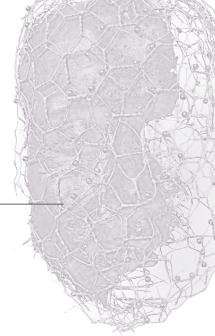


CONFERENZA EPISCOPALE ITALIANA

# GUIDA AL TEMPO DI QUARESIMA

«Il tuo volto, Signore, io cerco»

# PRESENTAZIONE



L'opera d'arte che accompagna i sussidi per la Quaresima proposti dalla Segreteria Generale della Conferenza Episcopale Italiana si dona a noi come un volto prezioso ma ingabbiato.

Essa sembra narrare il mistero della *kenosi* di Gesù che, assumendo la condizione di servo, si svuota della sua divinità e, nelle fattezze di una carne caduta e fragile, rende visibile il volto del Dio invisibile. Al medesimo tempo quel volto vuole raccontarci il Risorto che possiede un corpo incorruttibile ma segnato dalla passione, glorioso ma palpabile. In questo viso, appena abbozzato e quasi intrappolato, possiamo anche rileggere l'esperienza di ogni uomo e donna: frammentati dal peccato e avvinti da legami di morte ma anche trasfigurati dalla grazia che ricomponete la somiglianza divina e che riflette l'immagine del vero Adamo.

Le suggestioni donate da quest'opera ci aiutano a declinare la teologia e la spiritualità dei tempi di Quaresima e di Pasqua. I quaranta giorni del deserto quaresimale e i cinquanta della gioia pasquale si richiamano e si illuminano reciprocamente, conducendo la Chiesa pellegrina nel tempo a vivere il senso profondo dell'incontro con Cristo morto e risorto, che ha attraversato le tenebre della morte ed è stato attraversato dalla luce della vita senza fine.

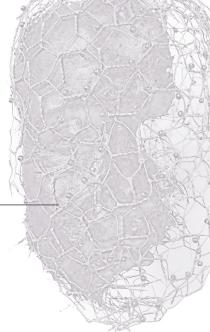
La Quaresima è un tempo di rinnovamento spirituale nel quale – attraverso la preghiera assidua, il digiuno autentico e la carità operosa – volgere lo sguardo a colui che è stato trafitto e riconoscerlo nei tanti volti che non hanno né apparenza né bellezza; riscoprire la realtà profonda e dinamica del battesimo e rinnovare l'adesione ferma e fiduciosa al Vangelo.

Come in unico grande giorno di festa, i giorni di Pasqua, invece, sono spazio per fare esperienza della compagnia del Risorto, che supera ogni tempo e ogni spazio umani, e per lasciarci abitare dalla sua grazia, che ci fa vivere da uomini nuovi nel cuore della città terrena, nell'attesa di vedere il volto di Cristo, irradiazione della gloria del Padre e impronta della sua sostanza (cfr. Eb 1, 3), faccia a faccia (cfr. 1 Cor 13,12).

Carissimi, «prepariamo il nostro bagaglio da viaggio, prendiamo il nostro posto, imbarchiamoci sul battello, non dimentichiamo la fede insieme alla croce, che è l'ancora della nostra salvezza. Distendiamo le funi delle diverse virtù, eleviamo la vela della carità, invochiamo il vento favorevole della parola di Dio, ripuliamo il fondo della nave che è la coscienza purificata dai peccati per mezzo delle elemosine. Ci accompagni e ci custodisca la grazia di Cristo, cantiamo dolcemente come canzone di viaggio l'Alleluia, per arrivare gioiosi e pieni di fiducia alla nostra patria eterna e benedetta» (Quod-vultudeus, *De cantico novo*).

+ Giuseppe Baturi  
Segretario Generale della CEI

# CELEBRARE LA QUARESIMA



La Quaresima è il tempo liturgico in cui la Chiesa prepara la celebrazione annuale del mistero pasquale del Signore. Essa orienta, da una parte, i catecumeni verso la preparazione prossima ai sacramenti dell'iniziazione cristiana e, dall'altra, accompagna i fedeli in un cammino penitenziale che conduce al rinnovamento delle promesse battesimali. Il tempo quaresimale ha inizio il Mercoledì delle Ceneri, si articola lungo cinque settimane e si conclude il Giovedì Santo, prima della Messa *in Cena Domini*.

