



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

**HOMILÍA PARA LA FIESTA DE CRISTO REY  
Y EL JUBILEO ARQUIDIOCESANO DE LOS JÓVENES\*\*  
“Ustedes también dan testimonio, porque están conmigo” (Jn 15,27)**

Queridos jóvenes, hermanos y hermanas en Cristo:

Hoy celebramos dos gracias inmensas: la fiesta de Cristo Rey del Universo, con la que culminamos el Año Litúrgico, y este Jubileo Arquidiocesano de los Jóvenes. La Iglesia a ustedes los abraza y les dice: “Jóvenes de Panamá, ustedes son importantes. Ustedes cuentan. Ustedes también dan testimonio, porque están con Cristo”.

La fiesta de Cristo Rey nos confronta con una pregunta decisiva: ¿Quién reina realmente en nuestra vida? En una sociedad que exalta la independencia sin raíces, dónde —como decía Benedicto XVI— se quiere construir un mundo como si Dios no existiera, muchos han cambiado al verdadero Rey por pequeños reyes que gobiernan desde las sombras: modas, ideologías, los influencers, presiones sociales y apariencias que prometen libertad, pero esclavizan.

Cristo, en cambio, es el Rey que libera: un Rey cuyo trono es la cruz, cuyo cetro es la misericordia y cuyo manto es la cercanía a los pobres. Es el Rey que lava los pies (Jn 13,4-5), que perdona (Lc 23,43), que cura (Lc 10,34) y que carga al perdido sobre sus hombros (Lc 15,4-5). Este es el Rey que Panamá necesita; el Rey que hace libres a quienes caminan con Él.

Jesús no dice: “Den testimonio porque son perfectos”, sino: “Ustedes también dan testimonio, porque están conmigo”. La vida cristiana no es una larga lista de logros, es una relación. El testimonio nace de caminar con Él, incluso con dudas y heridas laceran nuestro corazón. Por eso joven, tu testimonio no nace de lo que haces, sino de con quién caminas.

Cuando un joven se apaga, la sociedad se oscurece y la Iglesia sufre. Cuando un joven se levanta, la sociedad y la Iglesia florece. Ustedes no son espectadores ni un “futuro” distante. Son el presente que transforma. Pero el protagonismo exige valentía, comprometerse, asumir responsabilidades, hacer “ruido santo” y soñar en grande. Una semilla guardada tiene potencial, pero no da fruto. Dios quiere jóvenes sembrados, enraizados y fecundos.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

#### **PROYECTO DE VIDA: DARLE SENTIDO A LA EXISTENCIA**

Muchos jóvenes viven hoy sin rumbo y sin proyecto, y cuando no hay proyecto, la vida pesa. Pero Dios tiene un sueño para ti. La Iglesia quiere acompañarte —no imponerte— ese camino. El proyecto de vida no es solo elegir una carrera, sino preguntarte: “¿Quién quiero ser? ¿Qué quiero ofrecer al mundo? ¿Qué permiso que Dios haga en mí?”. No dejes tu vida al azar. No entregues tu corazón a quien no te construye.

La esperanza no es un sentimiento, es una fuerza. Un joven es esperanza cuando piensa también en los sueños de los demás, cuando construye, cuando levanta y cuando anima.

#### **VIOLENCIA: UN GRITO A LA SOCIEDAD Y A LA IGLESIA**

Vivimos en un país herido donde la violencia tiende la mano a demasiados jóvenes. Muchos caen en redes de muerte disfrazadas de poder. La Iglesia hoy grita: “¡No abandonemos a nuestros jóvenes!”. Necesitamos familias que escuchen, comunidades que integren; políticas que protejan y oportunidades reales que ofrezcan futuro. Tu vida vale. Tu alma vale. Tu futuro vale.

El próximo 25 de noviembre, el mundo entero detiene su paso para levantar la voz por las mujeres, niñas y jóvenes que han sido víctimas de violencia. No es una fecha más, sino un llamado urgente a nuestra conciencia. En Panamá, hasta el 31 de octubre, trece mujeres han sido víctimas de femicidio, y seis de ellas eran jóvenes como ustedes, llenas de sueños, proyectos y alegría.

Cada una es una herida abierta en nuestro país y un grito que nos reclama responsabilidad. La violencia no comienza el día del golpe, empieza mucho antes, con bromas que humillan, con palabras que degradan, con celos disfrazados de amor, con el control, con el chantaje, con la burla y con la indiferencia. Ahí germina una semilla que luego destruye.

