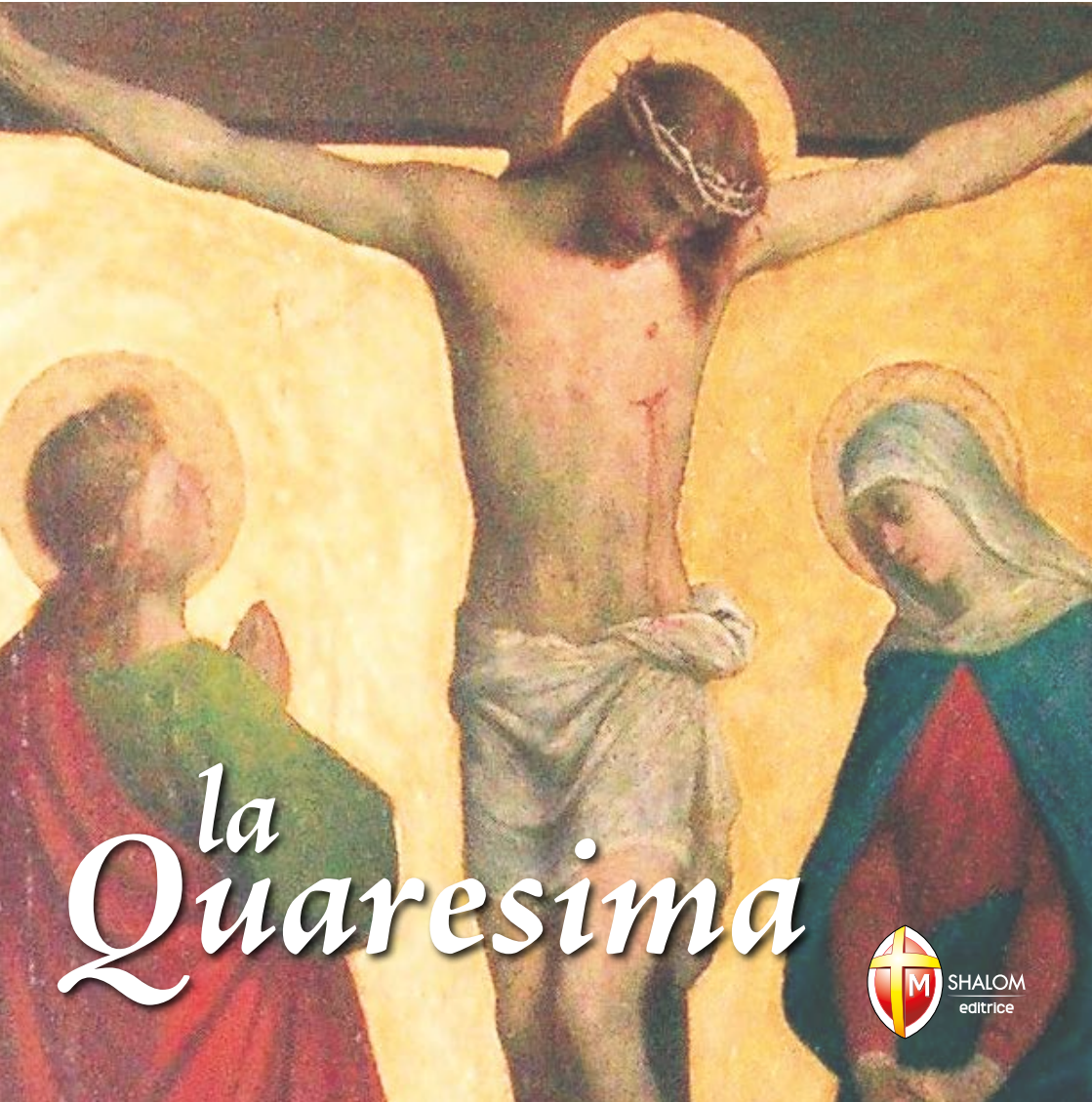




Catechesi di S.E. mons.
RAFFAELLO MARTINELLI



la *Quaresima*



SHALOM
editrice

LA QUARESIMA

Continua la collaborazione tra Mons. Raffaello Martinelli, sacerdote della diocesi di Bergamo, vescovo emerito della diocesi di Frascati, e il blog dell'Editrice Shalom.

Già coordinatore dei lavori di preparazione del Catechismo della Chiesa Cattolica, mons. Raffaello Martinelli viene poi impegnato, come redattore e coordinatore della segreteria, nell'elaborazione del Compendio del Catechismo della Chiesa Cattolica.

Autore di numerose opere a carattere catechetico, la sua missione è sempre stata rendere i contenuti della dottrina cattolica accessibili a tutti con parole e stile semplice.

Siamo orgogliosi di poter proporre ai nostri affezionati lettori dei contributi di tale valore e ringraziamo Sua Eccellenza mons. Martinelli per la sua disponibilità.

Che cos'è la Quaresima?

