

# Quaresima



**Un'occasione da non perdere. Tempo e spazio per fare verità e cercare l'essenziale. Inizia con il rito delle ceneri sul capo e si conclude con la luce della Pasqua. Un itinerario per riscoprire la bellezza della vita in Dio.**

di Angelina Frank

## CENERI: SPERANZA DI VITA NUOVA

Il mercoledì delle ceneri, inizio della Quaresima, porta questo nome dal gesto che quel giorno si compie nella liturgia. Al credente viene posta sul capo della cenere come segno di pentimento e di volontà di conversione. Per questo mentre si riceve la cenere ci si sente rivolgere l'appello: «Convertiti e credi al Vangelo». Difficile sottrarsi all'urto di quella cenere. Anche se leggera, scende sul capo con la forza della grandine per il richiamo all'unica cosa che conta: invito al cambiamento e credere al Vangelo. In senso biblico la cenere è segno della fragile e debole condizione dell'uomo. Abramo rivolgendosi a Dio dice: «Vedi come ardisco parlare al mio Signore, io che sono polvere e cenere» (Gen 18,27).

Particolarmente noto è il testo biblico della conversione degli abitanti di Ninive dopo la predicazione di Giona: digiunano, si vestono di sacco e si cospargono di cenere (Gio 3,5-9). Noi abbiamo la tragica possibilità di ridurre in cenere i preziosi doni che Dio ci ha fatto. Con il peccato riduciamo in cenere la grazia di Dio e anche la nostra vita. È la cenere provocata dal nostro orgoglio, dalla smania di emergere, l'abitudine di pensare solo a noi stessi e al nostro tornaconto. È la cenere in cui abbiamo ridotto la nostra relazione con Dio e con i fratelli. Ma Lui sa trasformare le nostre ceneri e farci passare dal fallimento alla fertilità.



## DESERTO: UNA TAPPA, NON LA META

I 40 giorni quaresimali fanno riferimento ai 40 anni che il popolo d'Israele ha vissuto nel deserto prima di entrare nella terra promessa, e ai 40 giorni di Gesù nel deserto. Il deserto è tempo e spazio di verità: è il luogo in cui ci sentiamo liberi di uscire allo "scoperto" (tanto non c'è nessuno che ci guarda!), è il tempo necessario affinché ciascuno di noi inizi un cammino di profondità, di umiltà, di intimità, di ricerca di senso, di quello spazio sacro che abita il nostro cuore, lasciando da parte il superfluo, perché ora è il tempo "favorevole" per trovarci con il Signore, nella lettura della sua Parola, nella preghiera, nella celebrazione dei sacramenti. Abitare il deserto, per usare una nota espressione, vuol dire

prendere congedo anche solo per brevi momenti dal mondo, per fare i conti con noi stessi, ascoltare la saggezza del cuore, riscoprire l'essenziale e i nostri sentimenti più autentici.

È fondamentale ritagliarci spazi di solitudine e silenzio, un tempo di deserto giornaliero, oggi che siamo "bombardati" da voci e messaggi di vario tipo e spesso circondati da ansia e frenesia. Costruire dentro di noi una "dimora permanente" per Dio che ci permette di stare da soli con noi stessi e con Lui. Solitudine e silenzio diventano così spazi abitati da Dio e opportunità per crescere in umanità. Non è semplice né scontato e richiede un cammino graduale e paziente, che mette in gioco la nostra libertà e volontà, insieme all'umiltà di accettare i piccoli passi di ogni giorno. Il deserto è una tappa, non la meta. Non si rimane sempre nel deserto. Il deserto è luogo di decisione. Si va nel deserto perché poi si vuole continuare a vivere in modo più vero, più giusto, più misericordioso.



## CARITÀ: PANE CONDIVISO

Quaresima: tempo dello Spirito, che ispira il desiderio di una nuova relazione di fraternità e condivisione con gli altri. In un'antifona della liturgia monastica si prega e spera con queste parole: «Cristo è nel deserto: è il tempo del digiuno; Cristo veglia nella solitudine: è l'ora della preghiera; Cristo sale a Gerusalemme: stringiamoci nel cammino d'amore pregustando la Pasqua». Il digiuno quaresimale diventa occasione per rimettere a punto il nostro modo di nutrirci, per discernere i modi con cui entriamo in relazione con il mondo che ci circonda, per ricordare che, ancora oggi, molti non hanno il necessario per vivere. Diventa segno di so-

**«Carissimi, cenere in testa e acqua sui piedi. Tra questi due riti si snoda la strada della Quaresima. Una strada apparentemente poco meno di due metri, ma in verità più lunga e faticosa. Perché si tratta di partire dalla propria testa per arrivare ai piedi degli altri. A percorrerla non bastano i quaranta giorni che vanno dal mercoledì delle ceneri al giovedì santo. Occorre tutta una vita, di cui il tempo quaresimale vuole essere la riduzione in scala»  
(don Tonino Bello).**

lidarietà, per cui non ci accontentiamo di soccorrere chi è nel bisogno, ma accettiamo di sperimentare sulla nostra pelle la privazione e la fatica.

Il legame tra digiuno e carità è perciò senza soluzione di continuità. Tempo "favorevole" per rinnegare in noi quel "sé" che ci impedisce di "amarci gli uni gli altri". Per sperimentare che «il cuore cresce spendendosi e si arricchisce donando» (don Primo Mazzolari), in particolare nell'accoglienza che è apertura, relazione con l'altro, mettersi in gioco per abbracciare le incertezze e le scomodità dell'altro. Accoglienza che vuol dire, come ricorda spesso papa Francesco, costruire ponti, condividere un'esperienza per creare uno scambio, riconoscere e ascoltare l'altro, incominciando da chi condivide il mio stesso tetto e mensa. Prendersi cura del prossimo, di chi è nel bisogno, dei più deboli e vulnerabili della società, dei poveri di qualunque provenienza, dei migranti che, come ha ricordato a Panama papa Francesco, sono nostri fratelli. Una profonda e vera interiorità coltivata e praticata ci fa aprire cuore, intelligenza e braccia all'altro, al diverso, perché l'ospitalità è sacra: «Chi accoglie voi, accoglie me. Chi accoglie me accoglie colui che mi ha mandato».

La Quaresima allora è tempo di vivificazione, di liberazione delle energie dell'amore grazie alle "tre molle" segrete, i tre simboli: cenere, deserto, carità; per scoprire forme creative di digiuno, preghiera, condivisione, che ci mettono in sintonia con il Vivente e così sperimentare la Pasqua non solo come pienezza della vita del Risorto, ma anche pienezza della nostra vita. ●