La Quaresima, sebbene lo sviluppo storico non è del tutto certo, ha sempre avuto come orizzonte la Pasqua del Signore. Fin dalle sue prime attestazioni, essa si è configurata come tempo di preparazione immediata alla celebrazione dei sacramenti pasquali dei catecumeni e come periodo di riconciliazione dei penitenti pubblici con la comunità ecclesiale. Anche la durata di questo tempo ha conosciuto una progressiva evoluzione: da una preparazione di pochi giorni si è giunti al periodo di quaranta giorni. Già agli inizi del IV secolo in Oriente e alla fine dello stesso secolo in Occidente, tale durata si è imposta stabilmente, richiamando alla mente dei fedeli la ricca tipologia biblica del numero quaranta, presente nelle vicende di Noè, di Mosè, del popolo d'Israele, di Elia e, soprattutto, di Gesù stesso.

Il simbolismo dei quaranta giorni qualifica la Quaresima come un itinerario di conversione e di umiliazione, di lotta e di penitenza, al cui termine l'evento pasquale del Crocifisso risorto inaugura e rinnova la condizione nuova del cristiano. Attraverso i sacramenti pasquali, il credente viene realmente inserito nel mistero di Cristo e reso partecipe della sua morte e risurrezione. Cristo Gesù è così principio e fine del pellegrinaggio ecclesiale e personale verso Dio Padre: un cammino che avanza nella storia e nella vita dei singoli attraverso la progressiva conformazione al Figlio.

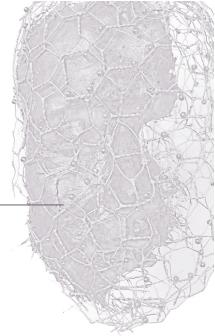
Il Mercoledì delle Ceneri si presenta come *caput quadragesimae*, il punto di partenza dell'itinerario spirituale che conduce a celebrare la Pasqua del Figlio con cuore rinnovato. L'austero simbolo delle ceneri, proveniente dall'antica disciplina dei penitenti pubblici, richiama la fragilità della condizione umana e manifesta il bisogno radicale di redenzione e di misericordia. La Quaresima si configura così come un «cammino di vera conversione» (Colletta, Mercoledì delle Ceneri), nel quale la lotta contro lo spirito del male si attua mediante le tradizionali armi della penitenza: l'elemosina, la preghiera e il digiuno. Queste pratiche non hanno un valore puramente ascetico, ma mirano a ricomporre la relazione dell'uomo con gli altri, con Dio e con se stesso, spezzando i legami del peccato e aprendo alla libertà dei figli di Dio.

Questo itinerario spirituale è sostenuto e alimentato dalla Parola di Dio, che la Chiesa offre come cibo che non perisce a quanti sono in cammino verso la Pasqua eterna. Il lezionario quaresimale distribuisce tale nutrimento spirituale in un duplice ciclo. Nel ciclo feriale, le letture delle prime settimane insistono sui temi quaresimali del digiuno, della preghiera, delle opere di carità e del perdono; nelle ultime due settimane, invece, la lettura semicontinua del Vangelo di Giovanni concentra l'attenzione sulla vicenda storica di Gesù, sulle opposizioni che sorgono attorno alla sua persona e sul progressivo avvicinarsi dell'ora della passione. Il ciclo domenicale, in particolare nell'anno A, propone un vero e proprio itinerario battesimal: dalle tentazioni di Gesù alla trasfigurazione, fino ai grandi segni giovannei della Samaritana, del cieco nato e della risurrezione di Lazzaro. Questi testi sono destinati anzitutto ai catecumeni che celebrano gli scrutini, ma coinvolgono l'intera assemblea perché giunga alla Pasqua interiormente rinnovata. In tal modo, la liturgia della Parola mostra insieme le grandi tappe della storia della salvezza e le esigenze concrete dell'esistenza cristiana.

