

MIÉRCOLES DE CENIZA | 18 DE FEBRERO, 2026

# ENCUENTRA A JESÚS:

## Escuchando con el corazón

**NOTA PASTORAL DE CUARESMA 2026**

Por Excmo. Mons. Samuel J. Aquila  
Arzobispo emérito de Denver



ARCHDIOCESE OF  
**DENVER**



---

Mis queridos hermanos y hermanas en Cristo:

Que Dios nuestro Padre y el Señor Jesucristo nos concedan gracia y paz.

Al comenzar este santo tiempo de Cuaresma en el Miércoles de Ceniza, la Iglesia marca nuestras frentes con ceniza y pronuncia las antiguas palabras: “Conviértete y cree en el evangelio”. Estas palabras no son simplemente una fórmula ritual; son una invitación personal. La Cuaresma es un tiempo de conversión, un tiempo para volver al Señor con todo el corazón.

Esta Cuaresma es única para nosotros en la arquidiócesis de Denver. Por la providencia de Dios, estamos viviendo un momento de transición en el liderazgo episcopal. El Señor, que siempre es fiel a su Iglesia, nos ha bendecido con un nuevo pastor, el arzobispo designado James R. Golka. Las transiciones pueden suscitar muchas emociones: gratitud, esperanza, incertidumbre e incluso un sentido de pérdida. Sin embargo, también pueden traer momentos de gracia. Nos recuerdan que la Iglesia no pertenece a un solo hombre, sino a Jesucristo. Él es el Buen Pastor que nunca deja de guiar a su rebaño.

En su mensaje cuaresmal de este año, *Escuchar y ayunar: la Cuaresma como tiempo de conversión*, el papa León XIV nos recuerda que la conversión comienza haciendo espacio para la palabra de Dios por medio de la escucha. Señala la importancia de una escucha atenta y reverente, primero a Dios y luego unos a otros. Antes de hablar, antes de actuar, antes de intentar resolver problemas o defender posturas, estamos llamados ante todo a escuchar.

La Sagrada Escritura nos muestra a un Dios que escucha. En la zarza ardiente, el Señor dice a Moisés: “He visto la aflicción de mi pueblo... he escuchado su clamor” (Éxodo 3, 7). Nuestro Dios no es distante ni indiferente. Él escucha. Él ve. Él sabe. Él nos ama incluso cuando estamos lejos de él. La escucha divina precede a la acción divina.

Y si Dios nos escucha, ¡cuánto más debemos aprender a escucharlo nosotros antes de hablar o actuar!

La Cuaresma nos invita a crear espacio para esta escucha. En un mundo lleno de ruido —noticias constantes, comentarios interminables, redes sociales y conversaciones apresuradas— el silencio puede resultar incómodo. Sin embargo, el silencio es el terreno en el que la palabra de Dios echa raíces. Sin silencio, la palabra permanece en la superficie de nuestra vida. Con silencio, penetra en el corazón.

Cuando oren con los evangelios esta Cuaresma, los animo a preguntarse: *¿escucho a Jesús hablándome personalmente?* Cuando se dirige a los discípulos, a las multitudes, a los enfermos y a los pecadores, ¿reconozco que también me está hablando a mí, de manera profundamente personal?

¿Es Jesús mi verdadero maestro, quien forma mi corazón y mi mente? ¿Ilumina mis

---

decisiones, no solo en la iglesia, sino también en mi vida familiar, en mi trabajo, en mis amistades, en la manera en que trato a mis enemigos y a quienes me persiguen, en el uso de mi tiempo y de mis recursos? ¿O escucho con mayor atención las voces de la cultura, la política, el maligno o mis propias preferencias?

La conversión comienza cuando permitimos que Jesús sea más que una figura admirada o un Señor distante. Comienza cuando le dejamos hablar directamente a nuestra vida y estamos dispuestos a obedecer.

El santo padre también propone una forma llamativa y desafiante de ayuno para esta Cuaresma: ayunar de palabras dañinas o descuidadas. Las palabras tienen un poder inmenso. Con ellas bendecimos y con ellas herimos, construimos y destruimos.

Quizá esta Cuaresma, como recomienda sabiamente el santo padre, podamos ayunar de la crítica, el sarcasmo, el chisme, el cinismo y los juicios severos. Quizá podamos ayunar de la respuesta rápida y del comentario defensivo. En su lugar, podemos elegir palabras de aliento, paciencia y verdad, dichas con caridad, especialmente con quienes no estamos de acuerdo.

