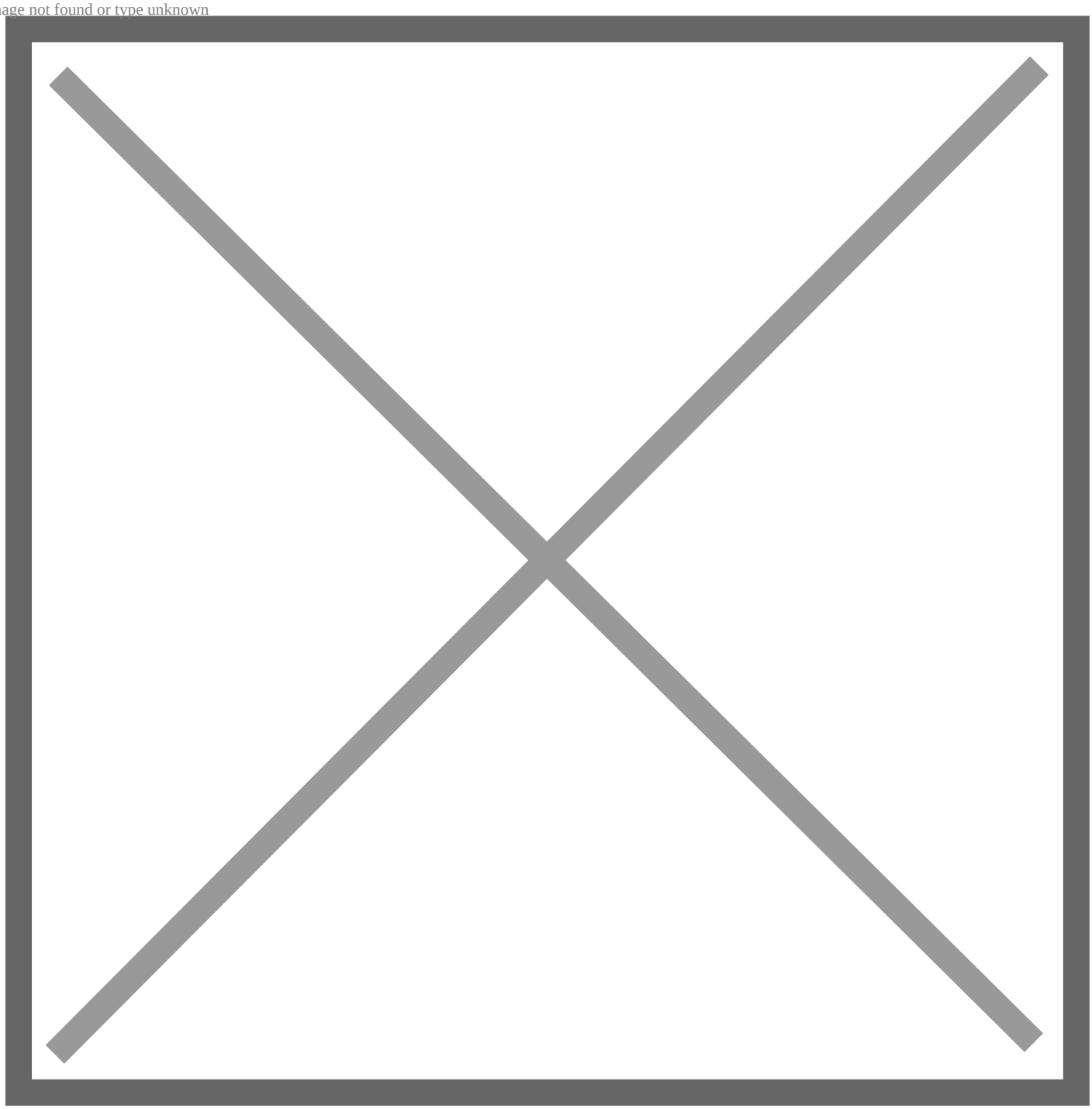
Image not found or type unknown



QUARESIMA

Digiuno, carità e preghiera Ecco perché

ECCLESIA 17_02_2015

img
Image not found or type unknown

Preghiera, digiuno e carità: le tre opere della Quaresima

Stefano Bimbi

Image not found or type unknown

Se a un fedele che va alla Messa o a un ragazzo che frequenta il catechismo chiediamo di dire, magari nell'ordine, i Dieci Comandamenti probabilmente avrà qualche difficoltà. Eppure in confessione dobbiamo accusarci dei peccati mortali e allora ci si chiede come possa farlo chi non sa nemmeno elencare i Comandamenti. Se poi chiediamo a chi va a confessarsi se conosce i precetti generali della Chiesa, forse avremo delle brutte sorprese. Può darsi che nemmeno sappia che sono cinque. Eppure anche questi sono obbligatori per tutti sotto pena di peccato mortale e quindi, al pari dei Comandamenti, da confessare in caso di mancato adempimento.

