



HOREB EKUMENE

Boletín de noticias y comunicaciones

Marzo 2026 N°390

**“ Dios mismo, al revelarse a Moisés
desde la zarza ardiente, muestra que
la escucha es un rasgo distintivo de su ser ”**

(Papa León XIV)

Comunidad Ecuménica Horeb Carlos de Foucauld

Sumario

Editorial:

03- Cuaresma 2026: Escuchar para convertirnos, ayunar para amar

Ekumene:

06- Mensaje del Santo Padre León XIV
Cuaresma 2026

11- Cristianos y musulmanes celebrarán juntos el inicio de la Cuaresma y el Ramadán

Desde el silencio:

14- Muerte y Resurrección

Horeb:

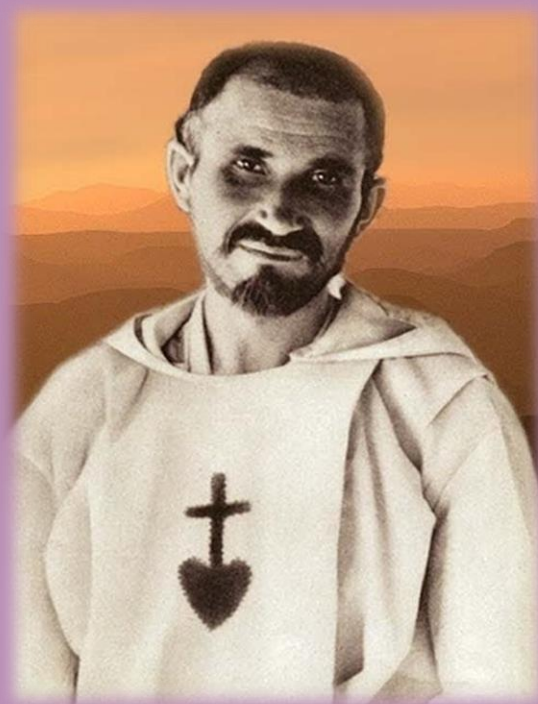
16- “Vosotros sois la luz del mundo” Un reto al fuego del alma

20- Nazareth como enfoque enactivo en Carlos de Foucauld

26- San José, Esposo de María: Padre e cuidador del Mesías

32- La noche del silencio

35- Calendario pluricultural – Febrero 2026



Horeb Ekumene: Boletín de noticias y *comunicación de la Comunidad Ecuménica Horeb*
Carlos de Foucauld.

Director: Vincenzo María Guardino.

Consejo de redacción: José Luis Vázquez Borau, Julia Crespo Benito, Paolo Cesar Ghilini, German Calderón, Guiselle Arias



Hermano Enzo María Guardino CEHCF

Cuaresma 2026:

“Escuchar para convertirnos, ayunar para amar”

El mensaje del Santo Padre León XIV para la Cuaresma de 2026, titulado «Escuchar y ayunar. La Cuaresma como tiempo de conversión», llega como una llamada clara y exigente en medio de un mundo saturado de ruido, opiniones y confrontaciones. El Papa no propone algo novedoso en apariencia, pero sí profundamente transformador: volver a lo esencial.



Escuchar es el primer paso de toda conversión. Antes de hablar, actuar o decidir, el cristiano está llamado a abrir el oído del corazón. Dios mismo — nos recuerda el Papa evocando la zarza ardiente— es Aquel que escucha el clamor de su pueblo. La escucha es, por tanto, rasgo del corazón divino. Si queremos parecernos a Él, debemos aprender a escuchar como Él escucha: con compasión, con paciencia, con disponibilidad para actuar.

En esta Cuaresma, la Iglesia nos invita a hacer silencio interior. No se trata solo de reducir el ruido exterior, sino de crear espacio para la Palabra que ilumina, cuestiona y transforma. Escuchar la Escritura, sí, pero también escuchar el sufrimiento de los pobres, el gemido de la tierra herida, la inquietud del hermano que tenemos al lado. Sin escucha no hay verdadera relación; sin escucha no hay conversión.



El segundo eje del mensaje es el **ayuno**. Lejos de reducirlo a una práctica meramente alimentaria, el Papa lo presenta como una pedagogía del deseo. Ayunar es reconocer de qué tenemos hambre realmente. Es dejar que el corazón se ensanche, como enseñaba San Agustín, para que pueda ser colmado por Dios.

Particularmente provocadora es la invitación a un ayuno del lenguaje. En un tiempo en que las palabras hieren con facilidad —en las redes sociales, en los debates públicos, incluso en nuestras comunidades—, el Santo Padre nos exhorta a desarmar el discurso. Renunciar a la murmuración, al juicio

precipitado, a la palabra que divide. Sustituirla por amabilidad, respeto y esperanza. No es un gesto menor: es un verdadero acto de conversión.

Finalmente, el Papa subraya que la Cuaresma no es un camino solitario. Es una experiencia comunitaria. Parroquias, familias y comunidades religiosas están llamadas a vivir juntas este itinerario de escucha y ayuno, para que nuestras relaciones se purifiquen y nuestras comunidades se conviertan en espacios donde el grito de los que sufren encuentre acogida.

Este mensaje no nos propone prácticas extraordinarias, sino una radicalidad evangélica sencilla y concreta: escuchar más, hablar menos; desear mejor, amar más. Si acogemos esta invitación, nuestra Cuaresma no será solo un tiempo litúrgico más, sino un verdadero paso hacia la “civilización del amor”.

Que esta Cuaresma 2026 nos encuentre disponibles. Con el oído atento, el corazón ensanchado y la palabra purificada. Solo así la conversión dejará de ser un ideal y se convertirá en vida.



EKUMENE

Mensaje del Santo Padre León XIV Cuaresma de 2026

«Escuchar y ayunar. La Cuaresma como tiempo de conversión»

Queridos hermanos y hermanas:

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».[1]



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.

San Agustín, con sutileza espiritual, deja entrever la tensión entre el tiempo presente y la realización futura que atraviesa este cuidado del corazón, cuando observa que: «es propio de los hombres mortales tener hambre y sed de la justicia, así como estar repletos de la justicia es propio de la otra vida. De este pan, de este alimento, están repletos los ángeles; en cambio, los hombres, mientras tienen hambre, se ensanchan; mientras se ensanchan, son dilatados; mientras son dilatados, se hacen capaces; y, hechos capaces, en su momento serán repletos».[2] El ayuno, entendido en este sentido, nos permite no sólo disciplinar el deseo, purificarlo y hacerlo más libre, sino también expandirlo, de modo que se dirija a Dios y se oriente hacia el bien.

