiesta de bodas. Esta parábola es una advertencia de que siempre debemos estar preparados para recibir a nuestro Señor cuando regrese. El tema del día es reforzado por el himno expostelarion que cantamos: "Veo tu cámara nupcial adornada, oh mi Salvador, pero no tengo vestido de bodas para poder entrar. Oh Dador de la Luz, ilumina la vestidura de mi alma, y salva a mí." Es una canción muy conmovedora y poderosa. Puedes escucharlo en Youtube en un video de 1 minuto AQUÍ .

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía

Fuente: Guijarros ortodoxos

Actividades:

- **¡Ordena tu casa!** ¡Hoy, dedique un poco de tiempo a ordenar su hogar para la ajetreada semana que se avecina! Dedique más tiempo ahora a la limpieza para que pueda centrar su atención en otras cosas durante el resto de la semana.

- **Haz tu propia lámpara de aceite:** como las vírgenes sabias de la historia, prepara una lámpara de aceite para ayudar a tus hijos a conectarse con la historia y divertirse mientras lo hacen.
    - ***Lámpara de aceite de mitad de fruta cítrica*** - (en la foto de arriba de los guijarros ortodoxos) Corte una fruta cítrica en la mano. Sacra la fruta con la ayuda de una cuchara o un cuchillo, dejando intacto el "tallo" blanco del centro; actuará como la mecha. ¡Llénalo con aceite de oliva (o cualquier aceite vegetal) y enciéndelo!
    - **Si tienes el kit de Semana Santa** de los guijarros ortodoxos , ¡asegúrate de hacer tu lámpara de aceite! El kit contiene una hermosa plantilla impresa para crear una lámpara de aceite "apta para niños". Puede encontrar el kit de plantillas de bricolaje (solo) disponible a través de Draw Near Designs
    - **Arte de lámpara de aceite de papel imprimible GRATIS por ortodoxo Pebbles :** si no tiene un kit de Semana Santa, no se preocupe, ¡lo tenemos cubierto! Los guijarros ortodoxos crearon plantillas de lámparas de papel (similares a la que se muestra arriba) para la parábola de las 10 vírgenes, que generalmente se lee en este día. Compruébalo AQUÍ .
- Si aún no lo ha hecho, **muestre un Icono de Cristo como Novio en su altar o rincón de oración familiar.** Si no tiene uno, puede encontrar uno a la venta AQUÍ a través de Uncut Mountain Supply.
- **Aprenda los himnos para el novio** - Hay algo supermaravilloso en escuchar los himnos familiares cantados durante los servicios de Semana Santa; ¡Es como un bálsamo para el alma! ¡Ayude a sus hijos a aprender uno de los himnos escuchándolo varias veces hoy para que puedan reconocerlo cuando lo escuchen en el servicio de la noche! ¡Pregúntele a su director de coro si tienen una grabación particular para su parroquia! ¡Lo más probable es que lo hagan!
    - Puedes escuchar " ***I See Thy Bridal Chamber"*** en Youtube en un video de 1 minuto AQUÍ
    - Puedes escuchar ***"Aleluya Antífona"*** en Youtube en un video de 3 minutos AQUÍ

Martes Santo

Cantado en anticipación : como ocurre con la mayoría de los servicios de esta semana, el servicio del Martes Santo por la noche se canta en anticipación para la mañana siguiente, lo que significa

que son las lecturas y la lección del evangelio del Miércoles Santo. Cada servicio se rota hacia adelante doce horas.

El tema del Miércoles Santo es el arrepentimiento y el perdón. Recordamos a la mujer pecadora que ungió a nuestro Señor antes de Su muerte en Lucas 7:36-50. Su arrepentimiento y amor a Cristo es el tema del maravilloso "Himno de Kassiane" que se canta en esta noche, recordándonos una vez más, antes de que "sea demasiado tarde", que también nosotros podemos ser perdonados si nos arrepentimos.

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía

Imagen: instrucciones de ortodoxos Pebbles sobre cómo hacer tu propio perfume (Instrucciones AQUÍ)

Actividades:

