



**Fr. EMILIO ROCHA GRANDE O.F.M.**  
**Arzobispo de Tánger**

## **“Si hoy escucháis su voz, no endurezcáis el corazón” (Heb 3,15)**

### **Carta con motivo de la Cuaresma 2026**

El Señor os bendiga con la paz.

En toda la Iglesia católica se repetirá el miércoles 18 de febrero el rito anual de la imposición de la ceniza sobre nuestras cabezas. Es un gesto que trae visiblemente a la memoria la fragilidad del ser humano, al mismo tiempo que nos ayuda a comprender la caducidad de todo lo que nos rodea y nos anima a superar el apego a las cosas superfluas para centrarnos en aquello que sustenta nuestra existencia y perdura hasta la vida eterna.

El papa León XIV en su mensaje para la Cuaresma de este año “**Escuchar y ayunar. La Cuaresma como tiempo de conversión**” invita a toda la Iglesia a “*poner de nuevo el misterio de Dios en el centro de nuestra vida, para que nuestra fe recobre su impulso y el corazón no se disperse entre las inquietudes y distracciones cotidianas*”. Para esto es necesario fomentar espacios de serenidad que permitan abrirse a la escucha de la Palabra de Dios. En palabras del Papa: “*Todo camino de conversión comienza cuando nos dejamos alcanzar por la Palabra y la acogemos con docilidad de espíritu. Existe, por tanto, un vínculo entre el don de la Palabra de Dios, el espacio de hospitalidad que le ofrecemos y la transformación que ella realiza. Por eso, el itinerario cuaresmal se convierte en una ocasión propicia para escuchar la voz del Señor y renovar la decisión de seguir a Cristo, recorriendo con Él el camino que sube a Jerusalén, donde se cumple el misterio de su pasión, muerte y resurrección*”.

Para recorrer el camino cuaresmal, la Iglesia pone cada año ante nosotros algunos instrumentos que apoyen y animen nuestros pasos: **la oración, la limosna y el ayuno**.

**La oración** no es un soliloquio, ni mucho menos una evasión de la realidad caminando por el mundo platónico de las ideas. La oración es un encuentro entre dos libertades capaces de amar. Como nos recuerda el Papa, “*la disposición a escuchar es el primer signo con el que se manifiesta el deseo de entrar en relación con el otro*”. La escucha atenta a Dios y a los demás nos permitirá ir dando el paso desde una “pastoral de las

obras” en la que buscamos de manera más o menos consciente resultados concretos y cuantificables a una “pastoral del rostro” en la que lo que cuenta es la profundidad del encuentro y la verdad en las relaciones.

En nuestras actividades parroquiales en las múltiples formas que tenemos de caminar como “Iglesia samaritana” hemos de esforzarnos por no tener miedo a “perder el tiempo” en cuidar las relaciones interpersonales -con Dios y con los demás-. En nuestra vida cotidiana, ¿escuchamos a quienes nos rodean? ¿dedicamos tiempo al encuentro gratuito? La escucha y el encuentro no son opcionales, constituyen una parte de los cimientos de la Iglesia, casa construida sobre roca firme (cf. Mt 7,21-19).

Dedicar hoy un tiempo gratuito consistente a la escucha de la palabra del otro y a la escucha de la Palabra de Dios es exigente y requiere un notable grado de valor: la Sagrada Escritura y la voz de los hombres y mujeres cuyas voces llegan a nosotros van a desestabilizar con frecuencia nuestras seguridades, poniendo en crisis nuestras certezas.

**La limosna** no es simplemente compartir parte de nuestros bienes ni tampoco un medio para tranquilizar la conciencia; brota de unas entrañas marcadas por la ternura y alimentadas por la experiencia del encuentro existencial con el *“Padre de las misericordias”* (2Cor 1,3). La limosna en su sentido más profundo es el brazo activo de la fe. Servir al pobre con la propia vida es un acto de adoración que nos permite tocar palpablemente al mismo Cristo (cf. Mt 25,31-46).

Sabernos “Iglesia samaritana” es vivir desde la doble percepción de estar siempre disponibles y dispuestos a mirar a los demás desde abajo -excepto cuando lo hacemos “desde arriba” para ayudarlos a levantarse del suelo-, pero también desde la conciencia de ser también nosotros muchas veces los caídos en el camino y necesitados de la mano amiga de un “buen samaritano” que nos ayude a levantarnos y ponernos de nuevo en marcha.

Es necesario dar cada día pasos que nos lleven desde el ofrecimiento de ayuda a la construcción de relaciones humanas cálidas. Una Iglesia que en sus diversas comunidades y estructuras se limitase a ofrecer servicios a quienes están en la precariedad sería una ONG; una comunidad que se esfuerce por construir relaciones interpersonales es una familia. El papa lo recuerda en su mensaje cuando afirma que la conversión *“no sólo concierne a la conciencia del individuo, sino también al estilo de las relaciones, a la calidad del diálogo, a la capacidad de dejarse interpelar por la realidad y de reconocer lo que realmente orienta el deseo”*.

**El ayuno** cristiano no es una simple práctica ascética ni el rechazo del placer que acompaña a la comida. Optar por el ayuno es un modo de expresar visiblemente que la dignidad del ser humano no depende de lo que consume sino de aquello que está dispuesto a compartir. En referencia al ayuno, el papa León XIV nos exhorta a los cristianos en su mensaje cuaresmal a que *“pidamos la fuerza de un ayuno que alcance también a la lengua, para que disminuyan las palabras que hieren y crezca el espacio para la voz de los demás”*.

El ayuno, que tiene como elemento característico la sobriedad, afecta a numerosos aspectos de la vida, desde la cartera hasta la agenda del teléfono móvil, desde el uso del tiempo personal dedicado al ocio hasta la paciencia con la que se acoge a los “inoportunos”. Ofrecer nuestro tiempo y nuestras cualidades a quien camina por la vida experimentando la dureza del rechazo y la soledad es una excelente forma de ayuno, que nos lleva a privarnos de nuestro tiempo para ofrecerlo gratuitamente a quien difícilmente tendrá manera de corresponder del mismo modo.

Con el papa león XIV me pido a mí mismo y pido a todos los que formamos la Iglesia local de Tánger a que nos comprometamos *“para que nuestras comunidades se conviertan en lugares donde el grito de los que sufren encuentre acogida y la escucha genere caminos de liberación, haciéndonos más dispuestos y diligentes para contribuir a edificar la civilización del amor”*.

Como conclusión quiero referirme a unas palabras de la carta de san Pablo a los Filipenses con las que el apóstol, dirigiendo la mirada hacia el futuro dice: *“No es que ya lo haya conseguido o que ya sea perfecto: yo lo persigo, a ver si lo alcanzo como yo he sido alcanzado por Cristo. Hermanos, yo no pienso haber conseguido el premio. Solo busco una cosa: olvidándome de lo que queda atrás y lanzándome hacia lo que está por delante, corro hacia la meta, hacia el premio, al cual me llama Dios desde arriba en Cristo Jesús”* (3,12-14). Corramos todos con el mismo entusiasmo hacia la “Fiesta de las fiestas”, la Pascua del Señor Jesús, cuya victoria sobre el pecado y sobre la muerte es anticipo de la nuestra.

*Que la Virgen María, Nuestra Señora de Marruecos, interceda por nosotros y nos acompañe en el camino cuaresmal”*.

+Fr. Emilio Rocha Grande, ofm  
Arzobispo de Tánger