Este ayuno requiere una conversión interior. Nos exige examinar no solo lo que decimos, sino también lo que llena nuestro corazón, porque, como enseña el Señor, “su boca habla de lo que rebosa el corazón” (Lucas 6, 45). Cuando nuestro corazón está cerca de Jesús, nuestras palabras comienzan a parecerse a las suyas: misericordiosas, veraces y dadoras de vida.

Cuanto más íntimos nos volvemos con Cristo, más somos liberados del pecado. A través de la relación con Jesús, experimentamos algo más que una mera mejora personal. Permitimos que Jesús nos ame y nos sane con su gracia, en lugar de confiar solo en nuestra fuerza de voluntad. Al acercarnos a él en la oración, en el sacramento de la reconciliación y en la Eucaristía, descubrimos que nuestros apegos a las cosas y conductas terrenales comienzan a aflojarse. Lo que antes parecía irresistible empieza a perder su poder.

Este es el corazón de la Cuaresma: una amistad más profunda con Jesús.

En este tiempo, animo a cada familia y a cada parroquia de nuestra arquidiócesis a asumir prácticas concretas de oración, ayuno y limosna. Dediquen cada día un tiempo a la Palabra de Dios. Acérquense al sacramento de la confesión con renovada confianza. Asistan a la Misa no por obligación, sino con el deseo de adorar al Padre y recibir a aquel que se entrega totalmente por ustedes. Ofrezcan conscientemente su vida, junto con el único sacrificio de Jesús en la cruz, al Padre.

Finalmente, para aprender a orar desde el corazón, no tengan miedo de pedirle a Jesús una fe más profunda, una mayor confianza en él. La sencilla oración que encontramos en el evangelio, “¡Creo, ayuda a mi poca fe!” (Marcos 9, 24), puede ser dicha por todo discípulo.

En la Misa dominical recitamos juntos el Credo. Estas palabras unen a la Iglesia universal

---

a través del tiempo y del espacio. Esas palabras pueden ser simples, o pueden ser profundamente personales, para dirigirse al Señor desde nuestros corazones.

Quizás, en su oración de esta Cuaresma, puedan intentar rezar el Credo con sus propias palabras. Traducir las palabras de la Iglesia al lenguaje de su propio corazón, ofreciéndolas al Señor, es una forma poderosa de crecer en relación con él. Por ejemplo, yo podría orar así:

*“Jesús, creo que eres el Hijo de Dios.  
Jesús, creo que eres el Verbo hecho carne.  
Jesús, creo que moriste por mis pecados y resucitaste para darme vida nueva.  
Jesús, creo que estás verdaderamente presente en la Eucaristía.  
Jesús, confío en que guías a tu Iglesia y me conduces.  
Jesús, en ti confío.  
Jesús, me entrego a ti.  
Jesús, te amo.  
Jesús, te doy mi corazón.  
Amén”.*

Notarán que esta oración refleja de cerca el Credo; ¿cómo sonaría su versión al Señor?

Cuando le hablamos así, personal y sinceramente, nuestra fe se vuelve real en cada una de nuestras vidas. Deja de ser una fórmula abstracta para convertirse en una relación basada en el encuentro.

Para concluir, mientras caminamos juntos por este tiempo santo, encomendémonos a la intercesión de la Santísima Virgen María, quien escuchó perfectamente la Palabra, permitió que se hiciera carne en ella y permaneció fiel al pie de la cruz. Que ella nos enseñe a escuchar con el corazón abierto, a confiar en la providencia de Dios y a ofrecer nuestro propio “sí” fiel. Que esta Cuaresma sea un verdadero tiempo de conversión para cada uno de nosotros y para nuestra arquidiócesis, para que, en este tiempo de transición y gracia, crezcamos en una fe más profunda, una esperanza más firme y una caridad más ardiente, y que nuestros corazones sean renovados por la misericordia de Cristo.

Con gratitud por su fe y con mis más sinceras oraciones por cada uno de ustedes, quedo sinceramente suyo en Cristo,



Excmo. Mons. Samuel J. Aquila  
Arzobispo emérito de Denver

Administrador apostólico