- **Haga su propio perfume** (*instrucciones gracias a los guijarros ortodoxos*): mientras habla sobre la mujer que ungió a Cristo con mirra en la casa de Simón en Betania, usted también puede crear su propio "perfume" de olor dulce, utilizando frutas y especias que probablemente ya tenga. en tu casa.
    - ***Instrucciones:*** Recoja trozos de mandarina picados, vainas de cardamomo, semillas de cilantro, clavo de olor, semillas de anís y extracto de vainilla, pero cualquier combinación de flores, especias y cítricos debería funcionar. Encuentra un frasco pequeño (usamos un frasco de especias vacío). Coloque una pequeña cantidad de cada ingrediente en un frasco pequeño. Machaca todo con el dorso de una cuchara de madera, luego llena un frasco pequeño con agua tibia del grifo. Deje que la mezcla se infunda durante unos 10 minutos, luego cuélela en otro recipiente. ¡Y viola! ¡Has creado tu propio perfume de olor dulce! Puede encontrar instrucciones paso a paso AQUÍ .
    - **Si tiene el kit de Semana Santa** de los guijarros ortodoxos , asegúrese de hacer su perfume utilizando las plantillas y las instrucciones proporcionadas en el kit. Puede encontrar el kit de plantillas de bricolaje (solo) disponible a través de Draw Near Designs . Puedes ver un ejemplo de nuestro perfume creado con este kit en las fotos a continuación.
- **Aprenda los himnos para el novio** - Hay algo supermaravilloso en escuchar los himnos familiares cantados durante los servicios de Semana Santa; ¡Es como un bálsamo para el alma! ¡Ayude a sus hijos a aprender uno de los himnos escuchándolo varias veces hoy para que puedan reconocerlo cuando lo escuchen en el servicio de la noche! ¡Pregúntele a su director de coro si tienen una grabación particular para su parroquia! ¡Lo más probable es que lo hagan!
    - Puedes escuchar ***"I See Thy Bridal Chamber"*** en Youtube en un video de 1 minuto AQUÍ
    - Puedes escuchar ***"Aleluya Antífona"*** en Youtube en un video de 3 minutos AQUÍ
    - Puedes escuchar ***"El Himno de Kassiani"*** en Youtube en un video de 8 minutos AQUÍ

- **Plan de lección y marionetas de papel de Ortodoxo Pebbles :**en esta lección encontrará actividades para ayudar a sus hijos a comprender el arrepentimiento y la tentación con actividades interactivas que puede encontrar a través de este enlace AQUÍ .

miércoles santo

Santa Unción: El Misterio o Sacramento de la Santa Unción se celebra a menudo en la noche del Miércoles Santo. Este servicio se puede celebrar en cualquier época del año, especialmente cuando uno está enfermo. Sin embargo, debido a nuestra necesidad de perdón y sanación espiritual, este servicio se ofrece durante la Semana Santa para la remisión de nuestros pecados. La Santa Unción es uno de los siete Sacramentos de la Iglesia, y se ha practicado desde la Iglesia primitiva, como se registra en Santiago 5:14-15, "¿Está alguno enfermo entre vosotros? Que llamen a los ancianos de la iglesia para que oren por ellos y los unjan con aceite en el nombre del Señor. Y la oración ofrecida con fe sanará al enfermo; el Señor los levantará. Si han pecado, serán perdonados". Al final del servicio, el sacerdote unge al pueblo con el Óleo Santo, el portador visible de la Gracia de Dios.

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía

Actividades:

- **¡Concéntrese en los preparativos para Pascha!**
    - *Elija los trajes Pascha de su familia y reserve*
    - *Haga un plan/lista para su canasta de Pascha y recoja lo que necesita y reserve*
    - *¡Prepara tus Velas Pascha (si traes las tuyas)! Muchas iglesias proporcionarán velas para la procesión a la luz de las velas en Pascha, pero si prefiere traer las suyas, aquí hay algunas ideas:*
        - **Decora tu propio kit de velas Pascha** de Draw Near Designs AQUÍ
        - **Vela de resurrección hecha a mano con cera de abeja grande de 18"** (en la foto a continuación) de Lucia y Etheldreda AQUÍ . También venden una vela LED para niños pequeños AQUÍ .
        - **Para niños: Vela Pascha eléctrica parpadeante** de St Marina Place AQUÍ
        - Australia - **Lambathes (Pascha Candles)** de Evlogia Gifts AQUÍ
- **Artesanía con monedas de plata de Judas** : enseñe a sus hijos sobre la traición de Cristo en esta sencilla manualidad de Ortodoxo Pebbles AQUÍ .

Artesanía de monedas de plata de Judas por guijarros ortodoxos (instrucciones AQUÍ)

Recomendación de libros:

- **Una guía para niños sobre la confesión** de Ancient Faith Publishing: ¡esta serie de libros es una maravillosa adición a la biblioteca de cualquier niño! Es particularmente útil preparar o

enseñar a los niños sobre el arrepentimiento y el Sacramento de la Confesión. El tema de hoy tiene que ver con la curación y el perdón de los pecados, y la confesión van de la mano.

