

Riflessione per il mese di marzo 2009

Si rinuncia per donare qualcosa ... !

Abbiamo iniziato da pochi giorni il tempo della quaresima, un tempo importante per la vita del cristiano, al quale il Santo Padre ha dedicato un Messaggio, perché il mondo dei credenti si senta sostenuto nell'impegno cristiano della preghiera e delle buone opere.

Come al solito, l'invito è di leggere per intero il testo e farne oggetto di approfondimento e riflessione: per brevità ne riportiamo alcuni tratti, lasciando che le parole del Papa orientino il nostro cammino quaresimale

Cari fratelli e sorelle !

All'inizio della Quaresima, che costituisce un cammino di più intenso allenamento spirituale, la Liturgia ci ripropone tre pratiche penitenziali molto care alla tradizione biblica e cristiana -la preghiera, l'elemosina, il digiuno- per disporci a celebrare meglio la Pasqua e fare così esperienza della potenza di Dio che, come leggeremo nella Veglia Pasquale, "sconfigge il male, lava le colpe, restituisce l'innocenza ai peccatori, la gioia agli affitti" ... Nel mio Messaggio quaresimale, vorrei soffermarmi quest'anno a riflettere in particolare sul valore e sul senso del digiuno.

Possiamo domandarci quale valore e quale senso abbia per noi cristiani il privarci di qualcosa che sarebbe in se stesso buono e utile per il nostro sostentamento: le Sacre Scritture e tutta la tradizione cristiana insegnano che il digiuno è di grande aiuto per evitare il peccato e tutto ciò che ad esso induce: per questo nella storia della salvezza ricorre più volte l'invito a digiunare...

Nel Nuovo Testamento, Gesù pone in luce la ragione profonda del digiuno, stigmatizzando l'atteggiamento dei farisei, i quali osservavano con scrupolo le prescrizioni imposte dalla legge, ma il loro cuore era lontano da Dio. Il vero digiuno, ripete anche altrove il divino Maestro, è piuttosto compiere la volontà del Padre celeste, il quale "vede nel segreto, e ti ricompenserà". Troviamo la pratica del digiuno molto presente nella prima comunità cristiana ... anche i Padri della Chiesa parlano della forza del digiuno, capace di tenere a freno il peccato ... il digiuno è inoltre una pratica ricorrente e raccomandata dai Santi di ogni epoca...

Ai nostri giorni, la pratica del digiuno pare aver perso un po' della sua valenza spirituale e aver acquistato piuttosto, in una cultura segnata dalla ricerca del benessere materiale, il valore di una misura terapeutica per la cura del proprio corpo. Digiunare giova certamente al benessere fisico, ma per i credenti è in primo luogo una "terapia" per curare tutto ciò che impedisce loro di conformare se stessi alla volontà di Dio...

La fedele pratica del digiuno contribuisce inoltre a conferire unità alla persona, corpo e anima, aiutandola ad evitare il peccato e a crescere nell'intimità con il Signore. ... Al tempo stesso, il digiuno ci aiuta a prendere coscienza della situazione in cui vivono tanti nostri fratelli ... digiunare volontariamente ci aiuta a coltivare lo stile del buon Samaritano, che si china e va in soccorso del fratello sofferente, Scegliendo liberamente di privarci di qualcosa per aiutare gli altri, mostriamo concretamente che il prossimo in difficoltà non ci è estraneo. ...

Il digiuno rappresenta una pratica ascetica importante, un'arma spirituale per lottare contro ogni eventuale attaccamento disordinato a noi stessi. Privarsi volontariamente del piacere del cibo e di altri beni materiali, 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...

Cari fratelli e sorelle, a ben vedere il digiuno ha come sua ultima finalità di aiutare ciascuno di noi a fare di sé un dono totale a Dio. La quaresima sia pertanto valorizzata in ogni famiglia e in ogni comunità cristiana per allontanare tutto ciò che distrae lo spirito e per intensificare ciò che nutre l'anima aprendola all'amore di Dio e del prossimo.

(dal Messaggio per la Quaresima 2009)

Benedetto XVI