

1^a Domenica di Quaresima (21 febbraio 2021)

Introduzione alle letture: Gn 9,8-15; Sal 24; 1Pt 3,18-22; Mc 1,12-15

Ogni prima domenica di Quaresima ci propone il racconto delle tentazioni di Gesù: quest'anno ascoltiamo la narrazione secondo Marco, molto breve ed essenziale. Nella prima lettura la liturgia della Parola in Quaresima ci invita a ripercorrere le tappe principali della storia della salvezza: iniziamo da una scena delle origini, ascoltando dalla Genesi il racconto dell'alleanza che Dio ha voluto stipulare Noè e con l'umanità intera, ponendo sulle nubi del cielo l'arcobaleno come segno della benevolenza divina verso l'umanità. Con il Salmo ci ricordiamo che tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà: il suo stile cioè è quello di un amore che resta fedele alla parola data, ciò che detto lo farà! Nella seconda lettura infine l'apostolo Pietro attualizza il tema del diluvio, insegnandoci che è una figura del nostro battesimo: anche noi siamo stati salvati attraverso le acque. Ascoltiamo con grande attenzione la Parola di Dio.

Omelia 1: Le orazioni della I domenica di Quaresima

Ogni anno la Quaresima ci riporta al centro della nostra esperienza cristiana. Riscopriamo in questo itinerario di quaranta giorni che ci conduce alla Pasqua di morte e risurrezione, la nostra relazione di figli che riconoscono in Dio il Padre che si prende cura di loro. Vi propongo dunque, in queste domeniche di Quaresima, di meditare sulle tre orazioni che la liturgia ci propone in ogni celebrazione eucaristica. Sono preghiere importanti che vengono dalla antica sapienza della Chiesa e ci insegnano a pregare.

Abbiamo iniziato la nostra celebrazione con la preghiera *colletta*, quella cioè che raccoglie le intenzioni di tutti i fedeli e le presenta a Dio. È in ogni celebrazione la orazione più importante, che dà il tono all'intera preghiera comunitaria:

O Dio, nostro Padre, con la celebrazione di questa Quaresima, segno sacramentale della nostra conversione, concedi a noi tuoi fedeli di crescere nella conoscenza del mistero di Cristo e di testimoniarlo con una degna condotta di vita.

Ci rivolgiamo a Dio riconoscendo che è nostro Padre e vogliamo celebrare questa Quaresima – non ricordare semplicemente che ne abbiamo già fatte tante – ma vogliamo impegnarci in questo tempo che è definito *segno sacramentale della nostra conversione*. La Quaresima è un segno, non un vero e proprio sacramento, ma appartiene a quella dimensione sacramentale dei segni efficaci della grazia. Questo tempo è segno della nostra conversione, cioè poniamo dei gesti esterni – la preghiera, la penitenza, le opere di carità – come segno di un autentico cambiamento interno. Chiediamo quindi al Signore di *crescere nella conoscenza del mistero di Cristo*. La prima domanda che rivolgiamo a Dio nostro Padre in questo tempo di Quaresima è di *crescere*. È un verbo importante, che abitualmente riserviamo solo a bambini o ragazzi; invece deve diventare il verbo fondamentale della nostra vita cristiana: vale per gli adulti e anche per gli anziani. Pure noi grandi, sebbene cresciuti fisicamente, abbiamo ancora molte cose in cui è necessario crescere ... soprattutto desideriamo crescere nella conoscenza del mistero di Cristo.