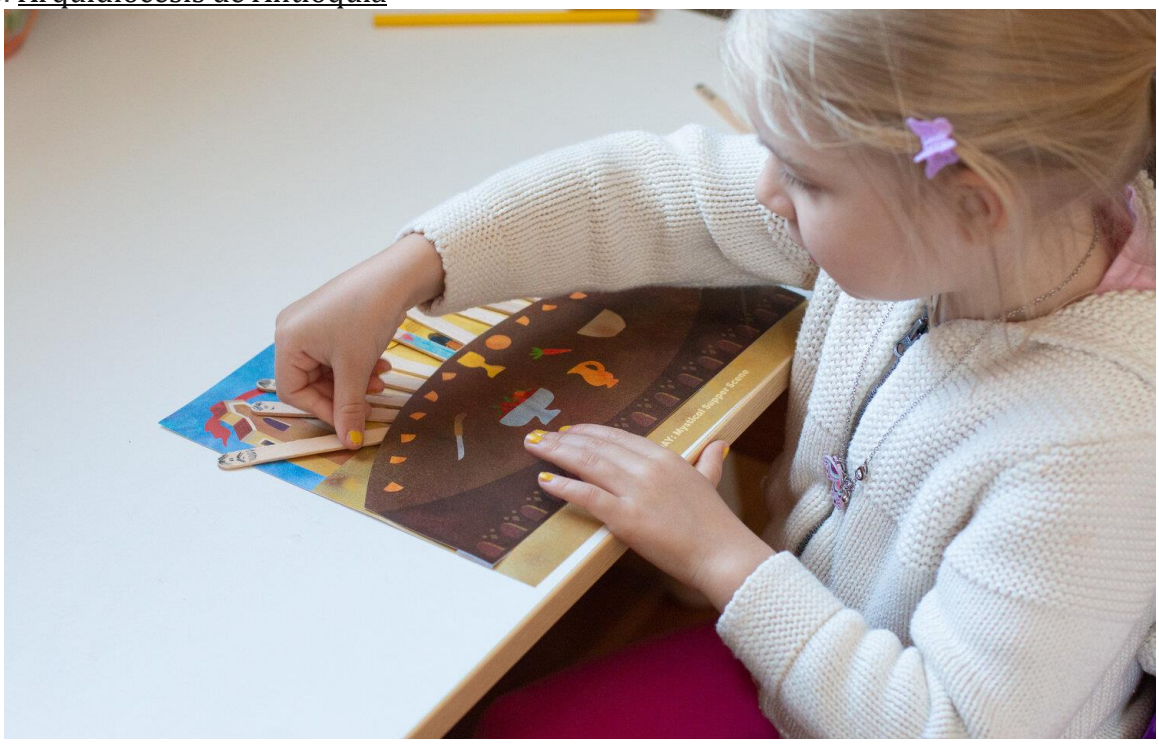
Jueves Santo

Jueves Grande y Santo : El Jueves Santo nos dirigimos a los últimos acontecimientos de nuestro Señor y Su Pasión. El jueves por la mañana comienza con una Divina Liturgia Vesperal en conmemoración de la Cena Mística. Como se mencionó anteriormente, este es en realidad el servicio vespertino del Jueves Santo que se celebra en la mañana en anticipación. Todo el que pueda, debe hacer un esfuerzo para recibir la Sagrada Comunión en este servicio como fue en la Cena Mística que nuestro Señor instituyó la Sagrada Eucaristía.

Dato curioso: en esta liturgia se consagra un segundo cordero (obsequio preparado) y se guarda en el tabernáculo (en el altar de la iglesia). Es de este segundo cordero que la Sagrada Comunión se distribuye a los recluidos y los enfermos durante el próximo año.

El jueves por la noche comienza en realidad los servicios del Viernes Santo y Grande. El servicio de los Doce Evangelios de la Pasión conmemora el tiempo solemne de la Crucifixión de nuestro Señor. Después de la lectura del quinto Evangelio, la Santa Cruz se lleva en procesión alrededor de la iglesia y el cuerpo de Cristo se clava en la cruz en el centro de la iglesia.