- È un periodo speciale dell'anno liturgico, in cui il popolo cristiano si prepara a celebrare il mistero della Pasqua.
- La Quaresima è tempo favorevole per sostare con Maria SS.ma e San Giovanni, il discepolo prediletto, accanto a Cristo che sulla Croce consuma per l'intera umanità il sacrificio della sua vita (cfr. Gv 19,25). È un tempo favorevole a «ricordare chi è il Creatore e chi la creatura, per spogliarci dalla pretesa di bastare a noi stessi, di essere i primi della classe, di pensare che con le nostre sole capacità possiamo essere protagonisti della vita e trasformare il mondo che ci circonda» (Papa Francesco, *Omelia*, Mercoledì delle Ceneri, 22-2-2023).
- «Volgeranno lo sguardo a Colui che hanno trafitto»: è tempo propizio per guardare con fiducia al costato trafitto di Gesù, da cui sgorgarono «sangue e acqua» (Gv 19,34)!
- «La Quaresima sia per ogni cristiano una rinnovata esperienza dell'amore di Dio donatoci in Cristo, amore che ogni giorno dobbiamo a nostra volta *ridonare* al prossimo, soprattutto a chi più soffre ed è nel bisogno. Solo così potremo partecipare pienamente alla gioia della Pasqua» (Benedetto XVI, *Messaggio per la Quaresima 2007*).

Perché 40 giorni?

- La teologia e la spiritualità della Quaresima si sono costituite in riferimento ad avvenimenti dell'Antico e Nuovo Testamento.
- È lo stesso numero 40, che richiama:
 - i giorni del diluvio universale;
 - gli anni trascorsi da Israele nel deserto;
 - i giorni trascorsi da Mosè sul Sinai;
 - i giorni trascorsi dal profeta Elia nel deserto prima di giungere all'incontro con Dio sull'Oreb;
 - i giorni di penitenza degli abitanti di Ninive;
 - i giorni del digiuno di Gesù nel deserto, ove alla fine viene tentato dal diavolo.
- Tutto ciò ha un valore didattico. La Quaresima è il tempo:
 - della distruzione del male, come per gli uomini del diluvio;
 - della prova e della grazia, come per Israele;
 - della preghiera che dispone all'incontro con Dio, come per Mosè ed Elia;
 - della penitenza e dell'espiazione in vista del giudizio divino, a imitazione dei 40 giorni di digiuno e di penitenza con i quali gli abitanti di Ninive placarono l'ira divina;
 - del digiuno, finalizzato a mangiare il *vero cibo*, che è fare la volontà del Padre: «Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio» (così ha risposto Gesù a Satana, al termine dei 40 giorni passati nel deserto).



Quali sono i grandi temi quaresimali?

Tre sono in particolare i temi, che ci vengono proposti dalla liturgia quaresimale:

- 1. Il tema pasquale.** Poiché la Quaresima è preparazione alle celebrazioni pasquali, il tema morte-vita assume un'importanza primaria. Comincia fin dalla seconda domenica (la Trasfigurazione) e si fa più esplicito nelle ultime due settimane.
- 2. Il tema battesimale.** La Quaresima nella sua struttura fondamentale si formò attorno al sacramento del Battesimo amministrato agli adulti durante la veglia pasquale. I cristiani prendono maggior coscienza del proprio battesimo.
- 3. Il tema penitenziale.** Viene sviluppato soprattutto all'inizio della Quaresima (Mercoledì delle Ceneri e il Vangelo delle tentazioni di Gesù della prima domenica). Nella Quaresima la Chiesa, sposa del Cristo che soffre e muore, vive più intensamente l'aspetto penitenziale.



LE PRATICHE QUARESIMALI

Quali sono le pratiche quaresimali?

- La Quaresima comporta un impegno ascetico, individuale e collettivo, le cui forme tradizionali sono:
 - **preghiera** (Messa quotidiana soprattutto e Via Crucis);
 - **digiuno** (l'insieme delle pratiche di mortificazione: cibo - parole - divertimenti): la mortificazione permette più disponibilità per il prossimo, più tempo per il volontariato e più denaro per la carità;
 - **elemosina** (aiuto verso il nostro prossimo più bisognoso di noi).
- In Quaresima la Chiesa ricorda che sono prescritti:
 - digiuno e astinenza dalle carni: il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo;
 - astinenza dalle carni: ogni venerdì di Quaresima.
- La Chiesa raccomanda in particolare la pratica, in Quaresima, delle opere di misericordia corporali e spirituali:
Le sette opere di misericordia corporale
 1. Dar da mangiare agli affamati.
 2. Dar da bere agli assetati.
 3. Vestire gli ignudi.
 4. Alloggiare i pellegrini.
 5. Visitare gli infermi.
 6. Visitare i carcerati.
 7. Seppellire i morti.



Le sette opere di *misericordia spirituale*

1. Consigliare i dubbiosi.
2. Insegnare agli ignoranti.
3. Ammonire i peccatori.
4. Consolare gli afflitti.
5. Perdonare le offese.
6. Sopportare pazientemente le persone moleste.
7. Pregare Dio per i vivi e per i morti.