Quando troviamo nella liturgia il termine *mistero*, dobbiamo sempre pensare al *progetto* di Dio ovvero al suo stile, al modo con cui il Signore opera nella storia dell'umanità. Il mistero di Cristo è l'evento fondamentale della Pasqua, cioè la sua morte e risurrezione: è l'atteggiamento generoso di chi dona se stesso per amore. Noi vogliamo comprendere questo mistero, non semplicemente a livello intellettuale – non ci interessa avere una conoscenza più profonda della

teologia, poter spiegare dei particolari teologici – ma vogliamo *comprendere* il mistero nel senso di prenderlo insieme a noi, cioè farlo diventare nostro, accogliere lo stile di Cristo nella nostra vita. In questo senso vogliamo crescere: comprendendo lo stile di Cristo, facendolo diventare nostro, noi cresciamo nella somiglianza con Gesù. In questo senso vogliamo maturare, diventare sempre più simili al Figlio che obbedisce pienamente al Padre e compie interamente la sua volontà.

Il nostro desiderio di crescere nella comprensione di Cristo va di pari passo col desiderio di *testimoniarlo con una degna condotta di vita*; perché il nostro modo di vivere è il segno dello stile di Cristo. Quindi possiamo domandarci proprio in questo inizio di Quaresima se la nostra condotta di vita è in grado di testimoniare davvero Gesù, se è degna della nostra relazione di figli, se siamo veramente capaci di dare buona testimonianza di Lui. E sicuramente facendo un esame di coscienza serio, ognuno deve riconoscere e ammettere di non essere all'altezza di una buona testimonianza. La nostra condotta di vita non è degna del Cristo: ecco perché desideriamo crescere, non ci accontentiamo semplicemente di restare come siamo, ma desideriamo che la nostra condotta di vita diventi degna di testimoniare e di farlo conoscere al mondo.

La seconda orazione è quella sulle offerte. Dopo avere presentato il pane e in vino chiediamo nella preghiera:

Si rinnovi, o Signore, la nostra vita e con il tuo aiuto si ispiri sempre più al sacrificio che santifica l'inizio della Quaresima, tempo favorevole per la nostra salvezza.

Ecco un'altra definizione della Quaresima: è *un tempo favorevole per la nostra salvezza*, è l'occasione buona per essere salvi, non solo per essere liberati da qualche problema o pericolo, ma soprattutto per poter essere con il Signore in pienezza; per questo chiediamo al Signore che *la nostra vita si rinnovi*. La crescita è un rinnovamento. È la nostra vita che vogliamo sia rinnovata, e per essere nuova deve ispirarsi sempre più al sacrificio eucaristico che rende santa la Quaresima. Il sacrificio eucaristico è il mistero di Cristo, è il suo stile, proprio di chi ha offerto la propria vita. Con l'aiuto del Signore desideriamo che la nostra vita si ispiri sempre più e sempre meglio allo stile stesso di Gesù, autentico Figlio. Noi ci rivolgiamo a Dio nostro Padre con il desiderio di ispirarci sempre più allo stile del Figlio, per diventare anche noi veri figli in tutto quello che facciamo.

Infine, dopo aver fatto la comunione, ringraziamo Dio con l'ultima preghiera:

Ci hai saziati, o Signore, con il pane del cielo che alimenta la fede, accresce la speranza e rafforza la carità: insegnaci ad aver fame di Cristo, pane vivo e vero, e a nutrirci di ogni parola che esce dalla tua bocca.

Il Vangelo delle tentazioni ha richiamato il tema della fame di Cristo. Nel deserto infatti Cristo ha sperimentato la fame fisica, ma ha dimostrato di vincere la tentazione, aderendo totalmente al Padre con il desiderio profondo di fare la sua volontà. Noi chiediamo al Signore che ci *insegni ad avere fame di Cristo*, perché Cristo è il pane vivo e vero. È Lui che nutre veramente, la sua Parola soddisfa, realizza la nostra vita.

Che cosa sia la fame fisica lo sappiamo e la nutriamo abitualmente. Abbiamo bisogno di far crescere l'appetito spirituale. Chiediamo al Signore che ci insegni ad avere fame di Cristo, a desiderarlo come il vero nutrimento e a nutrirci di *ogni parola che esce dalle sua bocca*. Abbiamo fatto la comunione e quindi riconosciamo che il Signore *ci sazia* con il pane del cielo: questo nutrimento spirituale *alimenta* la fede, *accresce* la speranza e *rafforza* la carità. Notiamo come questi verbi insistano tutti su una dinamica di miglioramento: abbiamo bisogno di essere alimentati, abbiamo bisogno di crescere, abbiamo bisogno di essere rafforzati nelle tre virtù teologali.

