

COMMENTO alle LETTURE

di

Don Antonio Di Lorenzo

Traccia biblica ed esegesi (di A. Numini, Prof. Scienze Bibliche)



I Domenica di Quaresima C – 2010

Dt. 26,4-10; Salmo 90; Rm. 10,8-13; Lc. 4,1-13

Traccia biblica (di A. Numini, Prof. Scienze Bibliche)

Siamo nella parte conclusiva del Codice del *Deuteronomio* (capp. 12-26), quella che secondo gli studiosi è la più antica del libro, redatta (secondo la tradizione biblica, invece, “ritrovata”) durante il regno del re Giosia, e quindi la più significativa a livello teologico e dottrinale, che ci riporta agli inizi della vita religiosa del popolo d’Israele. Il re, discendente del celebre casato di Davide, attuò un’importante riforma religiosa che ebbe come elemento caratterizzante l’accentramento del culto liturgico nel tempio di Gerusalemme e l’abolizione di quelli negli altri santuari delle alture di Giuda. Tutto viene ricondotto alle “parole” (in ebraico il testo del Dt è intitolato *Debarim*, cioè “parole”) che Mosè rivolge al popolo per trasmettere le leggi e gli insegnamenti che Dio ha voluto che essi osservassero dal momento del loro ingresso nella Terra, “per vivere a lungo e felicemente” al suo cospetto. La parola chiave dei discorsi di Mosè è “Alleanza”, un patto che si stabilisce tra *Yhwh* e il suo popolo, che li impegna in un rapporto di reciproca fedeltà perché sia fatta verità sull’esistenza dell’uomo e sullo scopo della sua vita sulla terra. Nella prospettiva del *deuteronomista*, vivendo con gioia i “precetti” della Legge, Israele deve diventare un punto di riferimento fondamentale perché tutti gli uomini arrivino alla consapevolezza che esiste un solo Dio, *Yhwh*, che è il creatore del mondo e l’unico degno di essere amato e servito. Gli dèi delle nazioni, insieme a quelli dei Cananei che sopravvivevano nei culti domestici, nelle superstizioni popolari e nelle liturgie delle alture di Giuda, sono solo idoli, cioè immagini vuote e incapaci di dare risposte concrete ai bisogni e alle attese degli uomini. Attorno a loro una schiera di sacerdoti e falsi profeti, che si arricchivano del loro mestiere alle spalle dei tanti fedeli che accorrevano ad essi, confidando nelle capacità terapeutiche o propiziatorie dei loro riti magici, andavano smascherati e ridotti al silenzio. Nella parte conclusiva del cap. 26 abbiamo la regola che norma l’offerta delle “primizie”, che ci riporta l’espressione originaria della fede del popolo, il nucleo dogmatico cristallizzatosi in una formula che tiene insieme il ricordo di un’esperienza vissuta e la sua trasmissione nel tempo. Essa ricorda agli Israeliti che la terra appartiene al Signore, che l’ha affidata all’uomo come luogo della sua dimora e fonte del suo nutrimento, perché la governi in suo nome e al suo servizio. La

storia della liberazione dall'Egitto in virtù dell'elezione dimostra che Dio non approva l'umiliazione dei più piccoli da parte dei potenti, perché nessuno può ergersi sugli altri e sostituirsi a Lui come signore. Ecco che l'offerta dei frutti della terra sarà il segno di questa consapevolezza, che servirà da monito per una condotta di vita che porrà Dio e gli uomini al loro giusto posto e nel loro giusto rapporto. In questo contesto la terra è come una prima tavola della Legge, il primo rotolo della Parola di Dio, nutrimento e riparo della vita degli uomini.

Nei versetti del **Salmo 90** abbiamo la traduzione di questo insegnamento: "*dimorare*" presso il Signore significa beneficiare della protezione della sua "*ombra*" anche nell'oscurità della "*notte*": non temere la "*sventura*", la guerra, i pericoli della strada e le bestie feroci o mortali. Chi abita nella sua casa sceglie di "*legarsi*" a Lui nel patto dell'Alleanza e nel rispetto delle sue leggi, che assicurano una vita prospera e sicura. Lo scopo di Dio è di vivere *con* l'uomo per prendersi cura di lui, come padre provvidente, esigendo solamente l'amore e il rispetto dei figli.