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».[3] 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».[4]



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. También la Escritura subraya este aspecto de muchas maneras. Por ejemplo, cuando narra en el libro de Nehemías que el pueblo se reunió para escuchar la lectura pública del libro de la Ley y, practicando el ayuno, se dispuso a la confesión de fe y a la adoración, con el fin de renovar la alianza con Dios (cf. Ne 9,1-3).



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.

Vaticano, 5 de febrero de 2026, memoria de santa Águeda, virgen y mártir.

LEÓN XIV PP.

[1] Exhort. ap. *Dilexi te* (4 octubre 2025), 9.

[2] S. Agustín, *La utilidad del ayuno*, 1, 1.

[3] Benedicto XVI, *Catequesis* (9 marzo 2011).

[4] S. Pablo VI, *Catequesis* (8 febrero 1978).

Mensaje publicado e www.vatican.va

Cristianos y musulmanes celebrarán juntos el inicio de la Cuaresma y el Ramadán

Este 2026, cristianos y musulmanes vivirán juntos dos de las celebraciones religiosas más importantes de sus respectivas tradiciones, [...] la Cuaresma, para los fieles cristianos, y el Ramadán, para los musulmanes. La coincidencia, poco habitual, pone de relieve los puntos de contacto entre dos tradiciones que, a pesar de las diferencias doctrinales, comparten la práctica del ayuno y la intensificación de la vida espiritual.

La coincidencia de dos tradiciones religiosas



La coincidencia se debe a que ambas celebraciones se rigen por calendarios diferentes. La Cuaresma depende del calendario litúrgico cristiano y de la fecha variable de la Pascua, mientras que el Ramadán sigue el calendario lunar islámico, que se basa en la observación de la media luna. Solo en determinados años los cálculos coinciden en el calendario gregoriano.

Más allá del calendario, el paralelismo también es simbólico: tanto la Cuaresma como el Ramadán son períodos de preparación espiritual, de revisión de vida y de intensificación de la oración y la caridad, unos valores compartidos en ambas tradiciones religiosas.

La Cuaresma: cuarenta días de preparación para la Pascua

La Cuaresma (del latín *quadragesima*, ‘cuarenta’) es el período de cuarenta días antes de Pascua que el calendario litúrgico cristiano señala como

preparación para la Semana Santa. Comienza el Miércoles de Ceniza y culmina el Domingo de Pascua. Su objetivo es ofrecer a los fieles un tiempo de reflexión y penitencia para prepararse para la celebración de la resurrección de Cristo.

El simbolismo del número cuarenta es central en esta tradición: cuarenta días duró el Diluvio, cuarenta días pasaron Moisés y Elías en la montaña y cuarenta días ayunó Jesús en el desierto. Las fechas del período cuaresmal varían cada año en función de cuándo cae la Pascua, que puede situarse entre el 22 de marzo y el 25 de abril; por eso el inicio de la Cuaresma oscila entre el 4 de febrero y el 10 de marzo.

Tradicionalmente, la Cuaresma se ha caracterizado por el ayuno y la abstinencia. En la Edad Media, las restricciones eran severas e incluían la prohibición de consumir carne y huevos a lo largo de los 40 días.



Actualmente, el ayuno es obligatorio el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo y consiste en hacer una única comida completa al día, con dos colaciones ligeras. Además, todos los viernes son días de abstinencia de carne. El ayuno se considera una manera de identificarse con el sufrimiento de Cristo durante la Pasión. En los Países Catalanes, la tradición popular representa este período con la Vieja Cuaresma, una figura femenina con siete piernas —una por cada semana— a quien se arranca una cada semana hasta la llegada de Pascua.

El Ramadán: el mes sagrado del islam

El Ramadán es el noveno mes del calendario islámico y constituye uno de los cinco pilares del islam. Durante este mes sagrado se conmemora la primera revelación del Corán al profeta Mahoma. La observancia dura entre veintinueve y treinta días, desde la observación de una media luna hasta la siguiente. El ayuno, o *sawm*, desde el alba hasta la puesta de sol es obligatorio para todos los musulmanes adultos, excepto en casos de enfermedad, viaje, embarazo, lactancia u otras situaciones justificadas. La comida que se realiza antes del amanecer recibe el nombre de *sahur*, mientras que la que rompe el ayuno al atardecer se llama *iftar*.

El Ramadán es un tiempo de reflexión espiritual, de autodisciplina y de intensificación de la oración. Los musulmanes aumentan la recitación del



Corán, las oraciones nocturnas y las obras de caridad, como la *zakat*, la limosna obligatoria. Entre los momentos más significativos está la Noche del Destino (Laylat al-Qadr), considerada la más sagrada del año, y la celebración del Id al-Fitr, que marca el final del ayuno y el retorno a la normalidad. La coincidencia este 2026 de la Cuaresma y el Ramadán ofrece una imagen singular de un calendario compartido: dos identidades religiosas que, desde tradiciones diferentes, inician a la vez un camino de ayuno, oración y renovación interior.

Pau M. Duran Artículo publicado en catalunyareligio.cat

Desde el silencio



José Luis Vázquez Borau, Presidente - Fundador CEHCF

Muerte y resurrección

El significado de replegarse sobre sí mismo puede ilustrarse con estos procesos naturales: el caracol que se repliega en su caparazón o el árbol de hoja caduca que en invierno repliega sus fuerzas en sí mismo para que le caigan las hojas. Pero la Iglesia siempre ha subrayado que la retirada de Dios y el resurgimiento, por ejemplo, en Pascua no es un proceso de las leyes naturales, ya que se trata de personas, y, por tanto, de culpa, gracia, esperanza y amor. El Viernes Santo, Dios se repliega en sí mismo en Jesús. Esto crea una dolorosa distancia: «Dios mío, ¿para qué me has abandonado?». El abandono es la metáfora que sugiere la distinción entre la conciencia de Jesús



y el Dios oculto en él. En el Cristo muerto, Dios está ahí, pero lejos. Jesús ora en la cruz a este Dios oculto.

La resurrección consiste en que Dios, replegado en sí mismo, emerge de nuevo en Jesús y se encuentra con los discípulos con un cuerpo transformado. La muerte es como el silencio y el silencio como la muerte. Los monjes y monjas del desierto practican el repliegue sobre sí mismos. Se retiran a su corazón más íntimo, lugar donde se produce todo cambio relevante: el odio se transforma en amor, la violencia en perdón. El Viernes Santo Dios se retira a sí mismo en Jesús, se repliega en su corazón más íntimo, sede del amor. Iesus Caritas.





Hermana Julia Crespo Benito CEHCF

“Vosotros sois la luz del mundo” un reto al fuego del alma

Siempre que leo este Evangelio me impacta profundamente, siento que Jesús nos lanza un desafío que es, al mismo tiempo, un regalo de identidad: *"Vosotros sois la luz del mundo"*. (cf. Mt 5,14-16). Pero, ¿qué significa realmente en nuestra vida cotidiana y en nuestra fe ser luz?

