Capire la Quaresima e come viverla al tempo del Covid

Inviato da Giacomo Gambassi
martedì 16 febbraio 2021

da Avvenire.it

Che cos'è la Quaresima? Come si conteggia? Quali gesti si compiono? Quali le letture?

Alla scoperta del tempo forte che inizia con il Mercoledì delle Ceneri e che prepara alla Pasqua

l 17 febbraio, Mercoledì delle Ceneri, inizia la Quaresima. È il «tempo forte» che prepara alla Pasqua, culmine dell'Anno liturgico e della vita di ogni cristiano. Anche la Quaresima 2021 sarà segnata dalla pandemia e dalle misure anti-Covid che scandiscono la vita ecclesiale in Italia. Già lo scorso anno gran parte della Quaresima era stata marcata dal coronavirus che era dilagato nella Penisola nelle settimane che portano alla solennità della Risurrezione.

La Quaresima si conclude il Giovedì Santo con la Messa in Coena Domini (in cui si fa memoria dell'istituzione dell'Eucaristia e in cui si svolge il rito della lavanda dei piedi) che apre il Triduo Pasquale. Quest'anno la Pasqua viene celebrata il 4 aprile quando nelle parrocchie del Paese diventerà obbligatorio l'uso del nuovo Messale Romano in italiano tradotto dalla Cei. Come dice san Paolo, la Quaresima è «il momento favorevole» per compiere «un cammino di vera conversione» così da «affrontare vittoriosamente con le armi della penitenza il combattimento contro lo spirito del male», si legge nell'orazione colletta all'inizio della Messa del Mercoledì delle Ceneri. In questo itinerario di quaranta giorni che conduce al Triduo pasquale, memoria della passione, morte e risurrezione del Signore, cuore del mistero di Salvezza, «rinnoviamo la nostra fede, attingiamo l'"acqua viva" della speranza e riceviamo a cuore aperto l'amore di Dio che ci trasforma in fratelli e sorelle in Cristo», ricorda papa Francesco nel Messaggio per la Quaresima 2021.

Il numero 40

Nella liturgia si parla di "Quadragesima", cioè di un tempo di quaranta giorni. La Quaresima richiama alla mente i quaranta giorni di digiuno vissuti dal Signore nel deserto prima di intraprendere la sua missione pubblica. Si legge nel Vangelo di Matteo: «Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame».

Quaranta è il numero simbolico con cui l'Antico e il Nuovo testamento rappresentano i momenti salienti dell'esperienza della fede del popolo di Dio. È una cifra che esprime il tempo dell'attesa, della purificazione, del ritorno al Signore, della consapevolezza che Dio è fedele alle sue promesse. Nell'Antico Testamento sono quaranta i giorni del diluvio universale, quaranta i giorni passati da Mosè sul monte Sinai, quaranta gli anni in cui il popolo di Israele peregrina nel deserto prima di giungere alla Terra Promessa, quaranta i giorni di cammino del profeta Elia per giungere al monte Oreb, quaranta i giorni che Dio concede a Ninive per convertirsi dopo la predicazione di Giona.

Nei Vangeli sono anche quaranta i giorni durante i quali Gesù risorto istruisce i suoi, prima di ascendere al cielo e inviare lo Spirito Santo. Tornando alla Quaresima, essa è un «accompagnare Gesù che sale a Gerusalemme, luogo del compimento del suo mistero di passione, morte e risurrezione e ricorda che la vita cristiana è una "via" da percorrere, consistente non tanto in una legge da osservare, ma nella persona stessa di Cristo, da incontrare, da accogliere, da seguire», ha spiegato Benedetto XVI nel 2011.

Le ceneri e il rito modificato per il Covid

Il Mercoledì delle Ceneri è giorno di digiuno e astinenza dalle carni (così come lo è il Venerdì Santo, mentre nei Venerdì di Quaresima si è invitati all'astensione dalle carni). Come ricorda uno dei prefazi di Quaresima, «con il digiuno quaresimale» è possibile vincere «le nostre passioni» ed elevare «lo spirito». Secondo la consuetudine, la cenere viene ricavata bruciando i rami d'ulivo benedetti nella Domenica delle Palme dell'anno precedente. La cenere imposta sul capo è un «austero simbolo» che ricorda la nostra condizione di creature ed esorta alla penitenza.