Nel cap. 10 della **Lettera ai Romani** Paolo amplia la prospettiva ristretta di una Chiesa nascente, legata e ancorata alla tradizione giudaica, all'universale mistero di salvezza che Dio ha realizzato in Cristo per tutti gli uomini "*che lo invocano*". La parola e il sentimento, la bocca e il cuore, una fede-*testimonianza* proclamata e una fede-*amore* vissuta, sono le due componenti essenziali dell'esistenza che già il Deuteronomio ha voluto insegnare agli Israeliti. "*La Parola è vicina*", annunciava Mosè, ed ora si è fatta carne e si è immolata per la salvezza del mondo, di tutti quelli che l'accolgono come dono di vita.

Nel noto episodio della "*tentazione*" di Gesù nel deserto **Luca** ci informa dell'efficacia del lasciarsi guidare dall'azione dello Spirito santo tra le tenebre del mondo. Egli, che riempie l'esistenza del Figlio di Dio, lo propone come modello di *resistenza* alle continue tentazioni (Gesù è tentato per tutti i 40 giorni!) cui è sottoposto colui che si affida alla sua grazia. "*Se tu sei Figlio di Dio*" è il ritornello che muove le tante provocazioni che, fino alla fine, nell'episodio della crocifissione, accompagneranno il ministero di Gesù. Il "*diavolo*" tenta di sovvertire l'ordine della creazione: Dio ha stabilito che il nutrimento venga dalla terra attraverso i frutti della sua generosa provvidenza e non dall'arbitrario impiego delle sue risorse, per cui una pietra rimarrà tale e suo Figlio non la userà come mezzo per ribellarsi alla sua volontà. Il tentatore dice bene: "*il potere e la gloria*" dei regni della terra gli sono stati "*dati*" (passivo divino), tuttavia egli erroneamente li propone come strumenti di una supremazia che non compete a lui ("*li do a chi voglio*"), ma che appartiene unicamente a Dio. Utilizzando, infine, proprio le parole del **Salmo 90**, offre un'interpretazione illogica delle Scritture nel ritenere che l'uomo di Dio sia da lui "*raccomandato*" per fare quello che vuole, senza rendersi conto che la protezione divina è la naturale conseguenza di una docile dedizione d'amore alla sua volontà. Gettarsi dal "*punto più alto del Tempo*" e ricevere l'assistenza degli angeli sarebbe stata una manifestazione spettacolare per tutti coloro che in quel momento si recavano alla casa di Dio, per nutrire la loro fede e ricevere da Dio la sua benedizione. La manifestazione che mostrerà la gloria di Gesù sarà invece la vergogna della sua passione e della sua croce, quella che - sempre il diavolo "*al momento fissato*" proverà a mandare all'aria con una nuova serie di tentazioni. La tentazione, dunque, mostra in positivo qual è la direzione giusta che l'uomo di Dio deve intraprendere e, di conseguenza, qual'è la sua volontà. L'ostinazione di Gesù nel rispondere a mo' di ritornello "*sta scritto*" alle ripetute insidie del tentatore, ricorda che la Parola di Dio è il riferimento sicuro per discernere e valutare le esperienze di vita, per camminare nella verità e non soccombere al maligno. E' questa la vera protezione che permette di non "*inciampare*" e cadere tra i "*sassi*" degli inganni che troviamo inevitabilmente lungo il cammino della vita

Attualizzazione (A. Di Lorenzo, Parroco)

La prima domenica di Quaresima si apre con il racconto delle *tentazioni di Gesù nel deserto*. Tale narrazione, riportata anche da Matteo e da Marco, è posta come preludio al ministero pubblico di Gesù e anticipa in qualche modo le umiliazioni che Egli subirà lungo il suo cammino terreno, fino alla violenza estrema della passione e morte. Il superamento delle tentazioni anticipa invece l'evento della sua resurrezione. Gesù inaugura così un tempo nuovo: al contrario di Adamo, che ha ceduto alla tentazione di liberarsi di Dio e di volersi sostituire a Lui, ogni uomo può percorrere il cammino della vita esercitando la sua *libertà* e, nello stesso tempo, riconoscendo la sua *radicale dipendenza* da Dio.