Il desiderio in questo inizio di Quaresima sia dunque una profonda alimentazione della fede, una crescita nella speranza e un rafforzamento nella carità. Il Signore, che ci dà la grazia di iniziare questo tempo favorevole per la nostra salvezza, colmi il nostro desiderio e realizzi questa tensione autentica ad essere veri figli, che assomigliano in tutto al Cristo e ne assimilano ogni giorno lo stile di vita.

Omelia 2: Il Prefazio delle tentazioni

L'istituzione del tempo quaresimale ricalca l'episodio della vita di Gesù che segna l'inizio del suo ministero pubblico, quando – per quaranta giorni – si ritirò nel deserto, per compire la sua scelta di vita. Dopo tempo di ritiro e di preghiera, Gesù iniziò il ministero: cominciò a predicare la presenza di Dio in mezzo all'umanità. Quei giorni nel deserto sono stati per lui il momento della scelta, un momento decisivo che ha segnato l'inizio della sua attività, passando dalla vita nascosta di Nazaret all'energico impegno della missione pubblica. Sono stati giorni intensi di preghiera e di penitenza, giorni travagliati dalle tentazioni diaboliche, giorni in cui Gesù ha scelto lo stile della sua opera. Ha deciso di seguire i sentieri del Signore, cioè lo stile di Dio, che consistono in amore e fedeltà, non ha seguito lo stile diabolico che gli proponeva una via facile, ma ha accolto pienamente la proposta del Padre. E noi, ogni anno, riviviamo i quaranta giorni che ci separano dalla Pasqua come momento speciale di preghiera, di raccoglimento, di impegno nella penitenza e nella carità per poter scegliere ancora una volta di essere cristiani. La Quaresima è il tempo della scelta in cui consapevolmente scegliamo di seguire Gesù e decidiamo di adottare nella nostra vita il suo stile.

Vorrei soffermarmi in queste domeniche rileggendo i Prefazi che la liturgia ci propone in questi giorni quaresimali. Sono antiche formulazioni che servono per introdurre la grande Preghiera Eucaristica. *Prefazio* significa semplicemente *prefazione*, introduzione. Quando, dopo aver presentato i doni all'altare, il celebrante inizia la preghiera, saluta l'assemblea, invita ad alzare i cuori, ripete che è cosa buona e giusta rendere grazie al Signore in ogni tempo e in ogni situazione; poi presenta la sintesi del mistero celebrato in quella giornata. Così per la prima domenica di Quaresima il Prefazio ci presenta e riassume il senso di questo evento nel deserto di Gesù:

Astenendosi per quaranta giorni dagli alimenti terreni, egli dedicò questo tempo quaresimale all'osservanza del digiuno e, vincendo tutte le insidie dell'antico tentatore, ci insegnò a dominare le suggestioni del male, perché, celebrando con spirito rinnovato il mistero pasquale, possiamo giungere alla Pasqua eterna.

Cominciamo proprio dalla fine: l'obiettivo è *giungere alla Pasqua eterna*. Questi quaranta giorni che ci preparano alla prossima festa di Pasqua sono semplicemente un segno del nostro cammino terreno, perché la meta non è la prossima festa di Pasqua, bensì la Pasqua eterna, la nostra risurrezione con Cristo, l'entrata nella gloria con il Signore. E desideriamo poter giungere alla Pasqua eterna, per cui vogliamo celebrare *con spirito rinnovato* il mistero pasquale. Vogliamo celebrare nel tempo, in questo anno della nostra vita, il mistero pasquale di Cristo, rinnovando gli eventi della sua morte e risurrezione; vogliamo celebrarli con spirito rinnovato per poter giungere alla Pasqua eterna.

