

MENSAJE PARA LA *Cuaresma* 2026

MONS. JESÚS VIDAL
OBISPO DE SEGOVIA



Un año más iniciamos la Cuaresma, un tiempo que el Señor nos regala para nuestra conversión, para acercarnos más a Él, para descubrir qué hay en nuestro corazón que puede estar obstaculizando que el amor de Dios llegue hasta nosotros. En este tiempo de Cuaresma, el papa León nos ha dado tres palabras que querría también proponeros a los diocesanos de Segovia, para que vivamos esta Cuaresma.

La primera palabra es **juntos**. El Papa la pone al final, pero me parece que puede ser bonito que nosotros la pongamos al principio. La Cuaresma no es un tiempo de sacrificio personal, no es algo que podamos vivir de forma simplemente individual, sino que hemos de vivirla como iglesia. Para esto, la Iglesia nos ofrece algunos gestos en común. Uno de ellos es la abstinencia de carne. Es un gesto muy pequeño, muy sencillo, que a lo mejor para muchos es insignificante y de poco valor, pero lo hacemos todos juntos. Por lo tanto, os invito a que este año prestemos atención a la abstinencia de carne para poderla vivir juntos como algo que nos recuerde que no estamos viviendo la Cuaresma nosotros solos, sino que lo estamos viviendo con toda la Iglesia, haciendo un camino juntos y haciendo juntos este gesto.

En segundo lugar, el Papa nos invita a la **escucha** para que abramos nuestro oído y hablamos nuestro corazón a la Palabra de Dios, para que Dios nos muestre que es lo que quiere poner en nuestro corazón, que abramos de verdad el corazón a la escucha de la Palabra y que la leamos durante estos días, dediquemos un poco más de tiempo a leer la palabra de Dios.

Y en tercer lugar, para que podamos escuchar es necesario el silencio y por eso el **ayuno** el Papa este año nos lo enfoca desde las palabras. Hagamos algo de ayuno, verdaderamente ayuno de palabras hirientes, de palabras que hacen daño, de palabras que, ya sean críticas, ya sean expresiones, hieren el ámbito de la comunidad, hieren la comunión.

Y, al mismo tiempo, querría invitaros este año a que hagamos ayuno digital. En este mundo tenemos mucho ruido, muchas cosas que nos están apabullando. Tenemos un gran deseo de estar, parece que necesitamos estar informados al minuto de todo, y no es así, podemos bajar un poco el ritmo. Os invito a que hagamos tiempos durante esta Cuaresma de desconexión digital, donde

intentemos estar menos conectados con lo que nos rodea, que es superficial, para conectarnos en el interior, para conectarnos con Dios, conectando con nosotros mismos. Que este ayuno digital, un cierto ayuno mediático, nos dé un poco más de silencio, y también nos ayude en este tiempo de Cuaresma.

Que sea una ocasión para que juntos, como Iglesia en Segovia, preparemos nuestro corazón para vivir la Pascua del Señor que celebraremos con alegría dentro de seis semanas. Que el Señor os bendiga en este tiempo de Cuaresma.