

Escuchar y ayunar.

La Cuaresma como tiempo de conversión

Mensaje del Santo Padre León XIV para la Cuaresma 2026

ESCUCHAR



La Cuaresma es un tiempo que nos invita a hacer espacio a la Palabra:

- Para que se convierta realmente en un proceso de escucha
- Para que Dios nos enseñe a escuchar como Él
- Para que podamos reconocer el clamor de los pobres y los que sufren

*“La disposición a **escuchar** es el primer signo con el que se manifiesta el deseo de entrar en relación con el otro.”*



Haga clic aquí y lea el artículo completo.

AYUNAR



Al involucrar nuestro cuerpo, el ayuno sostiene nuestro discernimiento:

- Mantiene alerta nuestro hambre y sed de justicia
- Orienta nuestros deseos hacia Dios y hacia el bien
- Para desarmar nuestro lenguaje y abstenernos de palabras que hieren al prójimo

*“Esforcémonos, en cambio, por aprender a medir las palabras y a cultivar la **amabilidad**.”*



JUNTOS



La Cuaresma nos llama a caminar como comunidad:

- En un «camino compartido» con nuestras parroquias, familias y grupos eclesiales
- Donde se crea espacio para la voz de los demás
- Para que nuestra conversión conduzca a mejores relaciones y diálogos más auténticos

*“Y comprometámonos para que nuestras comunidades se conviertan en lugares donde el grito de los que sufren encuentre **acogida** y la escucha genere caminos de **liberación**.”*

