**Seconda settimana. Quaresima 2021. Mercoledì 3 marzo.**

**La lettera del Papa.**

*Il digiuno vissuto come esperienza di privazione porta quanti lo vivono in semplicità di cuore a riscoprire il dono di Dio e a comprendere la nostra realtà di creature a sua immagine e somiglianza, che in Lui trovano compimento.*

**Testo per meditare.**

|  |
| --- |
|  *Ecco, voi digiunate fra litigi e alterchi e colpendo con pugni iniqui. Non digiunate più come fate oggi, così da fare udire in alto il vostro chiasso. È forse come questo il digiuno che bramo, il giorno in cui l'uomo si mortifica? Piegare come un giunco il proprio capo, usare sacco e cenere per letto, forse questo vorresti chiamare digiuno e giorno gradito al Signore? Non è piuttosto questo il digiuno che voglio: sciogliere le catene inique, togliere i legami del giogo, rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo? Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto, nel vestire uno che vedi nudo, senza trascurare i tuoi parenti? Allora la tua luce sorgerà come l'aurora, la tua ferita si rimarginerà presto. Davanti a te camminerà la tua giustizia, la gloria del Signore ti seguirà.. (Is. 58, 3-8)* |

**Riflessione: il digiuno del giusto.**

In ogni religione è il digiuno riveste una grande importanza. Oggi la religione ‘laica’ diffonde forme di digiuno le più svariate quante sono le possibilità di diete. Ovviamente quanto sono necessarie per il benessere del corpo le diete sono benvenute. Ma proprio il digiuno ha una dimensione spirituale che non è trascurabile; perché il digiunare assuma il carattere di pratica spirituale deve essere ben inteso. Gesù ci ha detto che certi demoni si scacciano solo con il digiuno e la preghiera, nello stesso tempo ci ha messi in guardia da un digiuno che serve solo a farsi vedere. Gesù ha ricevuto il rimprovero dei farisei perché ‘i suoi discepoli non digiunavano’. Così è necessario porsi la domanda di quale sia il digiuno che aiuta la conversione del cuore.

Il richiamo del Papa è duplice: da una parte il digiuno aiuta a mettere ordine nel nostro rapporto con Dio (è la riflessione di oggi) dall’altra il digiuno è condizione necessaria per una autentica carità verso le sorelle e i fratelli.

* La privazione porta a riscoprire il dono di Dio. La privazione in sé stessa, è bene ricordarlo sempre, non ha valore. Noi viviamo per godere le cose buone che ci circondano. Ma può succedere, e spesso succede, che le ‘cose create’ prendano il sopravvento e facciano dimenticare il Creatore.

L’amore di Dio ci è offerto in ogni istante ma arriva a noi in mezzo a tantissime altre cose della vita che, inesorabilmente, hanno un impatto così forte da occupare l’intera nostra visuale. Dio sparisce oscurato da ciò che dovrebbe essere segno di lui. L’Occidente opulento è immerso in questa nube che oscura la ‘visione del cielo’. Bisogna ‘far pulizia’ per tornare a vedere il sole. Il digiuno, che non è solo digiuno dal cibo, aiuta a ‘riscoprire il dono di Dio’. Per andare verso l’incontro con Dio bisogna ‘viaggiare leggeri’ altrimenti la cura e la preoccupazione per ‘borse e zaini’ prende il sopravvento sul cammino.

* Il vero digiuno fa riscoprire la nostra realtà di creature. Tutto, in noi e attorno a noi, è dono; non abbiamo nulla che non si sia stato donato. Con il digiuno appare in primo piano la mano di Colui che ci riempie di doni. La golosità, che è una dimensione del cuore prima che della bocca, toglie la capacità contemplativa e con il ‘ventre gonfio e sazio ’ si appanna la luce dei nostri occhi. Ognuno sa quale è il digiuno che deve praticare in questo momento della sua vita.

Il digiuno del giusto è quello che riesce a togliere qualsiasi cosa che ci annebbia la vista. Il Signore tra un po’ ci prenderà per mano e ci chiederà di seguirlo nella memoria della sua e nostra Pasqua.

Togliamo tutto ciò che potrebbe impedire di vedere quella mano e che potrebbe appesantire i nostri passi.