Hay algo instintivo en nuestra relación con la luz. Desde que somos niños, la oscuridad nos inquieta; por la **incertidumbre** que genera. Sin luz, perdemos la referencia de dónde estamos, hacia dónde vamos y quién está a nuestro lado.

La fragilidad de caminar a oscuras

Todos hemos pasado por "noches oscuras". Momentos de pérdida, de duda existencial o de vacío espiritual donde parece que el interruptor del sentido se ha apagado. Cuando nos falta la luz:

- **Perdemos la perspectiva:** Los problemas pequeños se agigantan y los obstáculos parecen muros infranqueables.
- **Nos aislamos:** En la oscuridad el miedo nos encierra en nosotros mismos y nos es difícil reconocer al otro.
- **Nos paralizamos:** Sin una dirección clara, sin un faro que nos oriente, el miedo a dar un paso en falso nos impide avanzar.

La falta de luz en nuestra vida no es solo la ausencia de alegría, es la ausencia de **dar sentido a nuestro propio camino**.

Las palabras de Jesús, en esos momentos resuenan con una hondura especial: "Vosotros sois la luz", no está diciendo "deberíais ser" o "algún día seréis". Dice: sois. No está diciendo que debemos fabricar nuestra propia iluminación a base de esfuerzo o voluntad férrea, sino que en cualquier circunstancia somos reflejo **de la Luz del Creador porque somos sus criaturas**.



Como la luna refleja la luz del sol, nuestra vida está llamada a reflejar la de Cristo y cumplir la triple misión de ser:

1. La luz que revela la verdad.

Ser luz no significa vivir sin sombras. Significa, más bien, no negarlas. La luz no elimina automáticamente la noche, pero la atraviesa. Permite reconocer los obstáculos del camino y da confianza para avanzar. Cuando una persona es consciente de esto, vive con mayor coherencia, con menos dobleces, con una verdad que no necesita esconderse. Ser luz significa vivir en la transparencia. Un cristiano no es alguien perfecto, sino alguien que no tiene miedo de que la luz de Dios ilumine sus sombras. Si nos sentimos iluminados por Su amor, podemos mirar el mundo sin prejuicios y con la verdad por delante, incluso en medio de nuestras noches oscuras.

Jesús no ocultó las emociones que le embargaban en algunos momentos de sus vida: la ira ante los mercaderes del templo; la decepción ante algunas

actitudes de sus discípulos; la profunda tristeza durante el recorrido de su Pasión.

2. La luz que guía, no que deslumbra

Jesús no nos pide que brillemos para ser admirados, sino para que otros puedan ver el camino. Nos pide que seamos luz humilde y compartida. Una luz que deslumbra ciega; una luz que acompaña, guía. Nuestra misión es alumbrar el paso de quienes caminan a nuestro lado, especialmente de quienes están en el túnel del sufrimiento.

Ser luz del mundo no implica protagonismo ni grandeza exterior. Una lámpara cumple su misión no cuando se mira a sí misma, sino cuando permite ver a los demás. Así también la vida creyente: ilumina cuando se vuelve servicio, cuando se hace gesto sencillo, cuando se entrega sin estridencias

En nuestra experiencia cotidiana, todos hemos conocido a personas luminosas. No necesariamente brillantes, ni perfectas, ni siempre alegres. Personas que, simplemente, al estar presentes, aclaran el ambiente. Escuchan sin juzgar, acompañan sin imponer, sostienen sin hacer ruido. Su luz no deslumbra; orienta.

La luz que Jesús propone no compite con otras luces, no busca imponerse, no hiere los ojos. Es una luz que se ofrece para que otros caminen con más seguridad. Una luz que nace del amor concreto, de la justicia silenciosa, de la fidelidad en lo pequeño.



3. La ciudad en lo alto del monte

"No se puede ocultar una ciudad puesta en lo alto de un monte". La fe no es un asunto privado de "consumo personal". Ser luz implica una responsabilidad social: llevar esperanza donde hay pesimismo y justicia donde hay oscuridad.

Quizá el mundo no necesite más focos cegadores, sino **pequeñas luces fieles**, distribuidas por pueblos y ciudades, encendidas en medio de la noche cotidiana: en la familia, en el trabajo, en la fragilidad compartida, en el perdón ofrecido una y otra vez.

No necesitamos ser focos cegadores; basta con mantener encendida esa pequeña llama de bondad, de escucha, de acogida, o de ese pequeño servicio que alguien está esperando para no tropezar en su propia oscuridad.

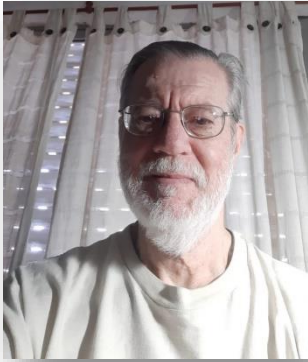
Jesús nos confió la misión de iluminar aquellos rincones del mundo a los que solamente nosotros tenemos acceso. **No escondamos nuestra lámpara bajo el celemín; dejemos que la luz de Su palabra nos atraviese y se convierta en un faro para los demás.**



Nazareth como enfoque enactivo en Carlos de Foucauld.

PRÓLOGO

Comprender la Enacción de manera simple



La enacción, según Francisco Varela, Evan Thompson y Eleanor Rosch, afirma algo esencial y profundamente humano: no percibimos un mundo preexistente que simplemente “está ahí”, sino que el mundo que experimentamos surge de nuestra interacción viva con él. Percibir y actuar no son procesos separados: percibimos porque actuamos, y actuamos porque percibimos.

Este principio se comprende de manera magistral en el experimento de los gatitos.

El experimento de los gatitos (explicado en 1 minuto)

Hubo dos grupos:

1. Gatitos activos

- Caminaban por sí mismos en la oscuridad.
- Decidían hacia dónde mover sus patas.
- Su cuerpo y sus ojos estaban sincronizados mediante la acción.

2. Gatitos pasivos

- Eran trasladados en un carrito.
- Veían el mismo “mundo visual”, pero sin mover su cuerpo.
- Sus retinas eran estimuladas igual, pero sin auto-movimiento.

Cuando encendieron la luz:

- Los gatitos activos veían bien y coordinaban su movimiento.
- Los gatitos pasivos tropezaban con todo, como si no pudieran ver.

Los ojos eran idénticos.

Lo único diferente era la relación entre percepción y acción.



Qué enseña este experimento

La percepción no ocurre solamente en la cabeza. La percepción se construye en el movimiento.

Los gatitos activos aprendieron:

- qué significa mover la cabeza,
- cómo cambia la luz al girar,
- qué se siente al avanzar hacia algo,
- cómo su cuerpo modifica la experiencia.

