

**22 FEBRERO 2026**  
**1º DOM-CUARESMA-A**



## **1. CONTEXTO**

### **Mensaje del Santo Padre León XIV para la Cuaresma de 2026**

La Cuaresma es el tiempo en el que la Iglesia, con solicitud maternal, nos invita 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.

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.

#### **Escuchar**

Este año me gustaría llamar la atención, en primer lugar, sobre la importancia de dar espacio a la Palabra a través de la *escucha*, ya que la disposición a escuchar es el primer signo con el que se manifiesta el deseo de entrar en relación con el otro.

Dios mismo, al revelarse a Moisés desde la zarza ardiente, muestra que la escucha es un rasgo distintivo de su ser: «Yo he visto la opresión de mi pueblo, que está en Egipto, y he oído los gritos de dolor» (Ex 3,7). La escucha del clamor de los oprimidos es el comienzo de una historia de liberación, en la que el Señor involucra también a Moisés, enviándolo a abrir un camino de salvación para sus hijos reducidos a la esclavitud.

Es un Dios que nos atrae, que hoy también nos conmueve con los pensamientos que hacen vibrar su

corazón. Por eso, la escucha de la Palabra en la liturgia nos educa para una escucha más verdadera de la realidad.

Entre las muchas voces que atraviesan nuestra vida personal y social, las Sagradas Escrituras nos hacen capaces de reconocer la voz que clama desde el sufrimiento y la injusticia, para que no quede sin respuesta. Entrar en esta disposición interior de receptividad significa dejarnos instruir hoy por Dios para escuchar *como Él*, hasta reconocer que «la condición de los pobres representa un grito que, en la historia de la humanidad, interpela constantemente nuestra vida, nuestras sociedades, los sistemas políticos y económicos, y especialmente a la Iglesia».

#### **Ayunar**

Si la Cuaresma es tiempo de escucha, el *ayuno* constituye una práctica concreta que dispone a la acogida de la Palabra de Dios. La abstinencia de alimento, en efecto, es un ejercicio ascético antiquísimo e insustituible en el camino de la conversión.

Precisamente porque implica al cuerpo, hace más evidente aquello de lo que tenemos “hambre” y lo que consideramos esencial para nuestro sustento. Sirve, por tanto, para discernir y ordenar los “apetitos”, para mantener despierta el hambre y la sed de justicia, sustrayéndola de la resignación, educarla para que se convierta en oración y responsabilidad hacia el prójimo.

Sin embargo, para que el ayuno conserve su verdad evangélica y evite la tentación de enorgullecer el corazón, debe vivirse siempre con fe y humildad. Exige permanecer arraigado en la comunión con el Señor, porque «no ayuna de verdad quien no sabe alimentarse de la Palabra de Dios». En cuanto signo visible de nuestro compromiso interior de alejarnos, con la ayuda de la gracia, del pecado y del mal, el ayuno debe incluir también otras formas de privación destinadas a hacernos adquirir un estilo de vida más sobrio, ya que «sólo la austeridad hace fuerte y auténtica la vida cristiana».

Por eso, me gustaría invitarles a una forma de abstinencia muy concreta y a menudo poco apreciada, es decir, la de abstenerse de utilizar palabras que afectan y lastiman a nuestro prójimo. Empecemos a desarmar el lenguaje, renunciando a las palabras hirientes, al juicio inmediato, a hablar mal de quienes están ausentes y no pueden defenderse, a las calumnias. Esforcémonos, en cambio, por aprender a medir las palabras y a cultivar la amabilidad: en la familia, entre amigos, en el lugar de trabajo, en las redes sociales, en los debates políticos, en los medios de comunicación y en las comunidades cristianas. Entonces, muchas palabras de odio darán paso a palabras de esperanza y paz.

#### **Juntos**

Por último, la Cuaresma pone de relieve la dimensión comunitaria de la escucha de la Palabra y de la práctica del ayuno. (...)

Del mismo modo, nuestras parroquias, familias, grupos eclesiales y comunidades religiosas están llamados a realizar en Cuaresma un camino compartido, en el que la escucha de la Palabra de Dios, así como del clamor de los pobres y de la tierra, se convierta en forma de vida común, y el ayuno sostenga un arrepentimiento real. En este horizonte, 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, tanto en nuestras comunidades eclesiales como en la humanidad sedienta de justicia y reconciliación.