La Quaresima si rivela inoltre un luogo privilegiato di interazione tra liturgia e pietà popolare, chiamate a un reciproco arricchimento. Numerosi pii esercizi trovano in questo tempo una particolare collocazione: la lettura e la meditazione della Passione del Signore, le stazioni quaresimali, la *Via Crucis* e la *Via Matris*, la venerazione della croce e delle reliquie del *Lignum Crucis*. Tuttavia, le devozioni legate ai singoli aspetti della Passione, come l'*Ecce homo* o le piaghe del Signore, devono essere sempre ricondotte all'unità del mistero pasquale, affinché non smarriscano il loro autentico significato teologico.

La celebrazione quaresimale richiede uno spazio liturgico sobrio ed eloquente, capace di riflettere esteriormente il cammino interiore di conversione. L'austerità dell'aula liturgica, segnata dall'assenza dei fiori (eccetto la IV Domenica detta «*Lætare*» e le solennità; cfr. OGMR, n. 305) e dalla possibilità di velare le croci e le immagini (nella V Domenica; cfr. Precisazioni CEI, n. 22) educa progressivamente all'attesa della gioia pasquale. Il silenzio della preparazione viene sottolineato dall'assenza del canto dell'Alleluia e dell'inno del Gloria, e dall'uso moderato degli strumenti musicali che sostengono appena la Parola cantata (cfr. OGMR, n. 313). In questo modo, anche lo spazio diventa parte integrante del percorso quaresimale verso la vita nuova in Cristo, perché aiuta il fedele a convertire l'uomo interiore dagli spazi angusti del peccato alle dimore della grazia divina.

In conclusione, la Quaresima si presenta come un tempo forte in cui la voce dello Spirito Santo attrae i catecumeni e i fedeli a un'immersione nuova e rinnovata nel mistero pasquale di Cristo. Attraverso un itinerario scandito dalla Parola di Dio, dai segni sacramentali, dalla disciplina penitenziale, il credente è chiamato a riscoprire la propria identità battesimale e a misurare la distanza che ancora lo separa dal «raggiungere la misura della pienezza di Cristo» (Ef 4,13). La Quaresima non è, dunque, un tempo di mera rinuncia, ma un cammino di libertà e di speranza, orientato all'accrescimento della vita divina nella nostra carne mortale. Per questo la Chiesa, pellegrina nella storia, rinnova annualmente la propria condizione a morire al peccato per vivere in Cristo, nell'attesa del compimento definitivo della salvezza.



I canti per il Tempo di Quaresima devono esprimere le caratteristiche proprie di questo tempo liturgico, che precede e dispone alla celebrazione della Pasqua. La Quaresima è tempo di ascolto della Parola di Dio e di conversione, di preparazione e di memoria del Battesimo, di riconciliazione con Dio e con i fratelli, di ricorso più frequente alle «armi della penitenza cristiana», cioè, la preghiera, il digiuno, l'elemosina (cfr. Direttorio su pietà popolare e liturgia 124). Alla luce di ciò è necessaria una particolare cura nella scelta dei testi intonati, pertinenti teologicamente e degni da un punto di vista letterario, e allo stesso tempo comprensibili da parte delle assemblee a cui sono destinati. È opportuno che le melodie siano semplici ed essenziali rispetto agli altri tempi liturgici, proprio per aiutare i fedeli a immergersi nel “digiuno” quaresimale, espresso anche dalla essenzialità della liturgia di questo tempo.

Alcune indicazioni magisteriali:

- Non viene cantato l’Inno di Gloria, tranne che nelle solennità e nelle feste (cfr. OGMR 53);
- al posto dell’Alleluia si canta il versetto posto nel Lezionario prima del Vangelo. È possibile anche cantare un altro salmo o tratto, come riportato nel Graduale (cfr. OGMR 62 b);
- il suono dell’organo e di altri strumenti musicali è permesso solamente per sostenere e accompagnare il canto. Nella Domenica *Laetare* (IV di Quaresima), nelle solennità e le feste è possibile il suono dell’organo da solo, naturalmente utilizzato con moderazione, rispettando la spiritualità di questo tempo liturgico, evitando di anticipare la gioia della Pasqua (OGMR 313).

## La scelta dei canti

• Potrebbe essere utile utilizzare il medesimo canto d’ingresso per tutte le domeniche di Quaresima, o due canti differenti: uno per le prime due domeniche, visto il loro legame (tentazioni/trasfigurazione), e uno per le altre tre domeniche di Quaresima, con una particolare attenzione alle tematiche proprie del ciclo di letture dell’anno A.

