

**messaggio**

## **Leone XIV: in Quaresima rimettere al centro il mistero di Dio**

**BORGO PIO**

18\_02\_2026



*Ascoltare e digiunare. La Quaresima come tempo di conversione per «rimettere il mistero di Dio al centro della nostra vita, perché la nostra fede ritrovi slancio e il cuore non si disperda tra le inquietudini e le distrazioni di ogni giorno». Nel suo [primo messaggio quaresimale](#) Leone XIV sottolinea il legame «tra il dono della Parola di Dio, lo spazio di*

ospitalità che le offriamo e la trasformazione che essa opera» nel cammino di conversione, che «inizia quando ci lasciamo raggiungere dalla Parola e la accogliamo con docilità di spirito».

**L'ascolto è il primo punto su cui il Papa richiama l'attenzione**, «poiché la disponibilità ad ascoltare è il primo segno con cui si manifesta il desiderio di entrare in relazione con l'altro» e a maggior ragione con Dio. In particolare «l'ascolto della Parola nella liturgia ci educa a un ascolto più vero della realtà: tra le molte voci che attraversano la nostra vita personale e sociale, le Sacre Scritture ci rendono capaci di riconoscere quella che sale dalla sofferenza e dall'ingiustizia, perché non resti senza risposta. Entrare in questa disposizione interiore di recettività», prosegue il Pontefice, «significa lasciarsi istruire oggi da Dio ad ascoltare *come Lui*».

**Il secondo punto è il digiuno** «che dispone all'accoglienza della Parola di Dio. L'astensione dal cibo, infatti, è un esercizio ascetico antichissimo e insostituibile nel cammino di conversione», che «ci consente non soltanto di disciplinare il desiderio, di purificarlo e renderlo più libero, ma anche di espanderlo, in modo tale che si rivolga a Dio e si orienti ad agire nel bene». Il digiuno è «segno visibile del nostro impegno interiore di sottrarci, con il sostegno della grazia, al peccato e al male» e «deve includere anche altre forme di privazione», tra cui il Papa invita a «una forma di astensione molto concreta e spesso poco apprezzata, cioè quella dalle parole che percuotono e feriscono il nostro prossimo».

**Infine Leone XIV sottolinea «la dimensione comunitaria** dell'ascolto della Parola e della pratica del digiuno», chiedendo «la grazia di una Quaresima che renda più attento il nostro orecchio a Dio e agli ultimi» e «la forza di un digiuno che attraversi anche la lingua, perché diminuiscano le parole che feriscono e cresca lo spazio per la voce dell'altro».