Los gatitos pasivos vieron imágenes, pero no construyeron un mundo significativo, porque faltó la relación sensorio–motora.

¿Qué es entonces la Enacción?

1. La percepción es sensorio–motora

Varela lo resume con su frase célebre: “Ver es una forma de hacer.”

Percibir no es recibir datos, sino actuar en el mundo para revelar sentido.



2. La percepción es circular

- Me muevo.
- El movimiento cambia lo que percibo.
- Lo percibido me invita a moverme de nuevo.
- Ese movimiento vuelve a modificar la percepción.

Este bucle construye el mundo vivido.

3. La percepción es la construcción activa de un mundo

- Si me muevo activamente → surge un mundo coherente.

- Si solo recibo imágenes pasivamente → no emerge mundo significativo.

La frase clave

“Enacción significa que no vemos para movernos; nos movemos para ver.”

La enacción nos recuerda que el mundo que aparece ante nosotros es fruto de nuestra vida encarnada, de nuestra sensibilidad corporal, de nuestra historia personal y espiritual. Es un mundo co-emergente: yo lo configuro, y al mismo tiempo, él me transforma.

Este marco es esencial para comprender lo que sigue:

cómo Carlos de Foucauld enactuó Nazaret en su vida hasta hacerlo emerger como su modo de ser más profundo.

Nazaret como Ensamble Enactivo en Carlos de Foucauld

El itinerario espiritual de Carlos de Foucauld puede comprenderse hondamente desde una perspectiva enactiva y encarnada, donde Nazaret no es un concepto abstracto ni una idea devocional, sino un modo de ser-en-el-mundo que él realiza corporal, afectiva y existencialmente.



Su vida se convierte en un proceso dinámico de transformación espiritual, donde cada etapa, cada contexto y cada gesto se co-determinan con su modo de relacionarse con Dios, con el prójimo y consigo mismo.

Desde su conversión, Carlos se deja atraer por Jesús y por la forma humilde y escondida de la vida de Nazaret. Nazaret se vuelve su eje, pero no como repetición, sino como emergencia: como algo que él hace nacer mediante su propia vida encarnada.

Nazaret en la Trapa

Allí, Nazaret toma la forma de obediencia radical, pobreza y desaparición en la vida común. Fue un primer moldeamiento enactivo: un aprendizaje sensorial, espiritual y corporal de humildad y disciplina profunda.

Nazaret con las clarisas

En esta etapa, Nazaret se reconfigura en:

- oración silenciosa,
- simplicidad del trabajo,
- vida oculta y eucarística.

Su mundo vivido se transforma según su práctica, su espacio y su afecto.

Nazaret en el desierto: Beni Abbès y Tamanrasset

En el desierto, la enacción de Nazaret alcanza una madurez particular:

- Nazaret se vuelve hospitalidad radical y silenciosa.
- Su soledad se convierte en presencia para los tuareg.
- Su clausura es ahora una inserción profundamente encarnada.
- Su vida es un Evangelio vivo: silencioso, tierno, compasivo.

En Tamanrasset, su Nazaret integra enactiva y coherentemente tres dimensiones:

- El Nazaret escondido: vida simple, silenciosa, laboriosa.
- La soledad del desierto: escucha, oración, disponibilidad total.
- La vida pública de Jesús: acogida, amistad, bondad concreta.

Sin abandonar su vida contemplativa, Carlos encarna una presencia que transforma y es transformada. Su mundo espiritual emerge en interacción con el mundo humano y geográfico del desierto.

Conclusión enactiva

Carlos no reproduce Nazaret. Lo hace emerger.

Nazaret se vuelve una forma de vida: corporal, afectiva, relacional, espiritual. Su identidad espiritual y su mundo vivido se entrelazan hasta volverse inseparables.

Bibliografía

- Carlos de Foucauld, Escritos espirituales.
- José Luis Vázquez Borau, Vivir Nazaret.
- Francisco Varela, De Cuerpo Presente.
- Francisco Varela, El Fenómeno de la Vida.
- Maurice Merleau-Ponty, Fenomenología de la Percepción.
- Humberto Maturana & Francisco Varela, El Árbol del Conocimiento.

Autor

Dr. Pablo Ghilini

Médico Neurocirujano

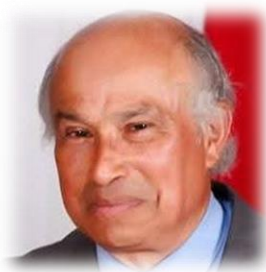
Hermano eremita de la Comunidad Ecuménica HOREB Carlos de Foucauld

Actualmente dedicado a la investigación autónoma en:

- Neurobiología del comportamiento humano
- Implicancias neurobiológicas de la espiritualidad y la contemplación
- Fenomenología y enacción en la vida espiritual

San José, Esposo de María: Padre cuidador del Mesías

Hermano German Calderón Calderón CEHCF



Como durante la cuaresma 2026, también se celebra la fiesta de San José, presentaré algunas consideraciones sobre este grandioso santo Patrono de la Iglesia universal.

San José, oriundo de Belén, fue elegido por Dios para ser el padre adoptivo del Mesías y el esposo más fiel de la Madre del Hijo de Dios. Su proyecto de vida, como ciudadano israelita y creyente en el Dios de Abraham, su misión y la plenitud de su existencia sólo pueden comprenderse en el contexto de la fe de su pueblo, Israel. Su intimidad con el Dios de Abraham, Moisés y los profetas lo convierte en un místico y un israelita auténtico e incomparable. Su vínculo matrimonial con la madre del Mesías lo inserta en la misión y el misterio de su llamado a ser el padre putativo del Salvador, con las responsabilidades y el cuidado que esta delicada misión exigía. Su gloria y honor son contemplados, venerados y celebrados en la inseparable tríada de unión y amor eternos con su esposa María y su hijo Jesucristo. Los cristianos tenemos mucho que conocer, admirar y aprender de Aquel que es el más grande de todos en el Reino de los Cielos (Mt 11,11).



ENTREVISTA CON SAN JOSÉ

Pedimos a San José una entrevista para bajar en las redes sociales con preguntas de personas de la comunidad. Aceptó con mucha amabilidad. Veamos.

1- Pregunta:

“San José, cuando se anunció que serías el guardián del Verbo divino encarnado, ¿sentiste alguna vez temor o aprensión al asumir esta gran y delicada misión?” (Padre Pedro, Sacerdote de la Comunidad).