La prima cosa che va subito rilevata è che nelle tentazioni viene rivelata l'*autentica umanità* di Gesù; Egli, infatti, in *completa solidarietà* con ogni uomo, subisce tutte le prove tramite le quali il diavolo cerca di distoglierlo dalla sua missione. I Vangeli ne enumerano tre, ma la lista andrebbe aggiornata alla luce di tutte le altre tentazioni a cui Gesù sarà successivamente sottoposto. E', tuttavia, sufficiente anche questa esemplificazione per capire la durezza della prova; *piacere, potere e spettacolarità* sono, infatti, i *punti nevralgici* dell'uomo e *stanno alla base* di tutti gli altri vizi. Colpiscono, poi, l'accanimento e l'astuzia con cui Satana escogita tutti i modi per far soccombere Gesù. Luca annota, infatti, che lo attacca su tutti i fronti, dando fondo a tutte le sue risorse e senza darsi mai per vinto: "*Dopo aver esaurito ogni tentazione, si allontanò per tornare al momento fissato*", chiara allusione al momento della Crocifissione, dove - come annota l'esegeta - troveremo di nuovo il ritornello "*Se tu sei il figlio di Dio...*". Non c'è, dunque, tentazione escogitata da Satana che Gesù non abbia subito. Quando avvertiamo una tentazione, qualsiasi essa sia, possiamo essere certi che anche Lui l'abbia provata: la più assurda, la più inattesa, la più violenta e la più umiliante delle tentazioni che ci piombi addosso l'ha vissuta anche Lui... Ci conforta molto questa radicale condivisione della nostra condizione umana e ci aiuta a viverla con fiducia.

Le tre tentazioni sono di una tragica attualità. Nella prima, Satana cerca di sorprendere Gesù che, dopo 40 giorni di digiuno, non ce la fa più e... *ha fame*: "*Di' a questa pietra che diventi pane*". Il pane è alimento tanto buono e indispensabile per la vita dell'uomo che Gesù suggerisce di chiederlo quotidianamente nella preghiera del *Padre nostro* da Lui stesso insegnata. A Satana e a noi, che moriamo dalla voglia di accumulare e di accaparrare, che non abbiamo più limiti e che non siamo più capaci di distinguere tra il necessario e il superfluo, tra veri e falsi bisogni, Gesù ricorda che il pane non è tutto, che l'uomo non vive di solo pane, che siamo chiamati a volare alto, a porci oltre il mangiare, il bere, il possedere. Il pane, il denaro, il benessere materiale saziano, danno vita, ma più gioia, più pienezza, più senso, più vita vengono dalla *Parola di Dio*,

dagli affetti, dalle relazioni, dal giusto rapporto con le cose di questo mondo. Nella seconda tentazione, Satana “*conduce in alto*” Gesù, “*gli mostra in un istante tutti i regni della terra*” e gli promette “*potere*” e “*gloria*”. E’ come dire che nella vita è essenziale occupare i posti chiave, essere protagonisti, mostrarsi vincenti, farsi largo subito e con ogni mezzo, assicurarsi forza e potere. A Satana e a noi, smaniosi di protagonismo e di visibilità, abituati a servirci degli altri per i nostri tornaconti personali, costantemente in preda a deliri di onnipotenza, Gesù ricorda che di Dio, di Signore ce n’è... *uno solo!* Nella terza tentazione, Satana gioca veramente sporco. Ci aveva già provato nella prima tentazione, ma ora si supera: “*Se sei veramente Figlio di Dio, chiedigli un miracolo; buttati giù e, se Egli è veramente tuo Padre, ti custodirà*”. A Satana e a noi, portati a lasciarci sedurre dall’aspetto spettacolare della fede e a stabilire una relazione magica con Dio, a credere in Lui solo se ci mostra il suo amore e la sua onnipotenza con segni straordinari, Gesù ricorda che Dio non ha bisogno di stupirci e di dimostrarci che ci vuole bene attraverso miracoli sorprendenti, perché Egli ci è sempre vicino e non ci lascia mai mancare il suo amore; certo non risponde a tutte le nostre pretese, ma ad ogni occasione interviene e ci dà quanta forza ne occorre per affrontare tutto quello che c’è da affrontare.

