



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

HOMILÍA DE MIÉRCOLES DE CENIZA

Mons. José Domingo Ulloa Mendieta OSA

Parroquia Nuestra Señora del Carmen Juan Díaz, 18 de febrero 2026

Queridos hermanos y hermanas en Cristo Jesús:

Hoy iniciamos, junto a toda la Iglesia universal, este tiempo santo de la Cuaresma. No es simplemente un cambio en el calendario litúrgico; es una oportunidad concreta de gracia, un tiempo que Dios nos regala para detenernos, revisar la vida y volver a lo esencial.

En medio de la realidad que vivimos en Panamá —con sus desafíos sociales, económicos y familiares— esta Cuaresma no puede ser un rito más. Tiene que ser un despertar del corazón.

El profeta Joel nos lo ha dicho con claridad: «Conviértanse a mí de todo corazón». No se trata solo de cambiar algunas cosas externas; se trata de volver la mirada hacia Dios, reconocer nuestras fragilidades y permitir que Él sane lo que está herido.

El salmo nos hacía repetir: «Misericordia, Señor, porque hemos pecado». Y esa es la gran noticia: nuestro Dios es rico en misericordia. Él no se cansa de perdonar. En un país donde muchas veces vemos divisiones, desconfianzas y tensiones, la Cuaresma nos recuerda que Dios sigue creyendo en nosotros y nos ofrece siempre un nuevo comienzo.

No olvidemos que la Cuaresma es un camino. No es un tiempo aislado. Es un itinerario que nos conduce hacia la Pascua. Todo desemboca en la Semana Santa, cuando contemplamos la pasión, muerte y resurrección del Señor. La historia no termina en la cruz. La última palabra la tiene la vida.

Hoy, al recibir la ceniza, escucharemos una de estas frases: «Recuerda que eres polvo y al polvo volverás» o «Arrepiéntete y cree en el Evangelio».

La ceniza tiene un significado profundo. No es un simple símbolo externo ni una tradición más. Proviene de las palmas bendecidas el Domingo de Ramos del año pasado, aquellas con las que proclamamos a Jesús como Rey. Hoy esas mismas palmas se han convertido en ceniza. Esto nos recuerda que la gloria humana pasa, que los aplausos se apagan, que todo lo material es frágil. Somos polvo, sí, pero un polvo amado por Dios. La ceniza nos habla de humildad, de verdad, de autenticidad.



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

Nos invita a reconocer nuestra pequeñez, pero también a confiar en que Dios puede transformar nuestras cenizas en vida nueva.

Y mientras iniciamos este camino cuaresmal, nuestra nación está celebrando el Año Nuevo Chino. Panamá vive estos días con alegría, reconociendo la riqueza cultural de la comunidad china que tanto ha aportado al desarrollo económico, social y también eclesial de nuestro país. Como Iglesia, damos gracias por tantos hermanos y hermanas de origen chino que forman parte activa de nuestras parroquias, que sirven con discreción y compromiso.

El Año Nuevo Chino habla de renovación, de comenzar una nueva etapa, de dejar atrás lo que pesa y abrirse a la esperanza. Para nosotros, cristianos, esa renovación encuentra su plenitud en Cristo. La Cuaresma es el verdadero año nuevo del alma: es el tiempo para limpiar el corazón, reconciliarnos, empezar de nuevo con Dios.

Así como muchas familias se preparan para iniciar un ciclo con esperanza, nosotros iniciamos un tiempo de gracia que nos conduce a la Pascua, donde Cristo renueva todas las cosas.

El Evangelio nos propone tres caminos concretos para vivir esta renovación: la oración, el ayuno y la limosna.

La oración nos devuelve a lo esencial. En una sociedad acelerada, llena de ruido y preocupaciones, necesitamos espacios de silencio para escuchar a Dios. Orar en casa, en familia, participar en la Eucaristía, visitar el Santísimo, abrir la Biblia. Panamá necesita más hombres y mujeres que oren, porque cuando un pueblo ora, se fortalece.

El ayuno nos ayuda a educar el corazón. No es solo privarnos de alimentos; es aprender a dominar lo que nos domina. Ayunar del egoísmo, de la crítica destructiva, de la indiferencia. El ayuno nos hace libres y nos recuerda que dependemos de Dios.

Y la limosna nos invita a compartir. No solo lo material, sino también el tiempo, la escucha, la cercanía. Nuestra tierra panameña, marcada por el encuentro de culturas y por tantos desafíos sociales, necesita gestos concretos de solidaridad.

Queridos hermanos, que esta Cuaresma no pase de largo. Que no sea solo tradición. Que sea transformación. Que en nuestras familias, en nuestras comunidades, en nuestras parroquias, se note que estamos caminando hacia la Pascua.



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

La ceniza que hoy recibimos tiene un significado profundo. No es un simple símbolo externo ni una costumbre religiosa más. La ceniza proviene de las palmas bendecidas el Domingo de Ramos del año pasado, aquellas con las que proclamamos a Jesús como Rey.

Hoy esas mismas palmas se han convertido en ceniza. ¿Qué nos dice esto? Que la gloria humana es pasajera, que los aplausos se desvanecen, que todo lo que parece firme puede volverse polvo.

La ceniza nos recuerda nuestra fragilidad, nuestra condición de criaturas, pero también nos recuerda algo más grande: que Dios puede transformar nuestras cenizas en vida nueva.

En una sociedad que muchas veces vive de apariencias, la ceniza nos habla de verdad, de humildad, de autenticidad. Nos invita a reconocer quiénes somos ante Dios y a dejar que Él reconstruya lo que está roto en nosotros.

Pidámosle al Señor que esta Cuaresma sea un verdadero tiempo de conversión para nuestra Arquidiócesis, para nuestra Iglesia y para nuestro país. Que lleguemos a la Semana Santa con el corazón más limpio, más reconciliado, más comprometido.

Que esta Cuaresma, en el contexto también de este tiempo de renovación que vive nuestra nación con el Año Nuevo Chino sea, para todos, un verdadero comienzo espiritual.

Caminemos juntos. Con humildad. Con esperanza. Con la certeza de que después de la cruz siempre llega la Resurrección. Así sea.



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