È chiaro dunque che l'impegno della Quaresima è il rinnovamento dello spirito, cioè del nostro modo di pensare, del nostro modo di essere, del nostro carattere. Rinnovare il nostro pensiero è impresa difficilissima, perché in genere ognuno di noi è abituato a restare com'è: rimane attaccato alle proprie abitudini, ai propri schemi, ai propri modi di vedere e di pensare. È anche questo un aspetto di avidità, di dominio, di avarizia. È una staticità pericolosa ... mentre il Signore ci chiede un atteggiamento dinamico, ci chiede una energia che rinnova, perché nulla nel mondo è fermo, tutto si muove, tutto diviene.

Se guardate le piante – il mondo vegetale in genere – vi accorgete di questo continuo cambiamento, di questo vitale divenire. Fa bene seminare e guardare la piantina che germoglia e cresce lentamente, diventa, si trasforma, cresce, non sta ferma ... se il seme non "si muove" è morto, per vivere deve diventare qualcos'altro. Così vale per me, e vale per voi: non posso stare fermo, devo diventare ... devo diventare come il Signore mi vuole!

C'è bisogno di uno spirito rinnovato per celebrare la Pasqua; ma per poter rinnovare il nostro spirito è necessario *dominare le suggestioni del male*. Ed è proprio quello che Gesù ci ha insegnato a fare, *vincendo tutte le insidie dell'antico tentatore*: in quei giorni del deserto, Gesù vinse le insidie e ci insegnò a dominare le suggestioni del male, perché il male, in genere, si presenta in forma di bene. Tutto ciò che è male, assume agli occhi di chi lo fa un'apparenza

buona. Molte volte sbagliamo a fin di bene, perché pensavamo di fare bene e invece ci siamo accorti che era male. Il male suggestiona – fa vedere le cose diversamente da come sono – e noi rischiamo facilmente di cedere a queste suggestioni, guardando il mondo con occhi troppo terreni. Queste suggestioni del male rischiano di dominarci. È il nostro modo di pensare, è il nostro schema mentale, è il nostro carattere che ci domina! Per cui siamo quasi costretti a fare così.

Gesù in quei quaranta giorni nel deserto ci insegnò a dominare le suggestioni del male. È quello che vogliamo chiedere al Signore all'inizio di questa Quaresima, che ci insegni a dominare i nostri istinti, a controllare le nostre inclinazioni cattive. Ognuno di noi deve fare un bell'esame di coscienza, per riconoscere come è, quali sono le suggestioni di male che lo ingannano più facilmente, quali sono gli istinti negativi a cui di solito cede. Dopodiché ci mettiamo davanti al Signore con atteggiamento penitenziale, perché l'osservanza della penitenza e del digiuno serve proprio per dominare gli istinti – e non fare semplicemente quel che piace, quel di cui si ha voglia adesso – per poter fare quello che piace al Signore. Non è che al Signore piaccia che noi evitiamo qualche alimento o mangiamo poco o facciamo qualche altro gesto penitenziale ... vuole la nostra santificazione! I piccoli strumenti di rinuncia, di penitenza, di preghiera, di carità servono per farci crescere nello spirito, per farci migliorare nel carattere, per farci diventare più santi, più vicini alla santità, perché per giungere alla Pasqua eterna, bisogna essere santi! Solo i santi partecipano alla Pasqua eterna ... ed è quello che noi vogliamo diventare – non lo siamo, ma lo stiamo diventando – lo vogliamo diventare.

Chiediamo al Signore che ci dia la forza e la luce per vedere che cosa dobbiamo fare, ci insegni le sue vie e ci dia la forza di fare quello che abbiamo visto. Sia Lui la nostra forza e ci insegni a dominare ogni suggestione di male, per poter compiere sempre e solo il bene ... il bene come risplende agli occhi di Dio.