El miedo es una emoción que paraliza la mente y el corazón. Al principio, no entendía la misión que Dios me encomendaba. Así que me refugié en la fe del Dios de mi pueblo: oré, lloré y clamé: “Dios mío, mi roca, mi refugio, mi escudo, la fuerza que me salva, mi baluarte” (Salmo 18). Así, en la oscuridad de mi fe y en el silencio de Dios, mi mente y mi corazón tomaron la mejor decisión, como ya saben (Mt 1:24). Así, en la quietud de la noche, pude recitar el Salmo 27: «El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?» «El Señor es la fortaleza de mi vida, ¿de quién tendré miedo?» «Invoqué al Señor, y él me respondió; me libró de todos mis temores» (Sal 34:5). Entonces recordé lo que el Señor Yahvé le recomendó a Josué: «Sé fuerte y valiente. No temas ni te desanimes, porque el Señor tu Dios estará contigo dondequiera que vayas» (Josué 1:9).

2- Pregunta:



San José: ¿Qué tipo de trabajo de carpintería hacías? (Mario, albañil en una construcción).

Bueno, Mario, para entender cómo era mi trabajo y por qué los vecinos de Nazaret llamaban a Jesús el Hijo de TEKTON, el Artesano (TEKTON τέκτων y נָגָרָא - **nagarah**. Marcos 6:3; Mateo 13:55; Isaías 41:7), es necesaria una explicación.

Tekton es una palabra griega que se usa en los Evangelios para significar artesano. Artesano en piedra, madera, metal o arcilla ("¿No es este el hijo del carpintero?" (*ho Tou tektōnos huios*)).

En aquel entonces, Nazaret era un pueblo de 30 familias que vivían de la agricultura y residían en casas bajas y hacinadas, en su mayoría enclavadas en las laderas, con las habitaciones interiores en el fondo, como se puede ver hoy en las excavaciones de la Basílica de la Anunciación en Nazaret.

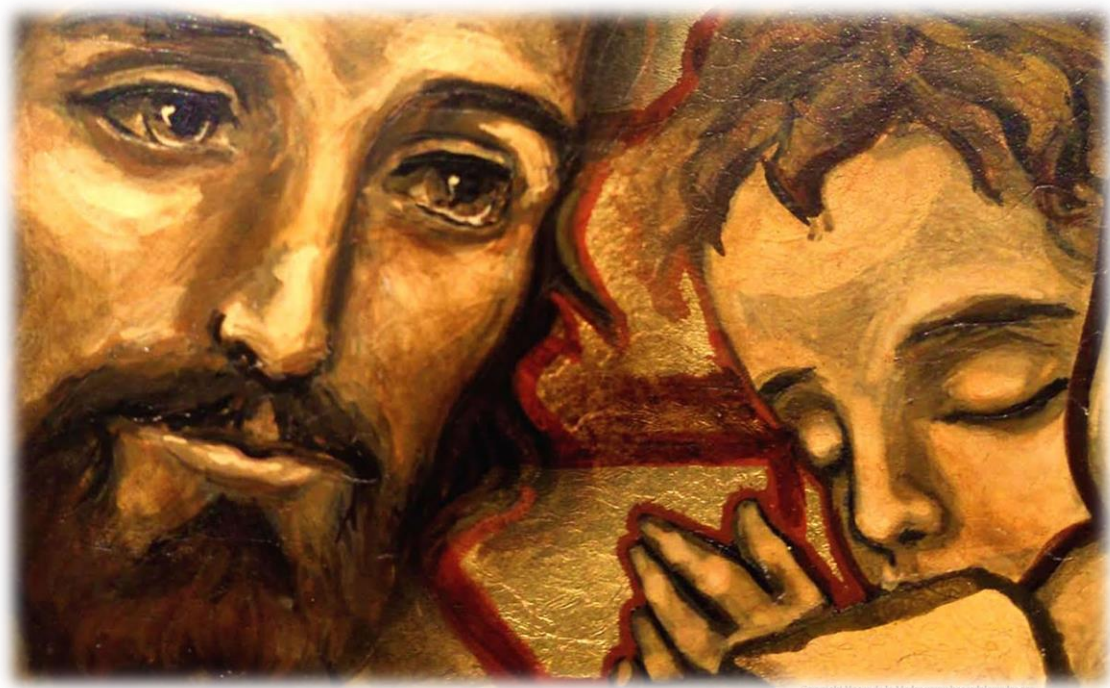
Para mantener una vida familiar digna, era necesario realizar diversos trabajos o ser hábil y competente en una especialización; no bastaba con saber cultivar el huerto o ser un buen esquilador de ovejas. En nuestro caso, le enseñé a Jesús a ser un Tekton hábil y competente, como yo (Artesano), garantizándole una profesión independiente.

El trabajo en Nazaret era precario e intermitente, pero, gracias a Dios, a menos de seis kilómetros de Nazaret estaba el poblado de Séforis (actual Sípora) y otras dos ciudades que estaban en reconstrucción: Tiberíades y la reconstrucción de Escitópolis después del terremoto, donde nuestra especialidad como artesanos, escultores y talladores tenía una gran demanda. Jesús y yo trabajamos desde el domingo (Yom Rishon (ראשון יום)) hasta el viernes (Yom Shishi (שישי יום)), cuando viajamos a Nazaret para celebrar el Shabat con María y la familia.

3- Pregunta:

San José: “¿Qué hizo el Señor con los regalos de los Magos: oro, incienso y mirra?” (Allany, joven que se prepara para la confirmación).

En realidad, nada. Los regalos que los Magos ofrecieron a Jesús no tenían contenido material, sino un gran y profundo significado religioso, bíblico y espiritual. El nombre técnico del episodio que narra el encuentro de los Magos (Mt 2,1-13) es Midrash, según nuestros rabinos. El Midrash es como una catequesis que intenta explicar el contenido bíblico, revelado por Dios, pero que requiere explicación porque de otra manera nosotros, los simples creyentes, no lo entenderíamos.



Entiendo que los visitantes de Oriente, guiados por la estrella, conocían las profecías de Israel, por lo que sentían admiración, respeto y amor por nuestro pueblo, y el nacimiento de su rey, su Mesías, significó la presencia salvadora de Dios, no solo para nosotros, los judíos, sino para todo el universo. Comprendieron que el Mesías era un regalo del Dios de los judíos a la

humanidad. Así, de la manera más cortés, devota y conmovedora, ofrecieron a cambio lo mejor de cada uno, manifestando su gratitud, amor y adoración, a pesar de haber encontrado a un bebé en los brazos de María y míos, un simple artesano, en una casa modesta y limpia. A la luz de nuestras profecías, reconocieron que estaban visitando a un rey, y, por supuesto, el regalo para un rey son piedras preciosas y oro. Pero el rey de los judíos también era el Mesías, por lo que el incienso más fino y puro de Oriente era el mejor regalo para un rey que era Dios y Mesías de la humanidad. Además, el bálsamo de mirra para ungir los cuerpos representaba el destino de este Rey: su pasión y muerte dolorosa, y su resurrección inmediata para reinar eternamente.