- Queste pratiche «esprimono la conversione in rapporto a se stessi, in rapporto a Dio e in rapporto agli altri» (*Catechismo della Chiesa Cattolica* 1434).

Qual è l'importanza del digiuno?

(dal *Messaggio per la Quaresima 2009* di Benedetto XVI)

- Al giorno d'oggi, constata Benedetto XVI, il digiuno «pare aver perso un po' della sua valenza spirituale», perché spesso si riduce a una «misura terapeutica per la cura del proprio corpo».



- Il digiuno, invece, per il credente ha una rilevante importanza, è ricco di numerosi significati e finalità:

Dimensione personale:

- Con il digiuno, infatti, il credente intende «sottomettersi umilmente a Dio, confidando nella sua bontà e misericordia».
- La pratica del digiuno contribuisce a «conferire unità alla persona, corpo ed anima, aiutandola ad evitare il peccato e a crescere nell'intimità con il Signore».
- «Privarsi del cibo materiale che nutre il corpo facilita un'interiore disposizione ad ascoltare Cristo e a nutrirsi della sua parola di salvezza».
- Con il digiuno e la preghiera «permettiamo a Lui di venire a saziare la fame più profonda che sperimentiamo nel nostro intimo: la fame e sete di Dio».
- Tale pratica è «un'arma spirituale per lottare contro ogni eventuale attacco disordinato a noi stessi».
- Allo stesso modo, «aiuta il discepolo di Cristo a controllare gli appetiti della natura indebolita dalla colpa d'origine, i cui effetti negativi investono l'intera personalità umana».

Dimensione sociale:

- Il Santo Padre sottolinea anche il significato sociale del digiuno, affermando che «ci aiuta a prendere coscienza della situazione in cui vivono tanti nostri fratelli».
 - Quanto risparmiamo digiunando, possiamo destinarlo ad opere benefiche, caritative.
 - Per questo, esorta le parrocchie «ad intensificare in Quaresima la pratica del digiuno personale e comunitario, coltivando altresì l'ascolto della Parola di Dio, la preghiera e l'elemosina».
- Il digiuno dal cibo richiama e comporta in particolare il digiuno dai peccati (soprattutto di gola, dell'uso disordinato della sessualità...).
 - In definitiva, grazie al digiuno, la Quaresima è il tempo ideale «per allontanare tutto ciò che distrae lo spirito e per intensificare ciò che nutre l'anima aprendola all'amore di Dio e del prossimo».

Circa l'elemosina:

Come fare l'elemosina?

Ecco alcune indicazioni:

- deve essere nascosta: «Non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra», dice Gesù, «perché la tua elemosina resti segreta» (Mt 6, 3-4);
- effettuarla:
 - senza offendere l'altro;
 - senza mettere in mostra noi stessi (vanagloria);
 - con gioia: più gioia nel dare che nel ricevere (cfr. At 20,35);
- nel silenzio, lontano dai riflettori della società mediatica;
- non limitarsi a dare qualcosa di materiale (soldi, pane...), ma dare noi stessi: la nostra stima, il nostro rispetto, il nostro tempo, i nostri talenti (volontariato);
- offrire il dono materiale, quale segno del dono più grande che possiamo offrire agli altri: l'annuncio e la testimonianza di Cristo;
- ciò che dà valore all'elemosina è l'amore: si veda l'obolo della vedova del Vangelo (cfr. Mc 12,42-44).



Quali le finalità dell'elemosina?

- Aiutare chi è maggiormente bisognoso;
- condividere con gli altri quanto per bontà divina possediamo;
- praticare la virtù della giustizia: prima e più che un atto di carità;
- riconoscere nei poveri Cristo stesso;
- imitare Cristo, che si è fatto povero per farci ricchi;
- attuare un esercizio ascetico per noi:
 - per liberarci dall'attaccamento ai beni terreni
 - per purificarci interiormente;
- affermare il principio che noi non siamo proprietari bensì amministratori dei beni che possediamo, donatici da Dio;
- agire per la gloria di Dio;
- praticarla non per filantropia ma per carità, amore: un gesto di comunione ecclesiale;
- avvicinarci a Dio, avvicinandoci agli altri: strumento di autentica conversione e riconciliazione con Lui e con i fratelli.
- ottenere il perdono dei peccati. San Pietro cita tra i frutti spirituali dell'elemosina il perdono dei peccati: «La carità – egli scrive – copre una moltitudine di peccati» (1Pt 4,8).

Si conclude questo approfondimento di S.E. Mons. Raffaello Martinelli sul nostro blog.

Continua a seguire il nostro blog per leggere nuovi approfondimenti di S.E. Mons. Martinelli.

Il materiale contenuto in questa scheda è di proprietà di Mons. Raffaello Martinelli, che ha generosamente permesso la sua diffusione gratuita tramite l'Editrice Shalom. Tutti i contenuti presentati sono estratti dalla raccolta "50+3 argomenti di attualità – Frammenti di verità cattolica", curata da Mons. Raffaello Martinelli.