

Propone el papa para la Cuaresma un ayuno de la palabra para frenar la violencia verbal

14/02/2026



León XIV propuso un cambio radical en la forma de comunicación de los fieles y un ayuno que alcanzara también al habla como una práctica de abstinencia concreta para la Cuaresma 2026.

En su mensaje titulado *Escuchar y ayunar. La Cuaresma como tiempo de conversión*, el Sumo Pontífice vinculó el ejercicio espiritual de la privación con la necesidad de frenar la violencia verbal en todos los ámbitos de la vida pública y privada.

El texto oficial destaca que este tiempo de preparación fue planteado para pedir “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 documento pontificio estableció que la Iglesia invitó a poner nuevamente el misterio de Dios en el centro de la existencia para evitar que el corazón se dispersara entre las distracciones cotidianas.

Para León XIV, la escucha de la Palabra de Dios no fue un acto aislado, sino una herramienta que educó para reconocer el sufrimiento y la injusticia en la realidad social. En este sentido, el Papa aseguró 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”.

Ejercicio ascético

Respecto a la práctica del ayuno, el mensaje lo definió como un ejercicio ascético insustituible para ordenar los deseos y mantener despierta la sed de justicia. Sin embargo, el Santo Padre hizo especial hincapié en que esta privación debió trascender lo alimentario para transformarse en una conducta ética frente al prójimo.

El Pontífice exhortó a la comunidad a abandonar el juicio inmediato y las calumnias, especialmente en espacios de alta exposición. “Empecemos a desarmar el lenguaje, renunciando a las palabras hirientes, al juicio inmediato, a hablar mal de quienes están ausentes y no pueden defenderse”, señaló el texto, al tiempo que instó a cultivar la amabilidad en la familia, el trabajo y las redes sociales.

Finalmente, León XIV remarcó la dimensión comunitaria de este proceso y remarcó que la conversión no fue solo un asunto de conciencia individual, sino que debió afectar la calidad del diálogo y el estilo de las relaciones.

El Papa concluyó su mensaje con el deseo de que las comunidades cristianas se transformaran en lugares de acogida

donde la escucha generara caminos de liberación, con el objetivo de que “muchas palabras de odio darán paso a palabras de esperanza y paz” en una humanidad que se encontró sedienta de reconciliación.

Monja croata

En otro orden, León XIV nombró el viernes vicedirectora de la oficina de prensa del Vaticano a la monja croata Nina Benedikta Krapić, de 36 años, que hasta ahora trabajaba en el Dicasterio para la Comunicación, en sustitución de la laica brasileña Cristiane Murray.

Se trata del primer cambio que anuncia León XIV en la oficina de prensa del Vaticano desde el inicio de su pontificado y es además un nombramiento con el que vuelve a introducir para este cargo a una persona religiosa, pues desde que el padre Federico Lombardi fue cesado, al inicio del papado de Francisco, la comunicación y las portavocías habían sido desempeñadas por laicos.

En cualquier caso, León XIV vuelve a apostar por una mujer para ser la viceportavoz del Vaticano, mientras que el director de la sala de prensa sigue siendo Matteo Bruni.

La religiosa, que tomará posesión del cargo el próximo 1 de marzo, nació en Rijeka (Croacia) el 7 de junio de 1989. Se licenció en derecho por la Universidad de Rijeka en 2015, especializándose en Relaciones Públicas y tiene un doctorado en Ciencias Sociales en la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma.

Emitió sus votos en la Congregación de las Hermanas de la Caridad de San Vicente de Paúl el 13 de agosto de 2023. Ha trabajado como periodista y como asesora jurídica para mujeres víctimas de violencia doméstica y otras personas marginadas.

Ha sido responsable de comunicación de Cáritas de la archidiócesis de Rijeka y desde 2023 es trabajadora del

Dicasterio para la Comunicación.