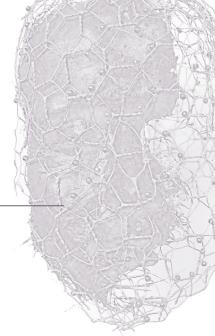
• È opportuno valorizzare il canto dell’Atto penitenziale, vista l’assenza del canto del Gloria, ricorrendo alla seconda formula del Messale Romano, la prima parte del quale riprende il v. 1 del Salmo 50, salmo penitenziale per eccellenza, oppure utilizzando la III formula con i tropi per il Tempo di Quaresima.

• Per i canti alla preghiera eucaristica e la litania alla frizione del pane, potrebbe rivelarsi utile scegliere la medesima melodia per un certo numero di anni, riservandola a questo tempo liturgico, in modo che la ciclica ricomparsa possa rappresentare una certa memoria sonora del Tempo di Quaresima per i fedeli.

• Per il canto di Comunione è bene fare riferimento alle Antifone di Comunione proprie del Messale Romano per l’anno A, mettendo in luce come la Liturgia della Parola e la Liturgia eucaristica costituiscano un unico atto di culto.

• Preparando opportunamente l’assemblea, potrebbe rivelarsi efficace omettere il canto per la presentazione dei doni, in modo particolare nella V Domenica di Quaresima, proprio per immergere i fedeli, tramite il silenzio, nel clima penitenziale e di digiuno di questo tempo liturgico.

# VIVERE LA QUARESIMA



Il tempo di Quaresima ci aiuta a vivere l'elemosina quale strumento per aprire il cuore a tante forme di povertà. Nei diversi fascicoli - come già abbiamo fatto per i tempi di Avvento e Natale - presenteremo alcune iniziative promesse da Caritas italiana o alle realtà locale. Esperienze e progetti saranno declinati a partire dai temi propri di ciascun tempo liturgico.

Il Progetto “Agorà. Lavoro di prossimità”, della Caritas diocesana di Pozzuoli, nasce dal desiderio di stare accanto alle persone, offrendo non solo opportunità di lavoro ma garantendo ascolto, fiducia ed accompagnamento, cuore della relazione di aiuto.

Il primo passo è l'ascolto. Attraverso un percorso di auto-analisi guidata, ogni partecipante prova a fare sintesi tra capacità acquisite, esperienze maturate e desideri personali, traducendo le specifiche potenzialità in concrete opportunità d'impiego, grazie anche alla fitta rete di partenariati con aziende e realtà produttive della zona. Particolare attenzione è rivolta ai giovani verso i quali si riconosce una specifica responsabilità sociale ed educativa. A loro, spesso smarriti ed impotenti davanti al futuro, il progetto fornisce strumenti adeguati per trasformare aspirazioni e talenti in percorsi professionali sostenibili e dignitosi.

Agorà promuove inoltre momenti di incontro, testimonianza e confronto nelle parrocchie e nelle scuole sul tema del lavoro dignitoso. Questa, come le tante esperienze di servizio presenti nella nostra Chiesa, sollecitano le comunità ad essere spazi accoglienti, luoghi di ascolto e laboratori di fraternità.

Ogni anno, all'inizio della quaresima, la Parola di Dio ci accompagna con il brano del vangelo di Matteo (Mt 6, 1-34) nel quale Gesù richiama l'attenzione su tre pratiche fondamentali della vita spirituale: l'elemosina, la preghiera e il digiuno. Nessuno può dirsi credente senza mantenere, in un sapiente equilibrio, queste tre dimensioni.

In quest'orizzonte, l'esercizio dell'elemosina quaresimale diventa una scelta che nasce dalla conversione del cuore. Non è un gesto marginale o assistenziale, ma significa accettare di entrare nelle ferite dell'altro, di lasciarsi toccare dalla sua storia, di non restare spettatori distanti del dolore. Non è semplice “dare qualcosa”, ma condividere sé stessi, riconoscere nell'altro un fratello, una sorella, una presenza che c'invita all'azione.