Omelia 3: La preghiera richiede raccoglimento e concentrazione

Per quaranta giorni Gesù visse nel deserto per prepararsi al suo ministero. Furono quaranta giorni intensi, di meditazione e di preghiera, durante i quali vinse le tentazioni che il diavolo gli proponeva come strade facili per raggiungere il successo e conquistare le folle. Gesù scelse lo stile di Dio e scelse bene che cosa fare e come farlo. Quei quaranta giorni di preghiera nel deserto sono il modello della nostra Quaresima.

Fin dall'antichità la Chiesa ha scelto di consacrare questi giorni che precedono la Pasqua per viverli – personalmente e in comunità – come momento intenso di particolare preghiera. Perciò ho pensato di riflettere con voi in queste domeniche di Quaresima proprio sulla preghiera, cercando di proporvi una piccola *scuola di preghiera*, perché è necessario imparare a pregare e vogliamo imparare a farlo bene e spesso.

È necessario che in ogni stagione della nostra vita noi preghiamo. Si comincia da bambini a pregare, ma spesso significa solo imparare delle preghiere. È il primo passo imparare delle formule di preghiera. Da bambini si imparano le formule fondamentali: il *Padre nostro*, l'*Ave Maria* e spesso ci fermiamo lì. Qualcuno impara qualche altra preghiera come l'*Atto di dolore*, poi ci sono le preghiere che impariamo a recitare durante la Messa, ma *pregare* è cosa diversa dal *dire delle preghiere*. Molti adulti si sono fermati a questa fase infantile: dire delle formule che hanno imparato a memoria è un modo semplice e abituale di pregare. Se io vi raccomando di pregare di più, è possibile che voi pensiate che vi chiedo di dire tante volte le stesse formule che avete imparato a memoria e allora non ne avete voglia – e lo capisco – ma la preghiera non è questo.

La preghiera è un colloquio con il Signore, è un dialogo da amico ad amico; è rivolgere la parola ad un amico e ascoltare la parola di un amico. Ma non è così semplice pregare, perché questo amico Gesù non è in carne ed ossa vicino a noi – non sono le orecchie che ascoltano quella parola – e ci sembra di parlare al muro; per cui imparare a pregare significa imparare ad ascoltare dentro di noi la voce del Signore e riconoscere la sua presenza. È un compito

importante che riguarda tutta la vita. Non è una cosa da bambini, è una cosa che riguarda la persona umana in tutte le fasi della sua vita: da bambini, da giovani, da adulti, da anziani.

Dobbiamo imparare a pregare, cioè imparare a dialogare con il Signore, perché molte volte ci accontentiamo di dire delle parole, senza ascoltare, senza che il cuore sia coinvolto. È necessario che oltre alla bocca partecipi l'intelligenza, ma è anche necessario che partecipi il cuore, cioè l'affetto! Io sto parlando ad un amico a cui voglio bene, ma soprattutto mi raccolgo in preghiera per ascoltare che cosa Lui ha da dire a me. Per fare una buona preghiera ci vuole raccoglimento: bisogna creare silenzio e raccogliere la nostra vita. Provate a domandarvi che cosa significa "raccogliere la vita". Non significa lasciare fuori tutto quello che ci interessa, bensì portarlo dentro, perché *raccogliere* vuol dire metter insieme tutto: tutti gli affetti, le persone, gli interessi, le situazioni della tua vita ... devi raccogliere tutto e concentrare tutto in Gesù. È il centro della tua vita, Gesù è il fine della tua vita. Tutto quello che fa parte della tua esistenza – le persone, gli eventi, le cose – raccoglile e concentrare in Gesù.