Queridos hermanos, pidamos la gracia de vivir una Cuaresma que haga más atento nuestro oído a Dios y a los más necesitados. 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. 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, haciéndonos más dispuestos y diligentes para contribuir a edificar la civilización del amor.

Los bendigo de corazón a todos ustedes, y a su camino cuaresmal.

LEÓN XIV PP.

## 2. TEXTOS

### 1ª LECTURA: GÉNESIS 2, 7-9; 3, 1-7

*El Señor Dios modeló al hombre de arcilla del suelo, sopló en su nariz un aliento de vida, y el hombre se convirtió en ser vivo.*

*El Señor Dios plantó un jardín en Edén, hacia oriente, y colocó en él al hombre que había modelado.*

*El Señor Dios hizo brotar del suelo toda clase de árboles hermosos de ver y buenos de comer; además, el árbol de la vida, en mitad del jardín, y el árbol del conocimiento del bien y el mal.*

*La serpiente era el más astuto de los animales del campo que el Señor Dios había hecho. Y dijo a la mujer: -«¿Cómo es que os ha dicho Dios que no comáis de ningún árbol del jardín?»*

*La mujer respondió a la serpiente: - «Podernos comer los frutos de los árboles del jardín; solamente del fruto del árbol que está en mitad del jardín nos ha dicho Dios: "No comáis de él ni lo toquéis, bajo pena de muerte."*

*La serpiente replicó a la mujer: - «No moriréis. Bien sabe Dios que cuando comáis de él se os abrirán los ojos y seréis como Dios en el conocimiento del bien y el mal.»*

*La mujer vio que el árbol era apetitoso, atractivo y deseable, porque daba inteligencia; tomó del fruto, comió y ofreció a su marido, el cual comió.*

*Entonces se les abrieron los ojos a los dos y se dieron cuenta de que estaban desnudos; entrelazaron hojas de higuera y se las ciñeron.*

Esa historia de la caída contrasta con la lectura del Evangelio de hoy, donde encontramos a **Jesús, "el nuevo Adán"** que también nos representa a todos, en

una situación parecida a la que se encontraron nuestros padres. Pero ambas historias tienen un final diferente.

### **SALMO RESPONSORIAL: SAL 50.**

#### **R. Misericordia, Señor: hemos pecado.**

Misericordia, Dios mío, por tu bondad, por tu inmensa compasión borra mi culpa, lava del todo mi delito, limpia mi pecado. R.

Pues yo reconozco mi culpa, tengo siempre presente mi pecado: contra ti, contra ti solo pequé, cometí la maldad que aborreces. R.

Oh Dios, crea en mí un corazón puro, renuévame por dentro con espíritu firme; no me arrojes lejos de tu rostro, no me quites tu santo espíritu. R.

Devuélveme la alegría de tu salvación, afiánzame con espíritu generoso. Señor, me abrirás los labios, y mi boca proclamará tu alabanza. R.

### 2ª LECTURA: ROMANOS 5, 12-19

**Hermanos:**

*Lo mismo que por un hombre entró el pecado en el mundo, y por el pecado la muerte, y así la muerte pasó a todos los hombres, porque todos pecaron.*

*Porque, aunque antes de la Ley había pecado en el mundo, el pecado no se imputaba porque no había Ley. A pesar de eso, la muerte reinó desde Adán hasta Moisés, incluso sobre los que no habían pecado con una transgresión como la de Adán, que era figura del que había de venir.*

*Sin embargo, no hay proporción entre el delito y el don: si por la transgresión de uno murieron todos, mucho más, la gracia otorgada por Dios, el don de la gracia que correspondía a un solo hombre, Jesucristo, sobró para la multitud.*

*Y tampoco hay proporción entre la gracia que Dios concede y las consecuencias del pecado de uno: el proceso, a partir de un solo delito, acabó en sentencia condenatoria, mientras la gracia, a partir de una multitud de delitos, acaba en sentencia absolutoria.*