Eccoli dunque così come sono formulati nel Compendio del Catechismo della Chiesa cattolica: partecipare alla Messa la domenica e le altre feste comandate [per l'assoluzione del precetto vale anche la Messa del sabato pomeriggio, anche se è meglio partecipare la domenica, giorno del Signore, *n.d.A.*] e rimanere liberi da lavori e da attività che potrebbero impedire la santificazione di tali giorni; confessare i propri

peccati almeno una volta all'anno; ricevere la Comunione almeno a Pasqua; astenersi dal mangiare carne e osservare il digiuno nei giorni stabiliti dalla Chiesa; sovvenire alle necessità materiali della Chiesa, secondo le proprie possibilità.

In vista della Quaresima vediamo di approfondire almeno il quarto precetto il quale afferma che il cristiano deve «astenersi dal mangiare carne e osservare il digiuno nei giorni stabiliti dalla Chiesa». Appare innanzitutto opportuno precisare il contenuto di questo precetto alla luce del documento del 1994 della Conferenza Episcopale Italiana "Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza" che contiene al numero 13 alcune disposizioni normative, tuttora vigenti. La legge del digiuno «obbliga a fare un unico pasto durante la giornata, ma non proibisce di prendere un po' di cibo al mattino e alla sera». Ovviamente questa è la forma minima di digiuno. Come però è obbligatorio confessarsi una volta all'anno, ma ovviamente ciascuno capisce bene che è molto salutare ricevere l'assoluzione dai peccati molto più spesso, così anche il digiuno può e deve essere adeguato al cammino spirituale e alla salute del penitente. Insomma, fare digiuno totale dal cibo nei giorni previsti è possibile a tutte le persone adulte e in buona salute fisica.

La legge del digiuno obbliga dai diciotto ai sessanta anni e deve essere osservata il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo (facoltativamente estendibile anche al Sabato Santo). Per il rito ambrosiano il digiuno il primo venerdì di Quaresima sostituisce quello del Mercoledì delle Ceneri. La legge dell'astinenza, che obbliga dai quattordici anni in poi,«proibisce l'uso delle carni, come pure dei cibi e delle bevande che (...) sono da considerarsi come particolarmente ricercati e costosi». L'astinenza «deve essere osservata in tutti e singoli i venerdì di quaresima, a meno che coincidano con un giorno annoverato tra le solennità» (ad esempio: il 19 marzo, san Giuseppe e il 25 marzo, solennità dell'Annunciazione). Inoltre, l'astinenza dalle carni e dai cibi ricercati e costosi deve essere osservata tutti i venerdì dell'anno, ma fuori dalla Quaresima può essere sostituita da altra rinuncia a scelta del fedele.

Il documento Cei ricorda infine che «dall'osservanza dell'obbligo della legge del digiuno e dell'astinenza può scusare una ragione giusta, come ad es. la salute». Quindi i malati o coloro che devono fare lavori estremamente faticosi possono essere dispensati dalle penitenze. Infatti, a norma del canone 1245 del Codice di Diritto Canonico «il parroco, per una giusta causa, (...) può concedere la dispensa dall'obbligo di osservare il giorno di penitenza, oppure commutare in altre opere pie». In passato i matrimoni erano vietati in Quaresima, ma questo divieto non è più in vigore. Questa proibizione risultava dai precetti generali della Chiesa e, quindi, la Chiesa come ha il potere (datole

da Cristo) di introdurre dei precetti, ha anche il potere di modificarli o cancellarli. Invece la Chiesa non può cambiare i Dieci Comandamenti che sono stabiliti da Dio stesso. Nessun Papa potrà, ad esempio, rendere lecita l'uccisione dell'innocente o modificare l'indissolubilità del matrimonio.