La pandemia modifica il rito delle Ceneri per adeguarlo alle misure anti-Covid e farne un atto "sicuro". Secondo le indicazioni della Congregazione per il culto divino e la disciplina dei sacramenti, il sacerdote imporrà le ceneri sul capo dei fedeli ma senza pronunciare le formule previste nel Messale Romano: «Convertitevi e credete al Vangelo» oppure «Ricordati, uomo, che polvere tu sei e in polvere ritornerai». Le parole verranno dette una volta per tutti dall'altare dopo che il celebrante avrà benedetto le ceneri. Poi, una volta igienizzate le mani e indossata la mascherina, farà cedere le ceneri sulla testa di «quanti si avvicineranno a lui o, se opportuno, egli stesso si avvicinerà a quanti stanno in piedi al loro posto».

La prima delle due formule proposte dal Messale Romano («Convertitevi e credete al Vangelo») è un richiamo alla conversione che significa cambiare direzione nel cammino della vita e andare controcorrente (dove la "corrente" è lo stile di vita superficiale, incoerente ed illusorio). La seconda formala rimanda agli inizi della storia umana, quando il Signore disse ad Adamo dopo la colpa delle origini: «Con il sudore del tuo volto mangerai il pane, finché non ritornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere ritornerai!» (Gen 3,19). La Parola di Dio evoca la fragilità, anzi la morte, che ne è la forma estrema. Ma se l'uomo è polvere, è una polvere preziosa agli occhi del Signore perché Dio ha creato l'uomo destinandolo all'immortalità.

I segni: digiuno, elemosina, preghiera (ma anche speranza)

Il digiuno, l'elemosina e la preghiera sono i segni, o meglio le pratiche, della Quaresima. Papa Francesco, nel suo Messaggio, le definisce «le condizioni e l'espressione della nostra conversione». E aggiunge: «La via della povertà e della privazione (il digiuno), lo sguardo e i gesti d'amore per l'uomo ferito (l'elemosina) e il dialogo filiale con il Padre (la preghiera) ci permettono di incarnare una fede sincera, una speranza viva e una carità operosa». Il digiuno significa l'astinenza dal cibo, ma comprende altre forme di privazione per una vita più sobria. «Chi digiuna - spiega papa Francesco - si fa povero con i poveri e "accumula" la ricchezza dell'amore ricevuto e condiviso. Così inteso e praticato, il digiuno aiuta ad amare Dio e il prossimo in quanto, come insegna san Tommaso d'Aquino, l'amore è un movimento che pone l'attenzione sull'altro considerandolo come un'unica cosa con sé stessi».

Il digiuno è legato poi all'elemosina. San Leone Magno insegnava in uno dei suoi discorsi sulla Quaresima: «Quanto ciascun cristiano è tenuto a fare in ogni tempo, deve ora praticarlo con maggiore sollecitudine e devozione, perché si adempia la norma apostolica del digiuno quaresimale consistente nell'astinenza non solo dai cibi, ma anche e soprattutto dai peccati. A questi doverosi e santi digiuni, poi, nessuna opera si può associare più utilmente dell'elemosina, la quale sotto il nome unico di "misericordia" abbraccia molte opere buone». Così il digiuno è reso santo dalle virtù che l'accompagnano, soprattutto dalla carità, da ogni gesto di generosità che dona ai poveri e ai bisognosi il frutto di una privazione. Non è un caso che nelle diocesi e nelle parrocchie vengano promosse le Quaresime di fraternità e carità per essere accanto agli ultimi. «Vivere una Quaresima di carità - sottolinea papa Francesco - vuol dire prendersi cura di chi si trova in condizioni di sofferenza, abbandono o angoscia a causa della pandemia di Covid-19. Nel contesto di grande incertezza sul domani, ricordandoci della parola rivolta da Dio al suo Servo: "Non temere, perché ti ho riscattato" (Is 43,1), offriamo con la nostra carità una parola di fiducia, e facciamo sentire all'altro che Dio lo ama come un figlio». E afferma l'enciclica Fratelli tutti: «Solo con uno sguardo il cui orizzonte sia trasformato dalla carità, che lo porta a cogliere la dignità dell'altro, i poveri sono riconosciuti e apprezzati nella loro immensa dignità, rispettati nel loro stile proprio e nella loro cultura, e pertanto veramente integrati nella società».