4- *Pregunta*

San José: “¿Cuáles eran las costumbres religiosas en su época?” (Ana Betania, empleada de la alcaldía).

Interesante su pregunta, Ana. Para nosotros, los israelitas, la celebración del Shabbath es el centro de la vida religiosa. Shabat (שבת) es el día de descanso. Comienza el viernes al atardecer y termina al atardecer del mismo sábado. Tenemos siete festividades importantes, incluyendo la Pascua judía. La sinagoga era el centro educativo y religioso de la comunidad, pero la familia lo era todo: lugar de nacimiento, escuela de vida y garantía de trabajo. Se extendía a todo el clan familiar.

En Nazaret, como en otros pueblos de Galilea, vivíamos profundamente nuestra fe a través de nuestras familias y nuestras reuniones religiosas los sábados en la sinagoga. Al amanecer y al anochecer, todos orábamos a nuestro Dios, creador del mundo y salvador de Israel, la oración que en nuestro idioma se llama ***Shemá Israel Adonai Elohenu Adonai ehad***: Escucha, Israel, el Señor es nuestro único Dios, y Señor es nuestro Dios; Ama, pues, al Señor tu Dios con todo tu corazón, con



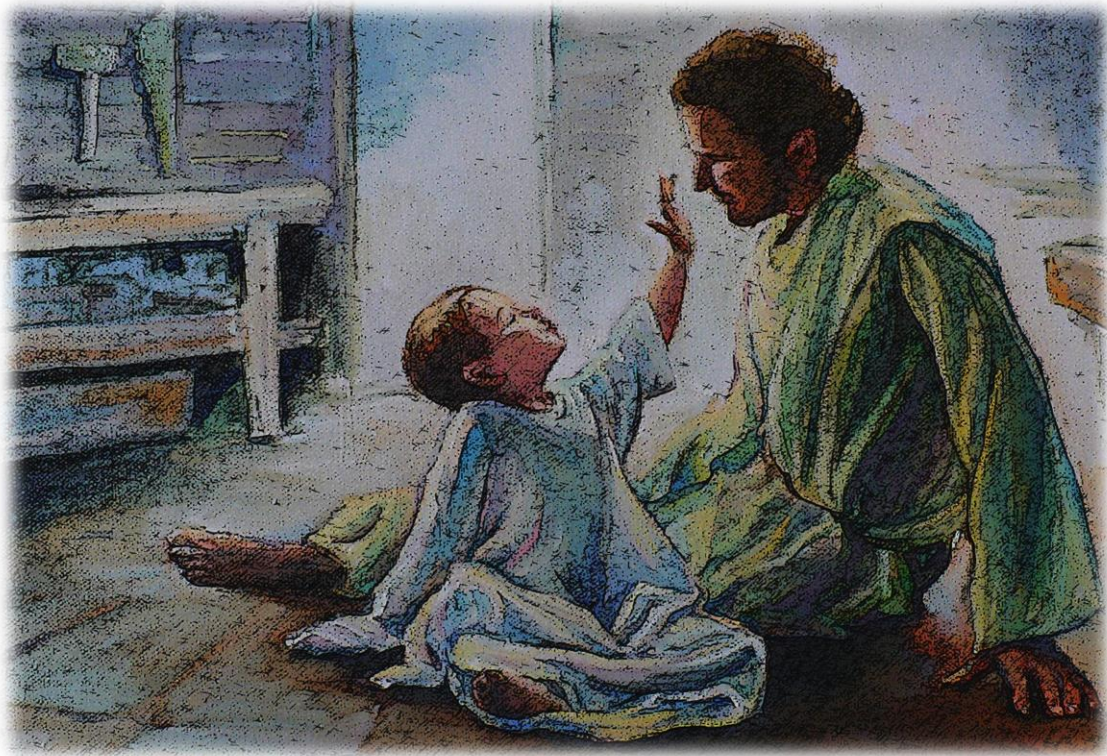
toda tu alma y con todas tus fuerzas” (Deuteronomio 6:4-9).

Los viernes, nuestros corazones se llenaban de alegría anticipando el Shabbath, que María, la madre de Jesús, presidía, iniciando con el encendido de las velas y junto con las demás mujeres, servían los diversos platos que habían preparado este día sagrado.

5- Pregunta

San José: “¿Cómo se perdió Jesús allí en Jerusalén?” (Lucas, policía residente en el barrio).

Querido Lucas, excelente pregunta. Como aprendiste de niño, en el catecismo, los judíos solo teníamos un lugar donde el Dios de la alianza habitaba invisible y misteriosamente entre el pueblo: el santo templo de Jerusalén. Desde todos los rincones de Palestina peregrinábamos a Jerusalén para las grandes fiestas, y durante el día rezábamos el Shemá, las bendiciones y la acción de gracias, dirigiendo nuestra mirada hacia Jerusalén. Así, María y yo enseñamos a Jesús a orar. Todas nuestras alegrías personales y comunitarias se centraban en Jerusalén. Los Salmos nos lo recuerdan con severidad:





“Si me olvido de ti, Jerusalén, que se seque mi mano derecha; que se me pegue la lengua al paladar si no me acuerdo de ti, si no elevo a Jerusalén a la cumbre de mi alegría” (Salmo 137:6).

Ahora, Lucas, un poco de información para tu comprensión: Nazaret está a 120 kilómetros de Jerusalén, y en nuestras peregrinaciones familiares hacíamos recorridos de 30 kilómetros al día. Había lugares especiales para pasar la noche. Los caminos estaban empedrados, contruidos por el Imperio Romano, pero no siempre estaban en buen estado.

Otro dato: en nuestra cultura judía, los niños comenzaban a ser adultos o responsables de sí mismos a partir de los trece años.

Mi hijo, Jesús, no se perdió realmente en Jerusalén; había falta de comunicación. ¡Fuimos nosotros quienes lo perdimos!

Jerusalén, en ese momento, tenía 30.000 habitantes, y los peregrinos llegaron a 100.000 en la Pascua; ¡había muchísima gente! Jesús Posiblemente pensó: «Si debo ocuparme de las cosas de mi Padre, esta es la primera oportunidad». María y yo, al principio, no entendíamos por qué Jesús se comportaba así. Sin embargo, nosotros, más tarde, lo comprendimos. Jesús fue un hijo excelente y admirable.

Agradecemos profundamente a San José su prontitud y cordialidad al responder, en nuestro idioma, esta primera entrevista.

San José, respondió en su idioma: Hakará Tová - טובה הַכָּרַת!

Mi rincón de poemas



Hermana Guiselle Aries CEHCF

La noche del silencio

Hoy pude verte, Señor, en la cruz.

Suspendido entre el cielo y la tierra, entregándolo todo.