Infine, occorre ricordare che in Quaresima siamo invitati a fare delle rinunce e dei buoni propositi. Perché? Ci basti pensare all'anno scorso: la Quaresima è stato un periodo speciale oppure ci è capitato di arrivare a Pasqua fiaccamente e, soprattutto, senza che questo periodo abbia minimamente influito nella nostra vita? Spesso ci poniamo un obiettivo (ad esempio: dimagrire oppure ottenere un risultato lavorativo, scolastico o sportivo) e facciamo degli sforzi per riuscire in ciò che ci preme realizzare. Perché quando si parla di Dio o del cammino di santità lasciamo al caso o all'improvvisazione?

Per coloro ai quali interessa davvero fare qualche passo avanti ci viene incontro la Chiesa con i suoi materni consigli per questo periodo: digiuno, preghiera, opere di carità. Nulla di nuovo, visto che già i Padri della Chiesa nei primi secoli avevano caro questo trinomio. Innanzitutto il digiuno. Nella società dove il superfluo appare necessario va senza dubbio recuperata una libertà interiore con una maggiore sobrietà di vita. Perché allora non rinunciare a qualcosa che ci piace, ma che non è assolutamente necessario? Non pensiamo solo al consumo esagerato di cibo, ma anche, a titolo di esempio, a forme smodate e non rilassanti di divertimento, acquisti di indumenti e cianfrusaglie superflue, uso eccessivo di cellulare, televisione o internet, ecc. Magari lasciare un giorno alla settimana il cellulare a casa può sembrare impossibile da attuare, ma passato l'iniziale smarrimento ci accorgeremo che possiamo anche farne a meno. Del resto per quanto tempo gli uomini sono vissuti senza cellulare? E stiamo parlando di appena una ventina di anni fa...

C'è da precisare che la rinuncia va fatta per qualcosa di lecito, non di illecito (bisogna smettere di bestemmiare sempre non solo in Quaresima) e inoltre si sospende la domenica in quanto la domenica è il giorno del Signore e si ricorda la risurrezione di Gesù: è quindi un giorno di festa (anche in Quaresima) e non si può fare penitenza in un giorno di festa. Ecco quindi perché la Quaresima deriva il nome dal numero quaranta, ma questi sono i giorni di penitenza, non la durata totale (che comprendendo le domeniche è dunque più lunga di quaranta giorni). Ovviamente quanto risparmiato con la rinuncia va poi destinato ai poveri, altrimenti rischia di diventare ascetismo autocompiacente; insomma non vale evitare la cioccolata o il caffè in Quaresima pensando: «Almeno dimagrisco oppure economizzo dei soldi per poi

andare a cena fuori quando voglio!».

Il secondo impegno quaresimale è la preghiera. Quante volte ci capita di dire di non avere tempo per pregare! Eppure, come in tutte le cose che ci interessano veramente, basta fare un po' di spazio nella giornata. Perché non riscoprire il rosario, l'Angelus a mezzogiorno o la Santa Messa, magari quotidiana? Oppure perché non leggere ogni sera, o almeno un giorno alla settimana, un libro di un santo oppure sulla vita di un santo? Un buon libro di meditazione è ad esempio "La filotea" di san Francesco di Sales. Oppure perché non suggerire in famiglia, se non si fa già ordinariamente, la preghiera prima di ogni pasto unita alla proposta di spengere la televisione mentre si mangia per poter parlare in tutta calma? Infine, il terzo impegno da prendere con serietà sono le opere di carità. Non si tratta di fare l'elemosina, ma di amare. Le sempre valide opere di misericordia corporali e spirituali possono darci molte indicazioni. E non bisogna per forza pensare alle persone sfortunate che stanno a migliaia di chilometri da noi; impariamo a vedere i bisogni materiali e morali di chi soffre intorno a noi. E poi perché non dedicare più tempo ai figli? Oppure perché non andare a trovare persone anziane o sole?

Ovviamente le rinunce quaresimali vanno concordate con il padre spirituale il quale, conoscendoci, saprà **i**ndirizzarci meglio di noi stessi nel cammino di purificazione necessario alla nostra anima per liberarci dalla zavorra del peccato e dei vizi che si sono radicati in noi. Lasciamoci guidare dal Signore e mettiamoci tutto il nostro impegno affinché non accada che, anche quest'anno, la Quaresima passi invano!