In fondo in fondo, le tre tentazioni possono essere ridotte ad una sola: il diavolo – dal greco “*dià-ballo*”: colui che divide, che separa) cerca di incrinare i rapporti tra Gesù e il Padre, e di conseguenza tra Gesù, gli uomini e le cose. Non a caso due di esse – la prima e la terza – esordiscono con quel “*Se tu sei il Figlio di Dio*”, che è un attacco preciso e diretto alla certezza di Gesù di essere “*il Figlio amato*”. E’ la stessa esperienza che facciamo noi ogni volta che ci sentiamo divisi dentro tra un Dio di cui fidarci e un Dio che non ci convince o addirittura non ci dà alcuna garanzia. Il problema non è la tentazione, perché la tentazione è un *test*, una *prova* – e, in quanto tale, è salutare –, ma quella lacerazione interiore tra il sentirci suoi figli e la paura di non essere da Lui amati abbastanza. Gesù si è mostrato saldo nella sua relazione con il Padre, non si è lasciato sfiorare nemmeno lontanamente dal sospetto che non lo amasse e non gli stesse vicino, ora nel deserto come dopo sul Golgota.

L’immagine del “*deserto*”, che nella Bibbia non è mai solo un luogo fisico, ma anche spirituale, nel suo aspetto negativo, evoca i tanti momenti di deserto della nostra esistenza: *i deserti dell’isolamento*, quando cioè, attratti dalle cose, diventiamo sempre più aridi nell’animo, incapaci di comunicare con Dio e con gli altri; *i deserti dell’abbandono* in cui ci troviamo a causa del tradimento e dell’infedeltà, quando la cattiveria nostra o degli altri ci fa percepire in modo acuto la mancanza di amore; *i deserti dell’egoismo*, in cui il cuore indurito e reso sterile dall’indifferenza, dall’avidità, dalla cupidigia, imbocca una via senza d’uscita; *i deserti della fragilità* in cui sperimentiamo i nostri limiti e la nostra debolezza di fronte alla seduzione del male, che ci genera dentro un diffuso senso di impotenza; *i deserti dei nostri insuccessi*, dei nostri piccoli e grandi fallimenti, quando proviamo la sensazione amara di aver sbagliato tutto; *i deserti provocati dall’orgoglio*, dalla violenza, dal sopruso e dall’irrisione, ma anche dal pregiudizio e dal sospetto, dalla voglia di prevalere e di imporci.

Ma il deserto non è solo questo. È anche *luogo di apprendistato* ad una vita nuova, *luogo di lotta e di verifica*, perché non si cresce e non si operano cambiamenti magicamente, ma solo affrontando dei passaggi talora duri, difficili, dolorosi; *luogo di esperienza di Dio*, di un Dio vicino, presente, che accompagna con saggezza, discrezione e benevolenza, senza sottrarci alla ricerca e alla fatica di credere, perché ci vuole figli liberi, convinti.

Ecco allora il senso della Quaresima, appena iniziata. Essa si presenta come tempo *favorevole* non tanto sotto il profilo morale, ma soprattutto sotto il profilo spirituale. Certo, è importante fare rinunce e impegnarsi, ma potremmo correre il rischio di un bilancio conclusivo ostinatamente in rosso, con disastrose conseguenze dal punto di vista psicologico. Infatti, ritrovarsi al punto di partenza o addirittura più indietro, dopo avercela messa tutta, provoca inevitabilmente la sensazione di essere facilmente vulnerabili e di non potercela mai fare a cambiare. Determinante è allora *il recupero della relazione con Dio, della fiducia incondizionata in Lui e nel suo amore paterno*.