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía



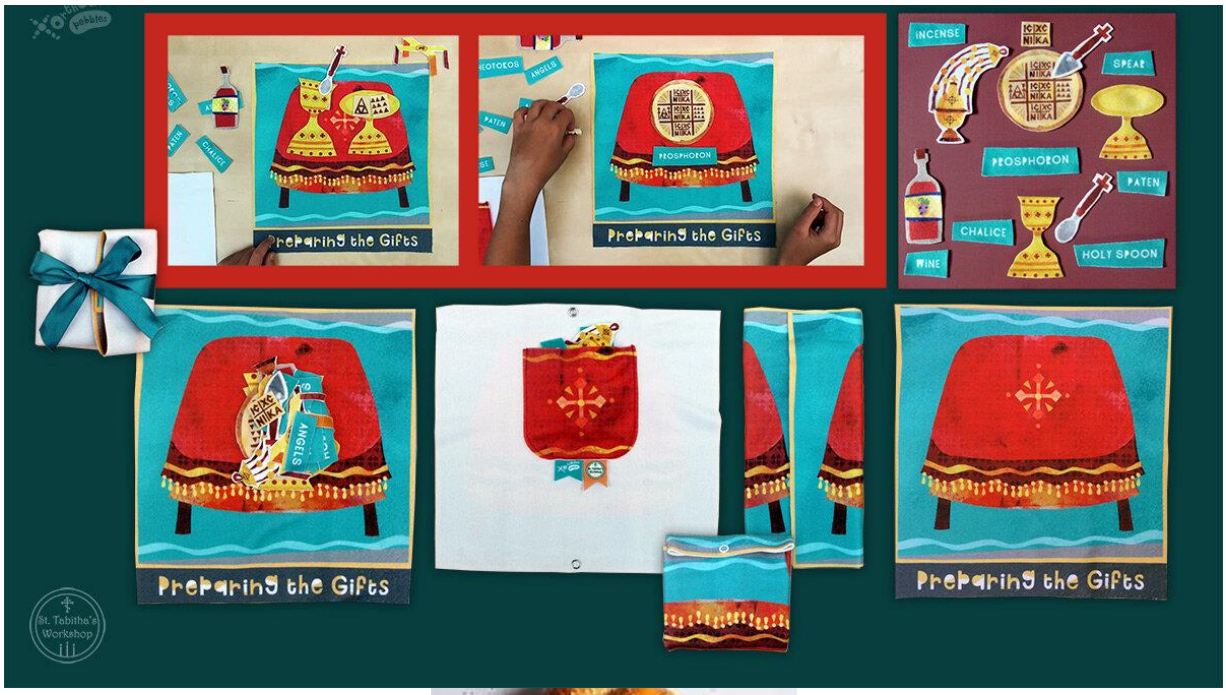
Actividades (Preparación de alimentos Pascha):

Imagen: Fuente AQUÍ

- **Teñir los Huevos de Rojo** - En la tradición griega, el Jueves Santo es el día designado para teñir los huevos de rojo. El color rojo simboliza la sangre de Cristo, y dado que el servicio vespertino del Jueves Santo (que se realiza antes del viernes) es el día en que Jesús es clavado en la cruz, muchos optan por teñir sus huevos en este día. Muchas iglesias proporcionan huevos rojos para los fieles, que luego se distribuyen después de la liturgia pascual, pero si desea intentar hacerlos usted mismo, hay algunas maneras de hacerlo:
    - **Método de la piel de cebolla** : si buscas una forma natural de teñir los huevos, ¡prueba el método de la piel de cebolla! Necesitará la piel parecida al papel de unas 10-12 cebollas marrones/amarillas para que esto suceda. Algunas personas recolectan cáscaras de cebolla durante la Cuaresma, pero si lo ha olvidado, vaya a su supermercado local y pregunte si puede tomar algunas de las cáscaras de cebolla que quedan alrededor de las cebollas en el pasillo de productos. Puede que te miren raro, ¡pero estoy seguro de que no les importará que les limpies un poco! Puedes encontrar la receta para hacerlos AQUÍ gracias al blog de Charlotte Riggle, o también puedes encontrar un video de "cómo hacerlo" en YouTube AQUÍ .
    - **Tinte rojo** : también puede comprar tinte de alta calidad para preparar fácilmente huevos rojos tradicionales vibrantes AQUÍ de Legacy Icons.
- **Haga sus propias marionetas de dedo de la Última Cena:** *si tiene el kit de Semana Santa de los guijarros ortodoxos ,* asegúrese de hacer su Última Cena utilizando las plantillas, los palitos de helado y las instrucciones proporcionadas en el kit. Puede encontrar el kit de plantillas de bricolaje (solo) disponible a través de Draw Near Designs . Esta es una forma divertida de contar la historia de la Última Cena de forma interactiva para los niños. Puedes ver un ejemplo de la última cena usando este kit en las fotos de arriba.
    - **Manualidad de la última cena imprimible GRATIS de Ortodoxo Pebbles :** si no tiene un kit de Semana Santa, no se preocupe, ¡lo tenemos cubierto! Ortodoxo Pebbles creó una plantilla de Mystical Supper, que puedes encontrar AQUÍ .
- **Preparando el Plan de Lección de Regalos por Ortodoxo Pebbles -** En esta lección encontrará una serie de recursos para la Sagrada Eucaristía para ayudar a los pequeños a entender más, comenzando con una lección sobre los materiales necesarios, los objetos

sagrados y la forma especial en que el se preparan los regalos. ¡ También está disponible para su compra como un conjunto de aprendizaje de tela AQUÍ (en la foto a continuación)!