Non è un caso che nelle comunità cristiane si promuovano le quaresime di carità. Esse ricordano che la fede, per essere viva, deve tradursi in prossimità, condivisione e responsabilità.

Il cammino della preghiera, del digiuno e dell'elemosina non sono pratiche isolate o formali, ma atteggiamenti che coinvolgono tutta la persona e plasmano lo stile della vita cristiana: dalla cura dei malati, all'impegno per liberare i prigionieri, dalle iniziative educative all'accoglienza dei migranti e alla condivisione della vita dei più svantaggiati.

Se l'elemosina è il coraggio di entrare nelle ferite dell'altro e di guardarla negli occhi, il lavoro è lo spazio concreto in cui quelle ferite possono essere curate in modo stabile e duraturo. Non basta infatti soccorrere nell'emergenza: è necessario creare le condizioni perché ogni persona possa vivere del proprio lavoro, partecipare alla vita sociale, sentirsi parte della comunità: «L'aiuto più importante per una persona povera è aiutarla ad avere un buon lavoro, perché possa guadagnarsi una vita più consona alla sua dignità sviluppando le sue capacità e offrendo il suo sforzo personale» (*Dilexi te*, 115).

In linea con la Dottrina sociale della Chiesa, papa Leone sottolinea che il lavoro è via di dignità,

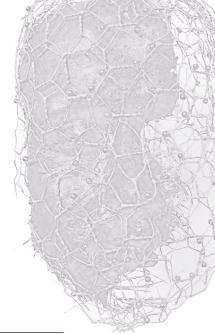
di partecipazione e di costruzione del bene comune: non solo mezzo di sussistenza, ma spazio di alleanza tra persone, di solidarietà e di senso. Il lavoro — vissuto come responsabilità, relazione e servizio — diventa così, ancora una volta, il luogo in cui la fede si incarna nella storia.

*Dilexi te* interpella le nostre comunità a rinnovare l'impegno per una società più giusta e accogliente, dove la povertà non sia mai colpa, ma grido che chiama in causa la coscienza civile e cristiana di tutti. Si presenta come un segno profetico e come un invito: custodire il legame tra fede e vita, tra Vangelo e lavoro, tra comunità e solidarietà. Dove c'è lavoro dignitoso, non c'è solo assistenza, ma riscatto, autonomia, futuro. «Io ti ho amato»: queste parole non restano un annuncio astratto, ma diventano criterio delle nostre scelte, misura delle nostre comunità, bussola del nostro impegno sociale. In esse è racchiuso il mandato affidato alla Chiesa e a ciascuno di noi: continuare nella storia l'amore di Dio con mani concrete, con politiche giuste, con lavoro dignitoso, con relazioni vere.

Buon cammino a tutti noi, perché la Quaresima diventi per ciascuno un tempo di rinnovamento e giungiamo alla Pasqua con un cuore trasformato, pronto a testimoniare, nella vita di tutti i giorni, la gioia del Vangelo e la bellezza di una fede che si fa servizio.

# CELEBRARE CON I GIOVANI

## DAL DESERTO AL CUORE: PASSI PER RISCOPRIRE LA BELLEZZA DELL'UMANO NELLA LUCE DEL VANGELO



La Quaresima, tempo forte che prepara alla Pasqua, è un tempo in cui, tramite un cammino, siamo condotti a vivere la settimana più importante di tutto l'anno liturgico, culminante con il Triduo del Signore Crocifisso, Morto e Risorto.

Per tutti può essere il tempo in cui riscoprire il significato più vero della parola deserto: compiere un cammino, abitati dalle domande più profonde e radicali che coinvolgono l'esistenza.

Proprio a questo proposito, Papa Francesco ricordava alcuni anni fa: «La Quaresima è tempo favorevole di rinnovamento personale e comunitario che ci conduce alla Pasqua di Gesù Cristo morto e risorto». (Papa Francesco, Messaggio per la Quaresima 2022)

Tempo favorevole, personale e comunitario: queste poche parole dicono molto bene il senso del vivere un tempo così prezioso per la nostra vita di fede. Se vissuto nella reciprocità tra cammino personale e dinamica ecclesiale, allora è davvero un tempo favorevole, un tempo che fa bene al cuore, alla persona e a tutta la Comunità Cristiana. Fa anche bene alle nostre relazioni, non solo all'interno della vita di fede di ciascuno; a scuola, sul lavoro, tra amici, nei cammini di fidanzamento...in ogni frammento di vita il cammino quaresimale può essere utile a vivere un percorso illuminati dal Vangelo, a contatto con il nostro vissuto interiore e le nostre domande.