EDUCARE ALLE VIRTU’ UMANE – I... FIORETTI

AVVENIRE/AGORÀ DOMENICA - 14 FEBBRAIO 2010 - INCHIESTA di Laura Badaracchi

C’erano una volta i classici sacrifici quaresimali, le piccole rinunce che servivano a mettere da parte qualche soldo per fini benefici ma soprattutto a educare lo spirito. Oggi, che invece questo genere di ascesi spicciola non sembra più di moda, gli esperti la rivalutano: sarebbe utile anche agli adulti...

LA STORIA - Un’idea della Controriforma da non confondere con san Francesco

Mi sono divertito a chiedere ad alcuni adolescenti se conoscono il significato della parola «fioretto». È emerso che si tratta di un’arma bianca da competizione, sviluppo della spada da scherma. Approfondendo il discorso, e dopo una certa pungolatura, sono venuti fuori i *Fioretti* di san Francesco d’Assisi, e qualcuno ha detto che sono storielle graziose: poi qualcun altro, che fa il classico, ha ricordato che i *flores* e i *florilegia* erano nell’antichità romana raccolte di versi, «antologie». Non male. Lo sanno tutti, che «fiore» fa rima con «cuore» e con «amore». Proprio così: fiore-cuore-amore, come nelle brutte poesie e nelle brutte canzoncine. Ma che in realtà sia un triangolo magico, e maledettamente serio, non è uscito fuori. Perché dei «fioretti», in questa vigilia di Quaresima 2010, non sapeva nulla nessuno. Nemmeno i ragazzi cattolici, che vanno a messa: e ce ne sono. Anzi, a dir la verità non avevano nemmeno le idee chiare sulla Quaresima: salvo una ragazza, la quale ha osservato che secondo lei è un’usanza che i cristiani hanno inventato per far concorrenza al ramadan... Se pensate a questo punto che ci sia da allarmarsi, avete perfettamente ragione. Tanto più che la voce «Fioretto» è assente anche dal *Dizionario di antropologia pastorale* delle Dehoniane (dove da «Finalità» si passa a «Fisiatria») e perfino dal *Nuovo dizionario di mariologia* delle Paoline: e sì che un tempo i «fioretti alla Madonna» facevano parte profonda e integrante dell’educazione dei giovani e

delle giovani. Se non ho visto male, nemmeno una parola si dedica loro nella stessa monumentale *Enciclopedia della preghiera* nella Libreria Editrice Vaticana.

Vero è che un «fioretto», di per sé, non è una preghiera: ma negli arcaici tempi del cattolicesimo repressivo e fideista lo si collegava strettamente al rosario. Il «fioretto» mi ricorda mia nonna, contadina toscana semianalfabeta nella Firenze degli anni Quaranta. Ero un ragazzino timido, molto solitario, e del resto abituato al regime austero di una famiglia dove non mancava nulla di essenziale, ma non c'erano margini per altro. «Fa' un fioretto alla Madonna», mi consolava la nonna quando le sembravo deluso per un regalo non ricevuto o per un dolcetto rifiutato. Il «fioretto» abituava alla rinuncia, anzi le conferiva un senso alto: le aggiungeva un elemento eroico, il sapore forte di un atto di volontà. S'imparava così che nel rinunciare a quanto non si può avere può esserci sofferenza, ma non c'è merito: mentre la rinuncia a quel ch'è a portata di mano, per favorire qualcuno meno fortunato o semplicemente per dimostrare di esser forti ed onorare Dio o la Vergine Maria, era un piccolo esercizio di forza d'animo, di vittoria della volontà. Viviamo in tempi contraddittori.