*Por el delito de un solo hombre comenzó el reinado de la muerte, por culpa de uno solo. Cuanto más ahora, por un solo hombre, Jesucristo, vivirán y reinarán todos los que han recibido un derroche de gracia y el don de la justificación.*

*En resumen: si el delito de uno trajo la condena a todos, también la justicia de uno traerá la justificación y la vida.*

*Si por la desobediencia de uno todos se convirtieron en pecadores, así por la obediencia de uno todos se convertirán en justos.*

El trozo de la carta de hoy se podía titular: en el corazón de las dificultades, **encontramos la esperanza**. Descubrimos que estamos tocados por el mismo pecado (somos el antiguo Adán) pero sabemos que somos solidarios en el Cristo vivo: **el Nuevo Adán**.

Para Pablo, **Adán y Cristo son los dos polos de la historia**. Adán, el polo negativo con su carga de pecado y de muerte. Cristo, el polo positivo en quien radican la gracia y la vida.

## **EVANGELIO: MATEO 4,1-11**

Los **tres evangelios sinópticos**, inmediatamente después del bautismo de Jesús, colocan la escena de las tentaciones. Hay que evitar llamarlas tentaciones, pues son **pruebas**, nos indica Schökel. Como el pueblo de Israel es puesto a prueba repetidas veces en el desierto, así Jesús, después del bautismo, guiado por el Espíritu, afronta la prueba en su desierto. Ellos sufren la tentación y sucumben. **Jesús sufre la tentación y triunfa**. Jesús no cederá a ninguna tentación, pero éstas quedan como una **seria advertencia** para todos sus seguidores.

**1-2 Jesús fue llevado al desierto por el Espíritu para ser tentado por el diablo. Y después de ayunar cuarenta días con sus cuarenta noches, al fin sintió hambre.**

La introducción nos sitúa en el contexto adecuado: **el Espíritu de Dios es quien guía a Jesús**; le lleva al desierto, allí pasa Jesús cuarenta días y cuarenta noches, que recuerdan la experiencia de Moisés (Ex 34,28) y la de Elías (2Re 19,8) y que resumen los cuarenta años que duró el camino de Israel por el desierto.

**No lo conduce a una vida cómoda.** Lo lleva por caminos de pruebas, riesgos y tentaciones. Buscar el reino de Dios y su justicia, anunciar a Dios sin falsearlo, trabajar por un mundo más humano es siempre arriesgado. Lo fue para Jesús y lo será para sus seguidores.

**3-4 El tentador se le acercó y le dijo:**  
- «**Si eres Hijo de Dios, di que estas piedras se conviertan en panes.**» Pero él le contestó, diciendo:  
-«**Está escrito: "No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios."**

El tentador, es llamado "el diablo" y más tarde Satanás. El significado es el mismo: **"el adversario"**, el enemigo del hombre, y por tanto de Jesús, queriendo impedir que lleve a efecto su obra salvadora. La fuerza hostil a Dios y a quienes trabajan por su reinado

Lo invita a que de una orden: "*que estas piedras se conviertan en pan*". En su mano estaba satisfacer la necesidad, tras cuarenta días de ayuno. A Jesús no le parece lícito. Él había venido para implantar el Reino y el reinado de Dios no puede ser fruto de los malabarismos milagrosos.

Jesús responde con un texto de la Escritura (Dt 8,3). El alimento no es lo único que mantiene la vida del hombre. También **la Palabra de Dios es alimento**. Dios no abandona nunca a sus fieles. En Dios está su seguridad.

**5-7 Entonces el diablo lo lleva a la ciudad santa, lo pone en el alero del templo y le dice: - «Si eres Hijo de Dios, tírate abajo, porque está escrito: «Encargará a los ángeles que cuiden de ti, y te sostendrán en sus manos, para que tu pie no tropiece con las piedras.»**  
**Jesús le dijo: - «También está escrito: "No tentarás al Señor, tu Dios."**

La ciudad santa es Jerusalén, como dice Lucas. Allí está la sede del templo, lugar de la presencia divina. Coloca a Jesús en el alero del templo, un saliente que dominaba los patios del gran recinto. En la creencia judía este era el lugar donde había de **manifestarse el Mesías** y hacer su proclama a Israel. Él había de derrotar a los paganos y restaurar la gloria del pueblo elegido. La respuesta de Jesús es igualmente con la Palabra de Dios, un texto del Dt 6,16, aceptar la propuesta del tentador significa tentar a Dios, es decir, forzar su acción sin motivo.