### Quaresima: un tempo per... tornare all'essenziale e rinnovare l'attesa...

L'immagine evangelica di Gesù nel deserto per 40 giorni, tentato dal diavolo, richiama questo desiderio di tornare all'essenziale: vivere questo tempo per mettere al centro, nel nostro cammino di fede, ciò che è importante, eliminando tante sovrastrutture e tanti elementi di festa che usiamo abitualmente negli altri periodi dell'anno. Se tornare all'essenziale è decisivo nel nostro percorso di fede, lo è anche nella vita di tutti i giorni: in mezzo alle tante corse e alle tante ansie che coinvolgono la nostra vita, insieme a tutte le nostre agende piene, può essere davvero benefico vivere alcuni momenti di sosta in cui *rientrare in sé stessi*. Solo un cuore che sa andare in profondità può essere un cuore reconciliato e rifiorito. Tutto ciò alimenta in noi l'attesa della Pasqua del Signore e della nostra: l'atteggiamento di chi attende, di chi veglia, noi lo attribuiamo in modo peculiare al tempo dell'Avvento; esso è vissuto anche nel tempo di Quaresima, in modo più dinamico, come un cammino interiore, supportato dai gesti esteriori. Se in Avvento attendiamo "il Signore che viene", in Quaresima siamo noi stessi a muoverci verso il Signore e verso i fratelli. Questo movimento, questo cammino che dalla profondità del nostro essere visita tutti i campi della nostra vita, è un vero e proprio momento di attesa: camminiamo insieme, guardando alla Pasqua di Cristo, verso la nostra Pasqua.

Parola ai giovani - Chiara: «Per me la Quaresima è un tempo per fare spazio: tra gli impegni di ogni giorno, a partire da quelli universitari e sportivi, vorrei togliere il superfluo, il rumore e le abitudini che mi distraggono da Dio, per riscoprire ogni volta la fede in Lui».

#Quali piccole scelte compiere nel quotidiano per rinnovare la nostra attesa del Signore?

### **...favorire spazi di ascolto e di preghiera**

Tutta la liturgia della Chiesa chiede sempre un atteggiamento di ascolto e di preghiera orante: in Quaresima è più che mai opportuno creare le condizioni per vivere un momento di preghiera, di riflessione, di confronto con la Parola di Dio che illumina il nostro orizzonte e ci guida ad un autentico cammino di conversione.

Papa Leone ha detto a più riprese la necessità di «allenarsi ogni volta di più nell'arte dell'ascolto, così importante per l'unità tra di noi, discepoli del Signore». (Discorso del 25 Ottobre 2025) e ancora:

«Il dono dell'ascolto è qualcosa che, penso, tutti riconosciamo, ma che spesso si è perso in alcuni settori della Chiesa. Dobbiamo continuare a scoprire quanto è prezioso, a cominciare dall'ascolto della Parola di Dio, dall'ascolto reciproco, dall'ascolto della saggezza che troviamo in uomini e donne, in membri della Chiesa e in quanti sono alla ricerca della verità, ma che ancora non sono, e forse non saranno mai membri della Chiesa».

Parola ai giovani - Enrico: «Pensando a Gesù nel deserto, lontano da ogni distrazione, vincendo le tentazioni e immerso nel dialogo con il Padre, credo che anch'io, nelle mie relazioni, nel mio studio, nella mia vita, possa prendere spunto dal suo insegnamento per affrontare le difficoltà. Il Vangelo di Gesù è una vera e propria scuola di vita da frequentare e vivere, per leggere anche i momenti più faticosi personali e di chi mi è vicino. La preghiera è parte integrante di ciò, perché la bella notizia non è solo da recepire come destinatari ma da vivere da protagonisti, nel dialogo costante con il Signore».