- También puede ver un video de YouTube que demuestra esta lección AQUÍ .



- **Hacer Tsoureki** - Es una tradición griega hacer Tsoureki (Pan de Pascua griego) el Jueves Santo. ¡Este pan semidulce está hecho con huevos, mantequilla y nata y es el pan perfecto para llevar en tu cesta de Pascua para romper el ayuno! Además, ¡es mejor hacerlo con anticipación antes de Pascha! Haga clic **AQUÍ** para obtener una receta de Tsoureki de Hey Foodie Girl, una bloguera de comida ortodoxa, ¡que hará un montón de panes para compartir!

- Si quieres hacer otro *pan Pascha* , echa un vistazo a mi publicación de blog sobre una cesta de Pascha tradicional para recetas de Kulich y Paska Bread **AQUÍ** .

- **Hacer queso Pascua** : esta receta de postre de queso de Pascua se hace con queso de granjero, huevos, mantequilla sin sal, azúcar y frutas secas y se hace en un molde especial. Por lo general, demora entre 24 y 48 horas en prepararse y se puede almacenar en el refrigerador durante unos días, ¡así que sería útil prepararlo con anticipación! La cocina rusa, ucraniana y polaca incluye paska en su canasta de Pascha y se combina con kulich o pan paska que es bendecido por el párroco. Puedes seguir una receta paso a paso AQUÍ gracias a The Spruce Eats. Necesitarás un molde + estopilla. Aqui hay unos cuantos enlaces:
  - **Molde de queso Pascha** - Vendido por Ancient Faith Store
  - **Molde de Pascua de madera para queso Paskha Paska Pascha forma tamaño pequeño** en Etsy
  - **Maceta pequeña con un agujero en la parte inferior - se puede encontrar en Home Depot o Lowes**
  - **Paño de queso** - vendido por Amazon
- **Dos Recetas Fáciles y Rápidas de Pascha de Queso** : **Pascha de Queso con Queso Crema y Pascha de Queso con Queso Crema** por Charming the Birds from the Trees Blog. Ambas recetas son a base de queso crema y se preparan simplemente mezclando los ingredientes, colocándolos en un tazón y decorando con una simple cruz en la parte superior. Genial para una adición de última hora a su cesta, y no llevará días de preparación. Puedes encontrar las recetas AQUÍ .

Recomendación de libros:

- **Milagro del huevo rojo** *de Elizabeth Crispina Johnson* - En Pascha, los cristianos ortodoxos de todo el mundo tiñen y bendicen los huevos rojos. Esta es la historia de cómo comenzó esta tradición, allá en los tiempos apostólicos, con Santa María Magdalena y un bendito milagro que deslumbró al incrédulo emperador romano con la realidad y el poder de la resurrección de Cristo.

Santo Viernes

Viernes Grande y Santo : Este es un día de estricto ayuno. Es tradicional comer lo menos posible en este día y hacer la menor cantidad de trabajo posible, ya que es un día muy solemne ya que Cristo ha sido crucificado. Es el único día en todo el año que no se puede celebrar Divina Liturgia de ningún tipo. Hay 3 servicios en este día, todos "cantados" en anticipación del día siguiente (u otras formas de decir que cada servicio se rota hacia adelante doce horas):

- **Horas Reales** - Por la mañana celebramos las Horas Reales. Estas horas solemnes se observan cuando leemos los diversos relatos e himnos relacionados con la crucifixión.
- **Vísperas** y bajada del Cuerpo de Cristo de la Cruz - Por la tarde celebramos el servicio de Vísperas de bajada del cuerpo de Cristo de la cruz. Durante la lectura del Evangelio, el cuerpo de nuestro Señor es bajado de la cruz y envuelto en una sábana nueva de lino blanco. Este acto conmemora el retiro del cuerpo de Cristo de la cruz por José de Arimatea (Juan 19:38-42). Más adelante en el servicio, el Epitaphios, o sábana enrollable, con el cuerpo de Cristo sobre él, se lleva en procesión y se coloca en la tumba recién decorada.
- **Lamentations Orthros** - Por la noche se canta el servicio de Lamentations Orthros. Este servicio comienza de manera solemne, pero al final del servicio ya estamos anticipando la Resurrección de nuestro Señor. Recuérdese nuevamente, que el Orthros vespertino del Viernes Santo es en realidad el primer servicio del Sábado Santo, el día en que conmemoramos el cuerpo de nuestro Señor descansando en la tumba mientras Su alma pura desciende al Hades para liberar a los fieles de la Antigua Alianza. Una procesión nocturna a la luz de las velas también ocurre durante este servicio.