Jóvenes, ustedes tienen la fuerza para romper ese ciclo de violencia. Tienen la capacidad de construir una nueva cultura, una cultura del respeto, una cultura del cuidado, una cultura del amor maduro, una cultura donde la dignidad no es negociable. Les pido con el corazón que sean una generación que construya respeto, que defienda la igualdad y rechace toda forma de violencia y que eduque con su ejemplo.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

Que sus palabras y acciones protejan, no hieran. Que en sus relaciones haya libertad, diálogo, empatía y crecimiento mutuo. Que veamos a cada persona — hombre o mujer— como Dios la ve: con amor, con dignidad y con paz. Hoy más que nunca, los necesitamos. Necesitamos su voz, su compromiso y su valentía. Que juntos soñemos y trabajemos por un Panamá libre de violencia, donde cada mujer camine sin miedo y cada niña crezca respetada. Que Dios les bendiga y les fortalezca en este compromiso.

#### **NO PODEMOS IGNORAR, LA EPIDEMIA DEL VIH Y OTRAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL**

También quiero hablarles, con el corazón en la mano, porque lo que voy a compartir no es solo un conjunto de cifras, son vidas, son rostros, son historias como las de ustedes. Historias que nos duelen y que nos llaman a actuar.

En nuestro país estamos enfrentando una realidad que no podemos ignorar, y que debemos frenar como es la epidemia del VIH y otras infecciones de transmisión sexual que está golpeando con fuerza a la población más joven. Solo en el 2024, Panamá reportó 1,240 casos nuevos de VIH; de ellos, 630 eran jóvenes entre 15 y 29 años, casi el 60% de todos los casos. Esto es alarmante y debe tocar nuestras conciencias. Hace unos años, el grupo más afectado tenía entre 30 y 39 años; hoy la mayoría está entre ustedes, los jóvenes. Esto significa que la epidemia se está moviendo hacia edades más tempranas, hacia quienes deberían estar iniciando sus sueños, construyendo su futuro y desplegando sus talentos.

A esto se suma algo más doloroso. Mujeres embarazadas infectadas con VIH. En el 2023 se reportaron 240 mujeres embarazadas viviendo con VIH; dos eran niñas entre 10 y 14 años; cincuenta eran adolescentes, entre 15 y 19, y ochenta tenían entre 20 y 24 años. El 55% de todas las embarazadas infectadas tenía entre 10 y 24 años. Esta realidad nos grita que algo profundo está fallando en nuestra cultura afectiva, en la educación, en el respeto, en el sentido de dignidad y en la visión del amor.

A esta situación se suma otra herida que duele aún más, la sífilis congénita, bebés que nacen ya infectados. En el 2016 Panamá registró 141 casos; en el 2024 esa cifra subió a 428. ¡Se triplicó! Y la mayoría proviene de madres jóvenes.



† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ

Queridos jóvenes: estas cifras no son para asustarlos, sino para despertarnos. Para que entendamos que la vida no es un juego, que el amor no se improvisa y que la dignidad no se negocia. Ustedes fueron creados para amar y ser amados, no para ponerse en riesgo, no para que otros jueguen con su vida ni para caminar sin rumbo. Quiero decirles algo con toda la fuerza de mi corazón de pastor: ustedes merecen relaciones sanas, libres de violencia, libres de presiones y libres de miedo. Ustedes merecen vivir su juventud con verdad, responsabilidad y cuidado. Merecen ser protagonistas de una cultura donde se proteja la vida y se respete la dignidad. No permitan que nadie, nadie les haga creer que cuidarse es debilidad. Cuidarse es amor propio. Cuidarse es valentía. Cuidarse es fe.

Queridos jóvenes panameños, quiero invitarlos a algo grande: sean una generación que rompa con la irresponsabilidad y la violencia. Sean una generación que elija la vida. Sean una generación que trate su cuerpo y el cuerpo del otro como un templo sagrado. Sean una generación que ame de verdad. Ustedes tienen la fuerza, la inteligencia y la sensibilidad para cambiar esta historia. Y la Iglesia está aquí para caminar con ustedes, para apoyarlos, para escucharlos y para ayudarles a tomar decisiones que construyan futuro, libertad y esperanza. Panamá los necesita. Su futuro los necesita. Dios confía en ustedes.

Una Iglesia sin la voz de los jóvenes es una Iglesia sorda. La sociedad que no escucha a sus jóvenes está condenada al fracaso. Escucharlos es escuchar a Dios que clama por justicia, dignidad y futuro.

Este Jubileo no termina hoy. Hoy comienza una misión, y es de ser jóvenes que testimonian porque están con Cristo; ser jóvenes que construyen esperanza; ser jóvenes que se comprometen; ser jóvenes que caminan con otros. Cristo Rey camina con ustedes. No les pide perfección: les pide que estén con Él. Y con Él, todo es posible.

Que María, la joven de Nazaret, mujer de esperanza, camine con ustedes y los cuide siempre.

  
† JOSÉ DOMINGO ULLOA MENDIETA, O.S.A.  
ARZOBISPO METROPOLITANO DE PANAMÁ