*#Dedico un tempo della mia giornata alla preghiera, un tempo preceduto da un momento di silenzio, che possa favorire l'ascolto interiore e il rientrare in me stesso.*

### **...mettere al centro la conversione e porre gesti di digiuno**

I Vangeli di questo tempo ci mostrano alcuni preziosi cammini di conversione: il cieco nato, la Samaritana, Lazzaro, i due figli e il padre misericordioso. Questi brani raccontano vite affaticate visitate dal Signore che sprona ad un cammino di rinnovamento e di rinnovato slancio.

La Parola di Dio ci indica la conversione come l'atteggiamento di mettere al centro il nostro incontro con il Signore.

Parola ai giovani - Aurora: «Il tempo della Quaresima può essere tempo per rimettere al centro la conversione, scegliendo di rallentare, a volte fermarsi, e di fare spazio a Dio nella vita quotidiana. Mi rendo conto che la conversione non è solo cambiare qualcosa di esteriore, ma soprattutto riorientare il cuore, le scelte e il modo di guardare gli altri, a partire dai ragazzi con i quali quotidianamente ho a che fare in oratorio. I gesti di digiuno possono aiutarmi in questo: rinunciare a ciò che mi distrae, che mi fa restare ferma in superficie o mi allontana da Dio, per diventare più essenziale, più attenta, più disponibile con cuore umile e puro. Digiunare non solo dal cibo, ma anche dall'indifferenza, dalla fretta e dal giudizio, per nutrire relazioni più vere e una fede più concreta».

*#Focalizzo la mia attenzione su un percorso di conversione raccontato dai Vangeli di queste domeniche: può essere un percorso anche per me? Come farlo mio?*

### **...fare memoria grata del Battesimo**

Nella solenne Veglia Pasquale saremo chiamati a rinnovare le promesse del Battesimo con le candele accese: tutto il percorso quaresimale e tutto il cammino hanno come desiderio la riscoperta

del proprio Battesimo, della propria dignità filiale nei confronti del Signore. Compiamo dei gesti, ci poniamo in ascolto, viviamo la relazione con Dio per mezzo della preghiera e della carità verso i fratelli, proprio per dire il nostro voler essere figli amati, dimensione da riscoprire, giorno dopo giorno.

Parola ai giovani - Matteo: «La Quaresima, è tempo per fermarmi a riflettere sul fatto che con il Battesimo sono entrato in una grande famiglia, fatta di amici, di giovani come me, di fratelli con cui condividere la vita e scoprire la bellezza dell’essere figli di Dio amati. È il momento buono per ricordarmi che non sono solo e per ringraziare di aver ricevuto quella luce che, anche quando sbaglio, mi indica la strada per ripartire. È un periodo in cui poter rinnovare le promesse che i nostri genitori hanno fatto per noi nel giorno del nostro Battesimo».

*#Faccio attenzione, nelle liturgie quaresimali che vivrò, al momento della professione di fede come riscoperta del mio battesimo e del desiderio di vivere nel concreto della mia vita.*

### **...impegno comunitario, carità e condivisione**

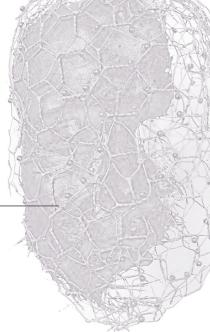
Papa Leone ci invita: «Proprio la parola “insieme” esprime la chiamata alla comunione nella Chiesa. Papa Francesco ce lo ha ricordato anche nel suo ultimo Messaggio per la Quaresima: «Caminare insieme, essere sinodali, questa è la vocazione della Chiesa. I cristiani sono chiamati a fare strada insieme, mai come viaggiatori solitari. Lo Spirito Santo ci spinge ad uscire da noi stessi per andare verso Dio e verso i fratelli, e mai a chiuderci in noi stessi. Camminare insieme significa essere tessitori di unità, a partire dalla comune dignità di figli di Dio». (Dall’omelia della celebrazione del 25 ottobre 2025)

Dal desiderio di un cammino insieme, dalla volontà di essere Chiesa nascono la carità e la condivisione, come frutti di un percorso di rinnovamento ecclesiale e come impegni veri, fattivi e concreti per vivere al meglio questa Quaresima.