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía

Actividades:

- **En muchas culturas, se hace muy poco trabajo en este día:** hoy solo se hace lo básico, así que planifique con anticipación para tener comidas sencillas para su familia. El día está dedicado a la oración y la contemplación, y por supuesto asistir a los 3 servicios.
- **Guijarros ortodoxos DIY Manualidades de Semana Santa: ¡** Estas manualidades se pueden hacer el Jueves Santo o el Viernes Santo y pueden estar listas para usar el viernes! *Si tiene el kit de Semana Santa de los guijarros ortodoxos* , asegúrese de hacer sus manualidades utilizando las plantillas y las instrucciones proporcionadas en el kit. Puede encontrar el kit de plantillas de bricolaje (solo) disponible a través de Draw Near Designs :
    - **La escena inspirada en un icono enmarcada con la Flor de la Pasión Sagrada** , también en el *Kit de Semana Santa* de Ortodoxo Pebbles. Hay un tipo de ícono especial en la tradición ortodoxa relevante para las conmemoraciones tanto del Jueves Santo por la noche como del Viernes Santo, y es la **Humildad Extrema** . Este icono combina la Santa Pasión, el Entierro y las Lamentaciones. La manualidad de hoy se basa en el icono de la Extrema Humildad decorado con flores de papel de seda

- **Manualidades imprimibles GRATIS del Viernes Santo de Ortodoxo Pebbles :** si no tiene un kit de Semana Santa, no se preocupe, ¡lo tenemos cubierto! Ortodoxo Pebbles creó instrucciones para hacer su propio ícono de Crucifixión enmarcado por una flor, que puede encontrar AQUÍ .

- **Cree una linterna de bricolaje Epitaphios** , también en el *kit de Semana Santa* de Ortodoxo Pebbles. En Grecia, de donde somos originarios, es costumbre que los niños pequeños lleven una linterna en lugar de una vela durante la procesión de Epitaphios el Viernes Santo por la noche, y de ahí viene la inspiración para este oficio. El resultado final es una pequeña linterna que el niño puede sostener durante el servicio. ¡Añadimos una vela de té eléctrica a la nuestra! ¡Todo listo para ir a la procesión de Lamentations Orthros!

  - **Manualidades imprimibles GRATIS del Viernes Santo de Ortodoxo Pebbles :** si no tiene un kit de Semana Santa, no se preocupe, ¡lo tenemos cubierto! Los guijarros ortodoxos crearon instrucciones para hacer su propia **linterna de bricolaje Epitaphios** , que puede encontrar AQUÍ .

Sábado Santo

Gran y Santo Sábado: Este día es un día de esperanza y espera. Por la mañana celebramos una Divina Liturgia Vesperal que conmemora la victoria de Cristo sobre la muerte. Se usan vestiduras brillantes mientras anticipamos la Resurrección de Cristo. Las hojas de laurel se esparcen por toda la iglesia durante el servicio, porque en el mundo antiguo las hojas de laurel eran un signo de victoria. Mientras se esparcen las hojas, el coro canta "Levántate, oh Dios, y juzga la tierra, porque a Ti pertenecen todas las naciones". La historia del Antiguo Testamento de Jonás en el vientre de la ballena se lee en este servicio porque Jonás es visto en la Iglesia como un Tipo de Cristo. Así como Jonás estuvo tres días en el vientre del gran pez, y luego fue depositado a salvo en tierra, así nuestro Señor estuvo tres días en la tumba antes de Su gloriosa Resurrección.

Fuente: Arquidiócesis de Antioquía

Actividades:

- **¡Concéntrese en los preparativos para Pascha y la fiesta de medianoche!**
    - ***Elija los trajes Pascha de su familia*** *y reserve*

- ***¡Prepara tu canasta pascual!*** *Esto variará dependiendo de cada familia. ¡Pero generalmente las personas agregan artículos a su canasta que les gustaría comer después del servicio para romper el ayuno! ¡Piense en las cosas que se ha estado perdiendo y con las que le encantaría darse un festín, y agréguelas! Puedes ver mi publicación de blog sobre Cómo preparar una cesta de Pascua tradicional junto con recetas* ***AQUÍ***
- *Si aún no lo ha hecho,* ***¡tenga sus velas listas para la procesión pascual de medianoche*** *(si trae las suyas propias)! Muchas iglesias proporcionarán velas para la procesión a la luz de las velas en Pascha, pero si prefiere traer las suyas, aquí hay algunas ideas:*
  - **Decora tu propio kit de velas Pascha** de Draw Near Designs AQUÍ
  - **Vela de resurrección hecha a mano con cera de abeja grande de 18"** (en la foto a continuación) de Lucia y Etheldreda AQUÍ . También venden una vela LED para niños pequeños AQUÍ .
  - **Para niños: Vela Pascha eléctrica parpadeante** de St Marina Place AQUÍ
  - Australia - **Lambathes (Pascha Candles)** de Evlogia Gifts AQUÍ
- **¡Prepara la comida para tu Desayuno Pascual!** ¡Piense en lo que quiere comer para su desayuno/almuerzo después de la Fiesta de las Fiestas! En nuestra familia, tenemos la tradición de comer los alimentos favoritos para el desayuno de todos, incluidos los rollos de canela, el tocino y, por supuesto, ¡nuestras golosinas Pascha Basket!