Tu cuerpo marcado por el dolor, tu rostro cubierto por la sangre del sacrificio, tu cabellera enredada como la historia herida de la humanidad.



El madero destilaba la Vida, y esa sangre preciosa caía sobre la tierra polvorienta, pisada por muchos que no sabían que caminaban sobre el precio de su salvación.

Bendito suspiro que te estremeció hasta las entrañas. En ese último

aliento entregaste tu espíritu a tu amadísimo Padre.

Y fue en ese suspiro, en ese acto purísimo de amor, donde yo recibí la vida.

La tierra se estremeció. El cielo lloró. La creación entera pareció gemir ante el misterio.

¿Cómo no estremecerse ante el Amor rechazado?

¿Cómo permanecer indiferente ante la herida del Hijo?

Al pie de la cruz, la sangre se mezclaba con el barro y la lluvia.

Almas piadosas, temerosas pero llenas de amor, se acercaban para cubrir tu desnudez.

Manos temblorosas te tocaban con reverencia, queriendo aliviar lo que ya estaba consumado.

¡Cómo no mirar a tu Madre!

Silenciosa, traspasada por el dolor, con el alma clavada junto a la tuya.

Ella retiraba con ternura lo que te había coronado Rey.

En sus ojos ardía un fuego que no era desesperación, sino esperanza escondida.

Te envolvieron en lienzos húmedos, aferrados a tu cuerpo como mi alma se aferra a tu misericordia.

Con pasos apresurados y corazones rotos te llevaron al sepulcro antes de que la noche más oscura cayera sobre el mundo.



Esa noche no fue como las otras. Las lámparas permanecieron encendidas.

Las conciencias ardían más que el fuego. El silencio del Padre era pesado, profundo, incomprensible.

Parecía que el mal celebraba.

Parecía que todo había terminado.

Los discípulos, vencidos por la culpa y el miedo, sentían el peso de su traición.

Pedro lloraba su negación. Cada uno enfrentaba su propia pobreza.

María, en cambio, permanecía.

Silenciosa junto a la hoguera, guardando en su corazón la última espada.

Pero sus ojos no estaban vacíos. En ellos brillaba una chispa que nadie más conservaba: la esperanza.

El sábado amaneció inmóvil. El viento calló. Las aves no cantaron. Hasta la creación guardaba duelo.

Fue la noche del gran silencio. El tiempo suspendido entre la herida y la promesa.

El día en que el cielo pareció cerrado.

El día en que el Padre guardó silencio.

Y sin embargo... en lo secreto, en la hondura invisible del misterio, Dios obraba.

Señor, al contemplarte en la cruz he visto mi pecado y he visto tu amor.

He visto mi cobardía y he visto tu fidelidad.

He visto mi huida y he visto tu permanencia.



En la noche del silencio aprendí que cuando todo parece terminado, tu amor está gestando la Resurrección.

Cuando cayó la noche, el enemigo creyó haber vencido. En su soberbia susurró: —Refuercen la roca que tapa el sepulcro... solo por precaución.



No se fiaba ni siquiera de los suyos. Quiso acercarse él mismo, como quien teme que el Amor sea más fuerte que la muerte.

Mientras apenas saboreaba su aparente victoria, en la primera hora del primer día de la semana, un estremecimiento recorrió lo invisible.

Un sonido quebró el silencio que parecía eterno. Un ruido que jamás olvidarían.

El rumor de la piedra moviéndose.

Fue un crujir profundo, como si la creación entera respirara de nuevo.

Satanás gritó con desesperación:

—¡Rápido, detengan la piedra!

Y se abalanzaron sobre ella, intentando sostener lo que el cielo ya había decidido mover.

Se aferraban con furia inútil, con ojos desorbitados por el miedo.

Pero la piedra rodó. Rodó llevándose consigo la mentira de la derrota, la ilusión de la muerte definitiva.

Rodaron con ella, y al despejarse la entrada del sepulcro una luz irrumpió.

No era luz de este mundo. Era una claridad que no hería, pero revelaba.

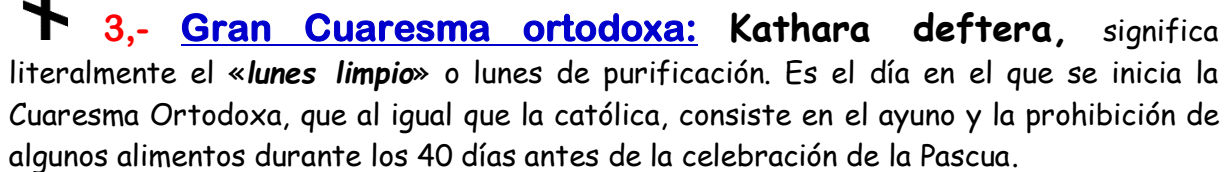
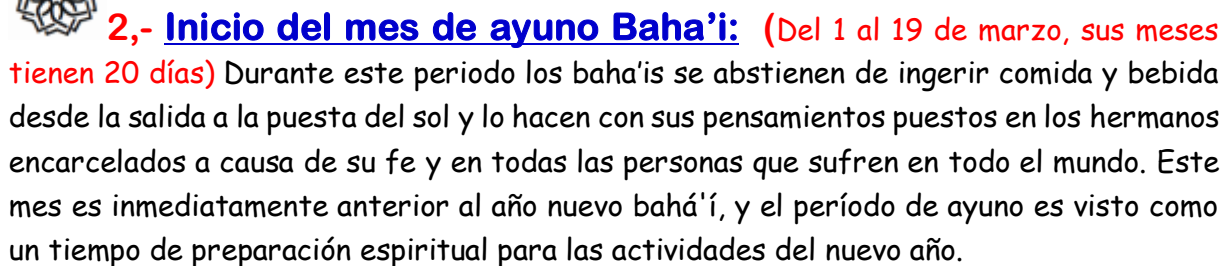
Una luz tan intensamente viva que los hizo retroceder como sombras ante el amanecer.

Cayeron, vencidos por la Verdad, enmudecidos por la rabia y la frustración, incapaces de retener en el sepulcro al Rey de Reyes y Señor de Señores, al que es, al que era, y al que ha de venir.

Y comprendí entonces, Señor, que en la noche más cerrada el mal puede gritar, pero no puede reinar.

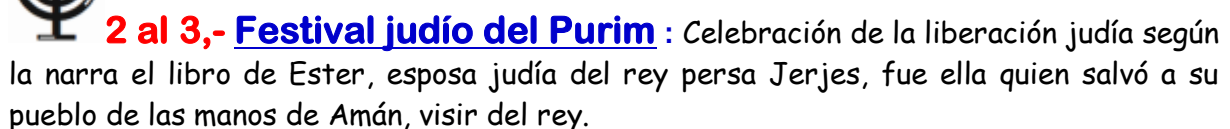
Porque cuando el Padre guarda silencio, no es ausencia...es gestación.