**8-11 Después el diablo lo lleva a una montaña altísima y, mostrándole los reinos del mundo y su gloria, le dijo: -«Todo esto te daré, si te postras y me adoras.»**

**Entonces le dijo Jesús: -«Vete, Satanás, porque está escrito: "Al Señor, tu Dios, adorarás y a él solo darás culto."»**

**Entonces lo dejó el diablo, y se acercaron los ángeles y le servían.**

**La tercera** (segunda en Lucas) se desarrolla en un monte, lugar de la suprema condición divina, lugar de los dioses. Satanás ofrece a Jesús el poder universal en su triple dimensión de **riqueza, prestigio y dominio (la gloria del mundo)**. Quiere convertir a Jesús en un Mesías político y dominador. Puede darlo porque le pertenece. El evangelista califica así de **satánicos el poder y la gloria del mundo**. La única condición que le pone es que le rinda homenaje.

Lo único que salva al hombre no es el camino del dominio y la esclavitud, sino **el amor que ofrece vida**. La figura del adversario encarna el poder que tienta la ambición del hombre y lo convierta en enemigo.

¿Jesús no sintió la gran tentación de utilizar su poder para alcanzar la meta de otra manera? El diablo, tal como lo cuentan los sinópticos, no le propone a Jesús hacer nada malo, sino hacer algo bueno. **Si eres el Hijo de Dios demuéstalo.**

La tentación consiste en proponerle que haga lo que tiene que hacer, **pero no a modo divino**, sino a modo humano. Pretender que pueden conseguir los objetivos de Dios, pero sin seguir los métodos de Dios.

**Las tres tentaciones**, son en realidad una sola, pues la pretensión continua de Satanás es hacer renegar a Jesús de su vocación como Hijo obediente de Dios.

Esas han sido **las tentaciones de Israel, la de Jesús y la de la Iglesia**. Todos, menos Jesús, han sucumbido. La tentación de hacer las cosas por Dios pero sin Dios. **Las cartas a las iglesias del Apocalipsis** (2,1-3,22), nos muestran un buen racimo de caídas. Caen en la tentación de **la mediocridad, de la instalación, de la falta de compromiso, de la falta de discernimiento**. Y está hablando a las siete iglesias, es decir, a toda la iglesia. Ojo al dato.

### 3. PREGUNTAS...

#### 1 "El Espíritu lo empujó al desierto".

Después del bautismo, la fuerza del Espíritu le empuja al desierto. **Estará ante Dios solo**, en silencio, sin ayudas materiales ni humanas, y se verá sacudido por el **poder del mal que trabaja** en nuestro entorno y que pretende engañar desde dentro.

**Desierto...**, situado ante el Silencio, vibrando solo con el Silencio de Dios para meditar **el qué y el cómo** de su misión. El desierto es algo más que un lugar geográfico. No significa alejamiento de los hombres sino presencia de Dios. Por esta razón puede hallarse en todas partes. También en medio del tráfico y los edificios como palomares de una gran ciudad es posible encontrar espacios abiertos al silencio, al sosiego interior, al diálogo con Dios.

**Desierto es la "búsqueda de Dios en silencio**, como dice una mística rusa, **Catalina de Hueck**, es el lugar tranquilo donde uno se recoge para encontrar a Dios en el silencio y la oración". Los rusos, dice el hermanito **C. Carretto**, que son maestros en esta materia, lo llaman **pustinia**. Esta **pustinia** sigue al hombre allí donde se encuentra. Si el hombre no puede ir al desierto, el desierto puede venir al hombre. Por eso "se puede vivir el desierto en la ciudad".

**Desierto:** símbolo de búsqueda, de despojo de lo superfluo, encuentro con lo esencial. Y el primer encuentro es con uno mismo. Sufrir carencias para conquistar presencias. La única respuesta, aún ayudado y rodeado de gentes, solo la puede dar uno mismo.