Fuente: https://www.goarch.org/pascha

¡Pascua de Resurrección!

Gran y Santa Pascua - Antes de la medianoche del sábado por la noche, se repiten las Odas de Lamentación del día anterior. El Orthros de la Resurrección comienza en completa oscuridad. El sacerdote toma luz de la luz de vigilia y se la da a los fieles, que sostienen velas. El sacerdote canta: "Venid y recibid la luz de la luz que no se apaga, y glorificad a Cristo, que resucitó de entre los muertos", y todo el pueblo se une a él cantando este himno una y otra vez. A partir de este momento, todo cristiano sostiene el cirio pascual como símbolo de su fe viva y profunda en la Resurrección de Jesucristo como Salvador. En muchas iglesias, el sacerdote lleva a la gente fuera de la iglesia en procesión, donde lee el Evangelio que se refiere a la declaración de los ángeles: "Ha resucitado; no está aquí" (Marcos 16:1-8).

Luego llega el momento sin aliento mientras el pueblo espera que el sacerdote inicie el himno de la Resurrección, que se unen a él para cantar, repetidamente: "Cristo ha Resucitado de entre los muertos, pisoteando a la Muerte, y ha dado vida a los que están en el tumbas". A partir de este momento todo el servicio adquiere un clima de alegría. Los himnos son significativos y llenos de

expresión. El pueblo dice: "Es el Día de la Resurrección, seamos gloriosos, abracémonos unos a otros y hablemos a los que nos odian; perdonemos todas las cosas y entonces clamemos, Cristo ha resucitado de entre los muertos".

Comienza entonces la Divina Liturgia de San Juan Crisóstomo. Al final de la Liturgia, se lee una parte de la homilía icónica de San Juan Crisóstomo, que llama a la gente a "Participar en esta fiesta hermosa y radiante. Nadie tenga miedo de la muerte, porque la muerte del Salvador ha líbranos... Oh muerte, ¿dónde está tu aguijón? Oh Hades, ¿dónde está tu victoria? Cristo ha resucitado y tú has sido trastornado. A Él sea la gloria y el poder por los siglos de los siglos". ¡Es el servicio más gozoso! ¡Cristo ha resucitado!

Fuente: GOA

Fuente: AQUÍ

Actividades:

- **¡Prepare una mesa festiva y hermosa y disfrute de un desayuno especial** de huevos teñidos, pan Pascual y queso Pascual y alimentos para el desayuno!
- **¡Organiza una búsqueda de huevos** para los niños y disfruta el día! Cristo ha Resucitado ☩
- **¡Disfruta de tu Pascha Basket!** Puedes ver mi publicación de blog sobre Cómo preparar una cesta de Pascua tradicional junto con recetas **AQUÍ**
- **Lección de cuatro íconos para Pascha** y **juego de aprendizaje de telas** de ortodoxos Pebbles: este es un gran recurso para llevar con usted al servicio para que los más pequeños interactúen con el ícono de la resurrección y los diversos acontecimientos del día (procesión a la luz de las velas, tumba , etc).

Fuente: AQUÍ

Vísperas Ágape

Vísperas Ágape - El domingo de Pascua por la tarde, los fieles se reúnen una vez más para orar y todos cantan el himno "Cristo ha resucitado de entre los muertos". El pueblo se saluda con alegría, diciendo: "Cristo ha resucitado", salutación pascual a la que se responde: "¡Verdaderamente ha resucitado!". o "¡Ciertamente ha resucitado!" dependiendo de la Parroquia.