Y cuando la piedra se mueve, no hay infierno que pueda detener la fuerza humilde y eterna de tu resurrección.



Los cristianos ortodoxos en el año 2025 comienzan la "Gran Cuaresma" el Lunes 3 de marzo. La Gran Cuaresma que consta de cinco domingos antes de la Pascua, y termina en la víspera del "Sábado de la Resurrección de Lázaro" (el día anterior al Domingo de Ramos). Sin embargo, el ayuno continúa durante toda la Semana Santa hasta la Pascua.

Más de 200 millones de cristianos ortodoxos utilizan el antiguo calendario juliano, en vez del gregoriano.



Purim para el Año Hebreo 5786 comienza al atardecer del lunes 2 de marzo de 2026 y termina al anochecer del martes 3 de marzo de 2026.



2.- Fiesta taoista de Taishang Laojun: Taishang Laojun. Fiesta en honor al divinizado Laozi, patriarca del taoísmo y presunto autor del Libro del Camino y la Virtud.



3.- YUAN XIAO [Festival de las linternas]. Festival Yuan Xiao, el Festival de las Linternas es una festividad tradicional china que cae durante el primer mes del calendario lunar, el decimoquinto día y es una celebración del final de las celebraciones del Año Nuevo Chino.



3.- Budismo. Chotrul Duchen: "Chotrul Duchen" significa "Fiesta de los Milagros". Es el primero de los cuatro "grandes momentos" del calendario Vajrayana. Conmemora los primeros quince días del año cuando el Buda habría realizado un milagro diariamente. Todos rezan por la felicidad de todos y hacen ofrendas.



3.- Fiesta Hindú de "Holi": Fiesta popular de la primavera. Festival de los colores. Se le conoce como el "Festival de los Colores" debido a la práctica de lanzar agua coloreada y la aplicación de polvo de color a los amigos y familiares



8. Día Internacional de la Mujer: La Carta de las Naciones Unidas, firmada en 1945, fue el primer acuerdo internacional para afirmar el principio de igualdad entre mujeres y hombres. Desde entonces, la ONU ha ayudado a crear un legado histórico de estrategias, normas, programas y objetivos acordados internacionalmente para mejorar la condición de las mujeres en todo el mundo.



13.- Fiesta sintoísta de Kasuga Matsuri: El "Kasuga Matsuri" (festival del mono) se celebra en el Gran Santuario Kasuga (Nara) el 13 de marzo. Una tradición que con más de un milenio de antigüedad.



14.- Nuevo Año Sikh "Hola Mohalla": Primer día del año 557 del calendario sij que comienza en 1469, año de nacimiento de Guru Nanak



16.- Fiesta islámica de Laylat al Kadr: (Fecha variable según los países) Laylat al-Qadr, habitualmente llamada en castellano Noche del Destino, es la celebración de una de las dos fechas muy importantes en el Islam durante el mes de

Ramadán. Se celebra durante la noche del día 27º de Ramadán y se conmemora la primera revelación del Corán al Profeta Muhammad. Se dice que esta noche en oración, es mejor que mil meses, por lo que se dedica a la lectura del Corán y a la oración. Los creyentes musulmanes creen que durante esta noche se decide el destino del próximo año y, por lo tanto, rezan a Dios durante toda la noche, invocando su piedad y salvación.



19.- San José, esposo de María.



19.- Gudi Padva hindú: Año Nuevo hindú 1948 de la era Shaka según el calendario nacional indio luni-solar shalivahan.



20.- “Aïd al Fitr” o “Aïd al-Saghir”, Fiesta del Fin del Ayuno de Ramadán: (Fecha variable según los países) Es una importante fiesta musulmana para celebrar el final del mes del Ramadán. El día comienza con las oraciones en la mezquita que hacen como muestra de agradecimiento por haber cumplido con el estricto ayuno del mes de Ramadán.



21.- Año Nuevo Baha'i: El Nuevo Año Bahá'í es el 183 después de la proclamación del Bab en 1844.



21.- Noruz, Fiesta del Año Nuevo Zoroástrico: Año Nuevo Mazdeo de 1395 después de la coronación de Yazgdegerd III en el año 632 de nuestra era.



22. Día Mundial del Agua. Este año, el Día Mundial del Agua se enfoca en el tema "Donde fluye el agua, crece la igualdad", gira en torno al agua potable y el saneamiento en cuanto que derechos humanos y factores fundamentales para la igualdad de género.



25.- La fiesta de la Anunciación de la Virgen María.



26.- Khordad Sal: Khordad Sal es el Cumpleaños de Zarathushtra y cae en el sexto día después de NoRuz. La fecha es simbólica pues la fecha real del nacimiento de Zoroastro no se puede identificar con precisión. (El 27 de agosto para los persas de India)

Ramadan

2026-1447

Chers ami.e.s,

En cette année 2026, nous entrons le même jour (ou presque) et dans le temps du Carême chrétien et dans le temps du Ramadan musulman. Cette coïncidence heureuse offre à notre société marocaine plurielle une belle occasion de contemplation et de rencontre, autour de deux chemins spirituels qui se vivent côte à côte, chacun selon sa tradition.

Chrétiens, nous entrons dans le temps du Carême, quarante jours qui nous préparent à la fête de Pâques, fête de la résurrection du Christ. C'est pour nous un temps de recentrement, de silence et de conversion du cœur, dans l'attente de la joie de Pâques.

Nous vous exprimons nos fraternels souhaits : que le mois de Ramadan soit pour vous un temps de croissance spirituelle, nourri par le jeûne, la prière, la générosité et l'attention aux autres.

Que ces temps renforcent notre ferveur, donnent sens à nos efforts et que cette période partagée nourrisse davantage la fraternité, ouvre nos cœurs à une écoute mutuelle sincère et fasse grandir le respect et la paix entre nous.

Nous vous souhaitons un Ramadan, rempli de la bénédiction de Dieu, de paix intérieure et de joie partagée.

Ramadan Moubarak !

+ Cristobal Lopez Romero,
Archevêque de Rabat,
et la communauté des catholiques du diocèse de Rabat



Ramadan

2026-1447

Chers amis,

En cette année 2026, le Carême chrétien et le Ramadan musulman se rejoignent, offrant à notre société marocaine plurielle une belle occasion de rencontre et de contemplation.

À vous, musulmans, nous souhaitons un Ramadan béni, rempli de paix, de générosité, de croissance spirituelle et de joie partagée.

Que ces temps sacrés partagés nourrissent notre fraternité, notre respect mutuel et la paix entre nous, sous le regard de Dieu.

Ramadan
Moubarak !