- ¿Escucho al Espíritu? ¿Soy fiel a sus llamadas, aunque al principio me sorprendan y me descuadren? ¿Practico el "desierto"?

#### 2. Dile a estas piedras que se conviertan en pan... No solo de pan vive el hombre"

La primera tentación es que use su fuerza de Hijo para satisfacer "su" hambre, que utilice a Dios en su propio beneficio. La Palabra de Dios nos dice que el hambre se sacia cuando hay solidaridad. **La abundancia es consecuencia del compartir.**

A Dios no hay que rebajarlo como un distribuidor de beneficios, o aquel que nos hace ganar la quiniela o lotería, al que podemos comprar con dos velas, una promesa, o ser hermano de alguna cofradía. Tampoco al hombre hay que rebajarlo a un **ser consumista**, que es feliz solamente en la abundancia de bienes, que se afane en ganar, gane para gastar y gaste para consumir.

Siempre que la Iglesia busca su propio interés, olvidando el proyecto del reino de Dios, se desvía de Jesús. Siempre que los cristianos **anteponemos nuestro bienestar** a las necesidades de los últimos, nos alejamos de Jesús.

- ¿Cómo caigo en esta tentación?
- ¿Qué valor le doy a lo material?

#### 3. Lo puso en el alero del Templo y le dijo: Si eres Hijo de Dios, tírate abajo;

La segunda presenta una imagen falseada de Dios: un Dios que se dedique a hacer milagritos espectaculares, como un malabarista. El Dios de nuestras pequeñas seguridades y milagros, **el Dios tapagujeros al que tantas veces invocamos.**

La tentación de lo fácil, lo espectacular, el éxito, el aplauso, el título, la gloria. Y no el trabajo de liberación desde abajo, el esfuerzo y el gozo por crecer como persona. Cuando los seguidores de Jesús **buscamos «quedar bien»** más que **«hacer el bien»**, nos alejamos de él.

A Dios no hay que rebajarlo como si fuera un agitador de marionetas, que sólo se manifiesta en el milagro y no en la vida diaria, que está "fuera" y no dentro de nosotros, en compañía. Tampoco el hombre es un ser resignado, que siempre está a la espera de la suerte o del milagro, y no es responsable de su destino.

- ¿Caigo en la tentación del triunfo fácil?
- ¿Utilizo a Dios en mi antojo?

#### 4. Todavía lo llevo el diablo a un monte altísimo y le mostró todos los reinos del mundo con su esplendor

La tercera tentación es la más grave: el Adversario propone a Jesús que **utilice el poder como medio** para propagar el Reino. Le propone que, en vez del camino del **servicio** hasta la muerte, escoja el del triunfo; en lugar de **la fraternidad**, el dominio; en lugar de **la solidaridad** con los pobres, la riqueza.

Escalar el poder, concentrándolo en una persona, no es el camino para hacer un mundo de hermanos. El poder, antes o después, produce esclavos en serie, engendra la dominación de unos sobre otros. **Lo de Jesús no era mandar sino servir.**

Es la tentación del poder, de ir creando dependencias, pequeñas tiranías: en nuestra casa, en el trabajo, con los vecinos, en la comunidad parroquial, en el grupo de reflexión...

- ¿Me arrodillo ante el dinero, lo que reluce?
- ¿Me atrapa el tener, el poseer? ¿Busco el poder, la influencia y no el servicio?

#### JESÚS, MI MAESTRO.

En la escena de las tentaciones vemos a Jesús reaccionando lo mismo que a lo largo de toda su vida. No ha venido a preocuparse de **su propio pan**, sino de preparar una mesa en la que todos puedan sentarse a comer. No ha venido a que le lleven en volandas los ángeles, **a acaparar fama** y "hacerse un nombre", sino a dar a conocer el nombre del Padre y a llevar sobre sus hombros a los perdidos, como lleva un pastor a la oveja extraviada. No ha venido **a poseer, a dominar** o a ser el centro, sino a servir y dar la vida.

Juan García Muñoz ([jngarcia@gmail.com](mailto:jngarcia@gmail.com))  
Parroquia San Pablo. HUELVA. ESPAÑA  
<http://www.escuchadelapalabra.com/>