Ci vuole calma, ci vuole silenzio, ci vuole tranquillità e pazienza per poter pregare bene. Per dire delle formule basta qualunque situazione; senza pensare, uno può ripetere a memoria e fare dell'altro, ma per essere concentrati e raccolti ci vuole calma e silenzio. Dobbiamo creare un ambiente di tranquillità. Non mi piacciono quelle preghiere buttate là con atteggiamento banale che talvolta è proprio anche dei preti. Ad esempio in un momento di festa, prima di un pranzo, con una frase del tipo: "Ehi, diciamo la preghiera forza!"; mentre tutti stanno parlando, si butta là un segno della croce, si recita una formuletta e si è convinti di aver pregato. Non va bene così, non è quella la preghiera: è solo una specie di rito magico, non serve a niente, illude di aver pregato! Per pregare ci vuole calma, ci vuole silenzio, ci vuole il cuore attento; e lo sappiamo, non è facile, perché siamo distratti da una infinità di cose! Nelle nostre case è difficilissimo avere il silenzio, molte persone sembra che abbiano paura del silenzio: la prima cosa che fanno entrando in casa è accendere la televisione per avere un po' di rumore di sottofondo. In mezzo a televisione, radio, cellulari, computer, con tante cose che interessano e una valanga di parole e di suoni, come si fa a trovare la calma per la preghiera? E difatti non la si trova! Nella grande maggioranza – posso dirvelo? – non pregate, o dite solo velocemente qualche formula di preghiera. E invece è necessario che impariamo a pregare, bisogna trovare il tempo, il luogo e il modo per pregare bene.

Tradizionalmente – si diceva – si prega al mattino e alla sera. È vero. L'insegnamento della Chiesa ci propone proprio di segnare i momenti della giornata con la preghiera, però con il nostro stile di vita ci accorgiamo che è improponibile, perché il mattino non va bene e la sera nemmeno. Quando ci alziamo al mattino è sempre tardi e dobbiamo prepararci in fretta: ci sono le cose del mattino da fare – andare in bagno, vestirci, mangiare, preparare quello che serve, uscire – c'è pochissimo tempo! Se al mattino uno riesce a fare il segno della croce e dire una preghiera veloce è già tanto ... ho paura che molti di voi non facciano nemmeno questo. Alla sera poi si è stanchi, si guarda la televisione, si ha sonno, si preparano le cose per il giorno dopo. Appena si cominciano, le preghiere ci si addormenta. Non va bene neanche quel momento. E allora? Si salta la preghiera. Abitualmente succede così, purtroppo. Per fortuna ci sono molti anziani, che hanno più tempo e dedicano una parte del loro tempo alla preghiera; ma i ragazzi, i giovani, gli adulti impegnati sembra che non abbiano tempo per la preghiera ... e invece dobbiamo trovare il tempo. Se al mattino e alla sera non va bene, dobbiamo trovare un altro momento della giornata ... possibile che in 24 ore non trovi dieci minuti da dedicare al Signore? E poi mi dici che gli vuoi bene e che lo ami con tutto il cuore?

Allora, in questa Quaresima ci proponiamo di trovare dieci minuti al giorno per stare con il Signore. Scegliete l'ora che volete, quella che nelle ore della vostra giornata corrisponde ad un momento di tranquillità – siano le due del pomeriggio o le sei di sera – vedete voi, fate la scelta con intelligenza. Cercate un momento della giornata in cui potete stare tranquillamente con il Signore. Cercate un luogo della casa dove poter pregare: anche questo è importante. Da soli, cercatevi un angolino adatto, sedetevi da qualche parte in cui ci sia silenzio; e lì impegnatevi a fare il raccoglimento, dicendo: "Eccomi, sono da solo con te, Signore". Parlategli della vostra vita e ascoltatelo; chiedetegli: "Che cosa devo fare? Fammi capire quali sono le tue strade".

Scegliete il tempo migliore, scegliete il luogo più adatto, scegliete il modo che preferite: ma fatelo! Dedicate il tempo alla preghiera, non ripetendo le formule che avete imparato a memoria, ma parlando con il cuore a Gesù; e ascoltandolo con affetto, in modo tale che possa toccarvi il cuore.

Ecco *il deserto* in cui vogliamo fare le nostre scelte ... prendiamolo come impegno, cominciamo in questa Quaresima, prendiamo una buona abitudine, che poi terremo per tutto il resto dell'anno.