Credo importante per tutti, sacerdoti e laici, fare i conti al giorno d'oggi con la fede cattolica sentita e vissuta quotidianamente, con la presenza di Dio nella nostra vita di tutti i giorni. Chissà se qualche parroco coraggioso, se qualche gruppo di cattolici magari giovani e intelligenti, se la sentiranno di riscoprire il gusto del «fioretto»: la piccola rinuncia accompagnata da un'altrettanto piccola opera di bene e da una rapida preghiera mentale. Mi va di prendere un caffè: invece do a un povero (ce ne sono fin troppi) l'euro che avevo a ciò destinato e, mentre salgo sull'autobus, recito rapidamente un'Ave. Se la strada per l'Inferno è lastricata di buone intenzioni, può darsi che quella per il Paradiso sia un acciottolato di piccole cose, di piccoli gesti concreti. In fondo, sta scritto che quel giorno nessuno ci chiederà quanta teologia sappiamo o quante messe abbiamo ascoltato, ma se abbiamo mai offerto un bicchier d'acqua a un assetato, se abbiamo mai perduto un pomeriggio visitando un ammalato o un carcerato.

Il «fioretto» è un'invenzione della bistrattata Chiesa controriformistica, quella di gente come Filippo Neri e Alfonso de' Liguori. Gente che parlava semplice ma che possedeva una grande saggezza. Il «fioretto» è anzitutto una preziosa scuola di libertà, quella vera. La libertà di chi sa dire di no ai piccoli stizzosi comandi del peggiore e più tirannico padrone che ciascuno di noi debba sopportare: se stesso. Sacrificare un frammento della nostra superbia individualistica a Dio e alla Vergine: questo sarebbe un bel modo di ricordare che anche nel 2010 c'è la Quaresima e che l'attualità di quei quaranta giorni passati da Gesù nel deserto non si è mai esaurita.

È Quaresima, taglia gli sms!

C'erano una volta i classici fioretti quaresimali: non mangiare i cioccolatini, rinunciare a un giocattolo, o – per i più grandi – accantonare le sigarette o la pietanza preferita. Dire «no» a piccoli piaceri, quindi, mettendo da parte i risparmi equivalenti da devolvere ai poveri. Un'ascesi ormai sorpassata nel terzo millennio? E, ancora, i fioretti potrebbero correre il rischio di derive velatamente masochistiche? Abbiamo chiesto a teologi e religiosi, scrittori e psicoterapeuti, di declinarli in chiave contemporanea. «Mi sembra che ogni pratica religiosa meriti rispetto: dai digiuni, alle astinenze, ai voti. Comportano una disciplina che radica una persona al suolo, la fortifica pure in mezzo alla baldoria generale di chi se ne infischia», confida lo scrittore **Erri De Luca**. È come se, per vie profonde, l'ascesi riportasse a un genuino confronto con se stessi: «C'è una solitudine necessaria nella vita di ognuno, che va coltivata, non scartata come disturbo del comportamento», commenta, dicendo anche il suo apprezzamento per «il valore simbolico dei gesti religiosi». Rinunce e «mortificazioni», dunque, vanno nella direzione di sfrondare il cuore perché focalizzi più chiaramente l'essenziale.

Un percorso valido «indipendentemente dall'essere credente, trasversale alle religioni e alle culture: sapersi controllare e limitare fa bene», chiarisce il teologo don **Gennaro Matino**, convinto che «un itinerario di conoscenza di sé, anche con privazioni, è fondamentale in tutte epoche e stagioni. Chi lo ritiene sorpassato si oppone a un cammino pedagogico proposto dalla Chiesa quale formazione personale per l'apertura al dono». In sostanza, i «fioretti» fanno maturare, liberano il cuore per dilatarlo: «Se la strategia evangelica dell'impegno si sposa con l'offerta di sé, diventa formidabile. La natura biblica della rinuncia non è privarsi, ma *provarsi* in un tempo di deserto per fortificare se stessi e incontrare l'altro», argomenta don Matino. Un esempio dogmaticamente corretto? «Se ho l'ossessione della comunicazione virtuale, che mi porta fuori dal dialogo attivo con le persone, posso staccarmi dal pc». Forse quello telematico è uno degli ambiti più gettonati per i «nuovi fioretti», se lo scorso anno la diocesi di Trento aveva suggerito di digiunare da Facebook e quella di Modena – seguita da Bari e Pesaro – aveva proposto di rinunciare agli sms. Sempre nel 2009, un sondaggio del settimanale *Donna Moderna* evidenziava che il 46% degli intervistati era disposto a