Parola ai giovani - Giacomo: «La Quaresima è un tempo comunitario di condivisione e carità che mi invita ad uscire da me stesso e a camminare insieme agli altri. Nello sport sono abituato a giocare di squadra, mi piacerebbe – in questo tempo – fare la stessa esperienza attraverso piccoli gesti concreti (l’ascolto, l’aiuto a chi è in difficoltà, a partire dagli amici vicini, e la condivisione di ciò che ho) per sperimentare una comunità che si rafforza. Vivere la Quaresima “di squadra” significa sostenersi a vicenda e crescere nell’amore».

*#Compio un gesto di carità settimanale, che dice la mia attenzione verso i fratelli, specie i più poveri e bisognosi.*

## CELEBRARE LA BELLEZZA: LA QUARESIMA NELL'ARTE



È sempre interessante confrontare la produzione artistica europea con la sensibilità e il pensiero degli artisti provenienti dall'Estremo Oriente. Anche in Italia, soprattutto in accademie importanti come Brera, già a partire dalla fine del Novecento, si è assistito a una vera invasione di giovani, soprattutto della Corea del Sud e del Giappone, che, affascinati in particolare dal Rinascimento, sono venuti a confrontarsi con la grande tradizione dell'arte italiana. I risultati di questo incontro sono spesso sorprendenti. Nel volto realizzato da Jung Uei Jung (2001) si avverte la ricerca di una bellezza formale che ricorda quella di certe Madonne del Quattrocento immerse nel silenzio e nella contemplazione. Jung Uei Jung si concentra in particolare sul volto. La tradizione biblica, per dire il volto, usa un termine plurale (*panim*) evidenziando la multiformità delle espressioni umane nell'alternarsi continuo di sentimenti e stati d'animo non sempre nobili, coperti a volte dalle maschere dell'ipocrisia. Anche la lingua latina distingue il *vultus* con le sue infinite mutazioni, dalla *facies*, ovvero il volto immobile che cristallizza il sembiante di una persona. Nell'uomo, a causa del peccato, la mutevolezza del volto indica anche l'incoerenza del suo essere “voltafaccia”; e la faccia spesso attira su di sé le offese e gli insulti dell'intera persona.

Dio invece è *Panim*, è Volto plurale, nel senso che ha infiniti sguardi capaci di guardare ciascuno come unico; egli accompagna con il suo Volto il cammino del popolo di Dio nel deserto: chi lo ama, come Mosè, trova “grazia ai suoi occhi”, mentre all’infedele egli “nasconde la luce del suo volto”.

Dunque, quando l'arte cerca la bellezza di un volto al di là di tutti i suoi mutamenti, prova a rappresentarlo in quel momento in cui ogni inquietudine e tentazione peccaminosa trovano pace; finalmente purezza interiore ed esteriore coincidono. Nella ricerca del volto di Dio il volto umano cerca (e può finalmente trovare) la Bellezza perduta del suo Amore, che si è manifestata “una volta per tutte” nel volto di Cristo. Nell'opera di Jung Uei Jung questa bellezza del volto umano sembra pacificarsi. La struttura reticolare che ne restituisce l'intera forma corrisponde al concetto orientale di energia, di forza vitale (che nella visione cristiana è l'azione dello Spirito): questa pacificazione è un processo spirituale continuo. Proporre questo volto all'inizio della Quaresima significa invitare ciascuno di noi alla ricerca del Volto di Dio, per ricreare in noi l'immagine del Figlio suo Crocifisso, dinanzi al cui Volto sfigurato possiamo ancora dire: «Tu sei il più bello tra i figli dell'uomo, sulle tue labbra è diffusa la grazia». Nella ricerca del Volto di Dio che è in noi, il nostro volto vince ogni inquietudine e può dire a se stesso: «Perché ti rattristi anima mia, perché ti agiti in me. Spera in Dio, ancora potrò lodarlo, Lui salvezza del mio volto e mio Dio» (Sal 43,5).



A cura dell'UFFICIO LITURGICO NAZIONALE della Conferenza Episcopale Italiana in collaborazione con  
Apostolato biblico dell'Ufficio Catechistico Nazionale

Ufficio Nazionale per la Pastorale della Salute

Servizio Nazionale per la Pastorale Giovanile

Servizio Nazionale per la Pastorale delle Persone con Disabilità

Caritas Italiana