

I segni della Quaresima:

digiuno, elemosina, preghiera (ma anche speranza)

Il digiuno, l'elemosina e la preghiera sono i segni, o meglio le pratiche, della Quaresima. Papa Francesco, nel suo Messaggio, le definisce «le condizioni e l'espressione della nostra conversione». E aggiunge: «La via della povertà e della privazione (il digiuno), lo sguardo e i gesti d'amore per l'uomo ferito (l'elemosina) e il dialogo filiale con il Padre (la preghiera) ci permettono di incarnare una fede sincera, una speranza viva e una carità operosa».

Il digiuno significa l'astinenza dal cibo, ma comprende altre forme di privazione per una vita più sobria. «Chi digiuna – spiega papa Francesco – si fa povero con i poveri e "accumula" la ricchezza dell'amore ricevuto e condiviso. Così inteso e praticato, il digiuno aiuta ad amare Dio e il prossimo in quanto, come insegna san Tommaso d'Aquino, l'amore è un movimento che pone l'attenzione sull'altro considerandolo come un'unica cosa con sé stessi».

Il digiuno è legato poi all'elemosina. San Leone Magno insegnava in uno dei suoi discorsi sulla Quaresima: «Quanto ciascun cristiano è tenuto a fare in ogni tempo, deve ora praticarlo con maggiore sollecitudine e devozione, perché si adempia la norma apostolica del digiuno quaresimale consistente nell'astinenza non solo dai cibi, ma anche e soprattutto dai peccati. A questi doverosi e santi digiuni, poi, nessuna opera si può associare più utilmente dell'elemosina, la quale sotto il nome unico di "misericordia" abbraccia molte opere buone». Così il digiuno è reso santo dalle virtù che l'accompagnano, soprattutto dalla carità, da ogni gesto di generosità che dona ai poveri e ai bisognosi il frutto di una privazione. Non è un caso che nelle diocesi e nelle parrocchie vengano promosse le Quaresime di fraternità e carità per essere accanto agli ultimi. «Vivere una Quaresima di carità – sottolinea papa Francesco – vuol dire prendersi cura di chi si trova in condizioni di sofferenza, abbandono o angoscia a causa della pandemia di Covid-19. Nel contesto di grande incertezza sul domani, ricordandoci della parola rivolta da Dio al suo Servo: "Non temere, perché ti ho riscattato" (Is 43,1), offriamo con la nostra carità una parola di fiducia, e facciamo sentire all'altro che Dio lo ama come un figlio». E afferma l'enciclica Fratelli tutti: «Solo con uno sguardo il cui orizzonte sia trasformato dalla carità, che lo porta a cogliere la dignità dell'altro, i poveri sono riconosciuti e apprezzati nella loro immensa dignità, rispettati nel loro stile proprio e nella loro cultura, e pertanto veramente integrati nella società».

La Quaresima, inoltre, è un tempo privilegiato per la preghiera. Sant'Agostino dice che il digiuno e l'elemosina sono «le due ali della preghiera» che le permettono di prendere più facilmente il suo slancio e di giungere sino a Dio. E san Giovanni Crisostomo esorta: «Abbellisci la tua casa di

modestia e umiltà con la pratica della preghiera. Così prepari per il Signore una degna dimora, così lo accogli in splendida reggia».

Nel Messaggio per la Quaresima 2021 papa Francesco invita a rinnovare la speranza. «Nel raccoglimento e nella preghiera silenziosa – avverte il Pontefice – la speranza ci viene donata come ispirazione e luce interiore, che illumina sfide e scelte della nostra missione: ecco perché è fondamentale raccogliersi per pregare (cfr Mt 6,6) e incontrare, nel segreto, il Padre della tenerezza. Vivere una Quaresima con speranza vuol dire sentire di essere, in Gesù Cristo, testimoni del tempo nuovo, in cui Dio “fa nuove tutte le cose”».

da Avvenire 14 febbraio 2021