non accedere al *social network*, mentre il 18% affermava di poter dire no ai messaggini. Digiunare anche da tv e iPod? Non solo, suggerisce **Francesco Gesualdi**, coordinatore del *Centro nuovo modello di sviluppo* di Pisa ed ex allievo di don Lorenzo Milani: «I fioretti? Oggi sono un'esigenza imposta dalla sopravvivenza dell'umanità. Il nostro eccesso di consumo sta portando il pianeta al collasso. Solo un fioretto permanente, inteso come ridimensionamento del nostro tenore di vita, può garantire un avvenire al mondo». Da dove cominciare, allora? «La parola d'ordine è *vigilanza*. Dobbiamo recuperare il senso di sazietà, distinguendo il necessario dal superfluo. Imparando a dare ai piaceri del corpo il giusto peso, per lasciare più spazio alla dimensione affettiva, spirituale, sociale», suggerisce Gesualdi, snocciolando consigli pratici per fioretti sostenibili: «Meno automobile, più mezzo pubblico; meno prodotti globalizzati, più locali; meno merendine, più dolcetti fatti in casa; meno acqua imbottigliata, più del rubinetto; meno pasti precotti, più tempo in cucina; meno cibi confezionati e surgelati, più sfusi e di stagione; meno usa e getta, più riciclaggio».

Ce n'è per tutti, per sperimentarsi con un fine preciso: «Crescendo mi sono convinto dell'utilità di misurarmi con me stesso per verificare quanto sono capace di rinunciare al superfluo e potermi concentrare meglio, così, su ciò che davvero conta nella vita – racconta **Fulvio Scaparro**, psicanalista e scrittore –. La rinuncia non è fine a se stessa, ma l'essenza delle scelte piccole e grandi che ci si presentano quotidianamente: scegliere significa imboccare una via rinunciando ad altri percorsi. Mi piace pensare che i "fioretti" della mia infanzia abbiano avuto un ruolo in questa mia convinzione». Allenarsi fin da piccoli risulta positivo, quindi, perché «i bambini hanno bisogno di imparare a dilazionare nel tempo alcuni desideri e gratificazioni: rientra nel processo di maturazione tenere sotto controllo gli impulsi. E non c'è nulla di masochistico quando avviene gradualmente e in un clima sereno», evidenzia **Anna Oliverio Ferraris**, docente di psicologia dello sviluppo a La Sapienza di Roma, che avverte: «Bisogna evitare che diventi un assillo, un impegno ossessivo per totalizzare il maggior numero di fioretti, sentendosi in colpa se non se ne fanno abbastanza». Esistono fioretti a misura di bambino? «Meglio se hanno risvolti positivi, ad esempio limitare le sedute davanti allo schermo, non rimandare un impegno noioso o sgradevole ma assolverlo subito, dare una mano nelle faccende domestiche, perdonare una cattiveria...», elenca Oliverio Ferraris.

E monsignor **Vittorio Nozza**, direttore di Caritas italiana, continua: «Rinunciare a un regalo e fare una donazione; parlare di povertà in classe e con gli amici; aiutare con un gesto concreto un vicino in difficoltà; ridurre telefonino». Azioni consapevolmente volute e, allo stesso tempo, «segni personali, espressione della gioia di incamminarsi verso un vero incontro con Dio – sottolinea la benedettina **Benedetta Zorzi**, del monastero di San Luca a Fabriano –. Ciascuno sa se sarà utile privarsi di un po' di cibo, vino, sonno, chiacchiere inutili e troppe distrazioni, per aiutare le nostre potenze vitali a essere più toniche e armoniose in modo che, invece di disgregarci, ci conducano al vero fine per cui sono fatte. L'allenamento, l'ascesi, il freno, rientrano nella pedagogia di qualsiasi desiderio». Provare per credere.