La Quaresima, inoltre, è un tempo privilegiato per la preghiera. Sant'Agostino dice che il digiuno e l'elemosina sono «le due ali della preghiera» che le permettono di prendere più facilmente il suo slancio e di giungere sino a Dio. E san Giovanni Crisostomo esorta: «Abbellisci la tua casa di modestia e umiltà con la pratica della preghiera. Così prepari per il Signore una degna dimora, così lo accogli in splendida reggia». Nel Messaggio per la Quaresima 2021 papa Francesco invita a rinnovare la speranza. «Nel raccoglimento e nella preghiera silenziosa - avverte il Pontefice - la speranza ci viene donata come ispirazione e luce interiore, che illumina sfide e scelte della nostra missione: ecco perché è fondamentale raccogliersi per pregare (cfr Mt 6,6) e incontrare, nel segreto, il Padre della tenerezza. Vivere una Quaresima con speranza vuol dire sentire di essere, in Gesù Cristo, testimoni del tempo nuovo, in cui Dio "fa nuove tutte le cose"».

Il conteggio dei giorni

Già nel IV secolo vi è una Quaresima di 40 giorni computati a ritroso a partire dal Venerdì Santo fino alla prima domenica di Quaresima. Persa l'unità dell'originario triduo pasquale (nel VI secolo), la Quaresima risultò di 42 giorni, comprendendo il Venerdì e il Sabato Santo. Gregorio Magno trovò scorretto considerare come penitenziali anche le sei domeniche (compresa quella delle Palme). Pertanto per ottenere i 40 giorni (che senza le domeniche sarebbero diventati 36) anticipò,

per il rito romano, l'inizio della Quaresima al Mercoledì (che diventerà "delle Ceneri"). Attualmente la Quaresima termina con la Messa nella Cena del Signore del Giovedì Santo. Ma per ottenere il numero 40, escludendo le domeniche, bisogna, come al tempo di Gregorio Magno, conteggiare anche il Triduo pasquale.

La liturgia con il nuovo Messale

La Quaresima 2021 sarà guidata dal nuovo Messale Romano in italiano tradotto dalla Cei. Il nuovo libro liturgico diventerà obbligatorio nelle parrocchie italiane con il giorno di Pasqua, domenica 4 aprile, ma già in molte diocesi viene usato già dall'Avvento. Come nell'Avvento, anche in Quaresima la liturgia propone alcuni segni che nella loro semplicità aiutano a comprendere meglio il significato di questo tempo. Come già accaduto nelle settimane che precedono il Natale, in Quaresima i paramenti liturgici del sacerdote mutano e diventano viola, colore che sollecita a un sincero cammino di conversione. Durante le celebrazioni, inoltre, non troviamo più i fiori ad ornare l'altare, non recitiamo il "Gloria" e non cantiamo l'"Alleluia". Tuttavia la quarta domenica di Quaresima, quella chiamata del Laetare, vuole esprimere la gioia per la vicinanza della Pasqua: perciò nelle celebrazioni è permesso di utilizzare gli strumenti musicali, ornare l'altare con i fiori, le vesti liturgiche sono di colore rosa.

Le letture delle Messe domenicali

In questo Anno liturgico (ciclo B) la prima domenica di Quaresima rimanda ai quaranta giorni di deserto di Cristo durante i quali viene tentato da Satana (Marco 1,12-15) e contiene il monito: «Convertitevi e credete nel Vangelo». In questa Domenica la Chiesa celebra l'elezione di coloro che sono ammessi ai Sacramenti pasquali. La seconda domenica è detta di Abramo e della Trasfigurazione perché come Abramo, padre dei credenti, siamo invitati a partire e il Vangelo narra la trasfigurazione di Cristo, il Figlio amato (Marco 9,2-10). La terza domenica narra la cacciata del mercanti dal tempio e contiene la frase di Gesù: «Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere» (Giovanni 2,13-25). La Chiesa in questa domenica celebra il primo scrutinio dei catecumeni e durante la settimana consegna loro il Simbolo: la Professione della fede, il Credo. La quarta domenica contiene le parole di Cristo a Nicodèmo: «Dio ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna» (Giovanni 3,14-21). Nella quinta domenica il Signore annuncia la sua morte e risurrezione con questa similitudine: «Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (Giovanni 12,20-33). Infine c'è la Domenica delle Palme in cui si fa memoria dell'ingresso di Gesù a Gerusalemme e durante la quale viene letta la Passione di Cristo.