¡El Evangelio según Juan 20, 19-25 se lee en tantos idiomas como sea posible, proclamando la Buena Noticia de la Resurrección! La tradición de la Iglesia Ortodoxa en este día es que los feligreses participen en la lectura del Evangelio en tantos idiomas como sea posible. En este **video**

de YouTube , puede ver el servicio y la lectura del Evangelio en los siguientes idiomas: inglés (con ASL), griego, árabe, albanés, mandarín, ucraniano, francés, rumano, alemán, amárico, italiano y español. Este día se denomina "Domingo de Ágape" (fiesta del amor), día dedicado a los principios cristianos, especialmente al perdón y la caridad. El apóstol Pablo interpreta con firmeza la resurrección de Cristo, diciendo: "Si Cristo no resucitó, vana es entonces nuestra predicación y vana es vuestra fe" (1 Corintios 15:14).

Recomendaciones de libros para niños durante la Semana Santa:

Consulte la publicación de blog "Nuestros libros favoritos para niños ortodoxos para Pascha" . Aquí hay algunos otros notables:

- **Milagro del huevo rojo** *de Elizabeth Crispina Johnson* - En Pascha, los cristianos ortodoxos de todo el mundo tiñen y bendicen los huevos rojos. Esta es la historia de cómo comenzó esta tradición, allá en los tiempos apostólicos, con Santa María Magdalena y un bendito milagro que deslumbró al incrédulo emperador romano con la realidad y el poder de la resurrección de Cristo.
- **Pascha at the Duckpond** de Mother Melania: dirigido a niños de 4 a 9 años, puedes unirte a los animales en Duckpond en su viaje a través de Great Lent hacia Pascha. Junto con ellos, aprendemos que la Cuaresma no se trata de reglas, sino de permitir que Dios cambie nuestros corazones a través del amor y el arrepentimiento.
- **Semana Santa** para niños de Potamitis Publishing
- **Anastasis: The Harrowing of Hades** de Michael Elgamal: es una novela gráfica cristiana a todo color que explora lo que les sucedió a las almas del Antiguo Testamento en el hades, la acumulación emocional de la fatídica crucifixión y las consecuencias del enigmático descenso de Cristo a los infiernos.

Libros para colorear :

- **Mis primeros libros para colorear: Gran Cuaresma para los más pequeños** (Solo $ 1.95, diseñado para niños pequeños - Vea toda la colección AQUÍ)

- **Mi Libro de la Gran Cuaresma**
- **Libro de colorear ortodoxo - March Synaxarion** (o ver toda la colección AQUÍ)
- **Beautiful Things: Un libro ortodoxo para colorear para niños (**Descargue páginas para colorear gratis AQUÍ)

Pensamientos finales

Por último, como recordatorio, ninguno de estos elementos que mencioné anteriormente son necesarios. La Semana Santa es un maratón para los fieles, y la sola tarea de asistir a tantos servicios como sea posible es un esfuerzo digno. Estos servicios y la experiencia de la Semana Santa nos recuerdan la manera en que debemos vivir siempre: ¡siendo totalmente entregados a Dios! También tenemos la oportunidad única de crear tradiciones para nuestras familias, y podemos hacerlo sin la necesidad de adquirir "¡Todas las cosas!" Encuentre lo que funciona para su familia y aproveche esas tradiciones cada año.

Además, para mí y mi familia, elegimos una actividad para hacer por día, priorizando los servicios tanto como sea posible. ¡No suelo hacer todas estas actividades! Mi esperanza es brindarle muchas ideas y formas de participar en la Semana Santa, encontrando lo que funciona mejor para su familia. Sin embargo, mantener nuestro enfoque en (1) la oración, (2) el ayuno, (3) la limosna y, por supuesto, asistir a los Servicios Divinos es el mejor lugar para comenzar. Todo lo demás es la guinda del pastel.

Qué esperar en el futuro:

¡Asegúrese de seguirme en Instagram para obtener más recursos litúrgicos y festivos y guías mensuales en el próximo año! ¡Comparto recordatorios semanales, historias de los santos, nuevos recursos y cómo otros celebran en todo el mundo! Además, considere suscribirse a continuación para recibir actualizaciones por correo electrónico sobre futuras guías y recursos. Esto es lo que tengo reservado para el próximo año:

- Cada mes compartiré un aviso sobre qué días festivos/eventos litúrgicos están ocurriendo ese mes para que pueda comenzar a pensar/planificar/prepararse para lo que se avecina. También incluiré actividades sencillas y recomendaciones de libros.
- Cómo crear una guía tradicional de Pascha Basket que incluye recetas y enlaces de tiendas AQUÍ .
- Lista de libros ortodoxos para niños y familias desglosada por mes/día festivo para que pueda comenzar a construir una colección con intención. Muchos de ellos estarán disponibles en su biblioteca local o en audiolibros.
- Guías de días festivos para días festivos individuales con más detalles sobre cómo participar

Gracias por todo su apoyo y por consultar mi última guía familiar. Buena fuerza, queridos amigos!

-Khouria Destino