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA – 2010

Per sostenere nella preghiera chi pensa di non saper pregare

Oggi lo Spirito conduce anche noi nel deserto. È il luogo della prova e della tentazione, luogo in cui ci si spoglia del superfluo e si cerca l'essenziale. Impariamo da Gesù a metterci con fiducia nelle mani di Dio e a lottare con coraggio male per operare un radicale cambiamento di vita.

Invocazioni penitenziali

- Signore Gesù, tu conosci le schiavitù che accettiamo e i compromessi con la nostra coscienza. Solo tu puoi spezzare le nostre catene. *Signore, pietà!*
- Cristo Gesù, tu conosci i nostri rifiuti, le nostre infedeltà al tuo Vangelo, il nostro attaccamento all'egoismo di sempre. Solo tu puoi farci adottare comportamenti e atteggiamenti nuovi. *Cristo, pietà!*
- Signore Gesù, tu conosci le nostre false sicurezze, le nostre illusioni, tutto ciò che abbiamo ritenuto importante, e non lo era. Solo tu puoi cambiare i nostri errori in occasioni di conversione. *Signore, pietà!*

Intenzioni di preghiera per la prima settimana di Quaresima

- O Dio, conduci la tua Chiesa nel deserto perché ritrovi lo slancio e la fiducia delle origini. Attraverso il digiuno e la preghiera, con le diverse forme della solidarietà, diventi un segno vivo per gli uomini di questo tempo. Preghiamo: *Tu sei la nostra forza e la nostra speranza.*

- O Dio, ridesta la coscienza dei governanti perché scorgano i deserti della guerra, della miseria e della fame in cui vivono tanti popoli. Suscita iniziative di giustizia, per una distribuzione più equa dei doni della terra. Preghiamo...
- O Dio, sostieni quanti stanno attraversando il deserto della prova: chi è privo di lavoro, chi deve affrontare cure mediche lunghe ed estenuanti, chi è privo di affetto. Apri gli occhi di chi vive loro accanto e smuovi i cuori alla compassione e alla tenerezza. Preghiamo...
- O Dio, guida ed accompagna le nostre famiglie quando vivono il deserto dell'incomprensione, quando si lasciano vincere dall'astio e dall'orgoglio. Disponi gli animi alla misericordia, perché ci sia chi compie il primo passo verso la riconciliazione. Preghiamo...
- O Dio, non abbandonare coloro che ti cercano con cuore sincero, ma sperimentano il deserto dell'aridità interiore, la fatica di intendere la tua parola. Ravviva il fuoco che brucia nell'anima di chi desidera incontrarti. Preghiamo...

Preghiera

*Nessuno è esonerato dalla tentazione:
neanche tu lo sei stato, Gesù.
Essa raggiunge il fondamento di ogni cosa
e cerca di abbattere le mura portanti.
Al Giordano, nel momento in cui
è cominciata pubblicamente la tua missione,
il Padre non ti ha forse dichiarato
«il suo Figlio, l'amato»,
colui nel quale ha posto
il suo compiacimento?
Ebbene è proprio da lì
che parte il tentatore:
«Se tu sei il Figlio di Dio...».
E tu lo sei veramente,
ma sei anche uomo, fino in fondo,
e dunque non immune
dalla fame e dalla sete,*

*dalla fragilità e dalla debolezza,
dal rifiuto e dal fallimento.
Troverai il modo per sfuggire
in modo miracoloso
alle incertezze e alle angustie
della tua condizione di uomo?
Metterai alla prova il Padre
per avere un segno inequivocabile
della sua protezione, della sua tenerezza?
Ricorrerai ai mezzi di questo mondo
o a prodigi stupefacenti
per garantirti il trionfo?
No, la tua fiducia nel Padre
è totale, a tutta prova.
E lo sarà fino in fondo,
fino al giorno della croce e della morte.*

Roberto Laurita

