

Quaresima – Lo sguardo rivolto a chi ci ama

VIVERE LA SOBRIETÀ

Ascoltiamo le parole di Gesù

«Perciò vi dico: per la vostra vita non affannatevi di quello che mangerete o berrete, e neanche per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito?

Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né ammassano nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non contate voi forse più di loro?

E chi di voi, per quanto si dia da fare, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? E perché vi affannate per il vestito? Osservate come crescono i gigli del campo: non lavorano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani verrà gettata nel forno, non farà assai più per voi, gente di poca fede?

Non affannatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?

Di tutte queste cose si preoccupano i pagani; il Padre vostro celeste infatti sa che ne avete bisogno.

Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta». (Mt 6,25-33)

CAMMINARE GUARDANDO DON BOSCO

Riportiamo alcuni passi della vita di D. Michele Rua riguardanti la povertà. Per i religiosi è un voto, ma don Bosco proponeva la povertà anche ai Cooperatori: «Affinché la loro vita si possa in qualche modo assimilare a quella di chi vive in comunità religiosa, si raccomanda loro la modestia negli abiti, la frugalità nella mensa, la semplicità nel suppellettile domestico» (Reg. D.B. VIII,1).

Vogliamo lasciarci interrogare sulla **sobrietà**, valore essenziale per essere **credibili** per i giovani.

La Quaresima è il periodo che la Chiesa ci offre proprio per ritornare all'essenziale. Periodo in cui intensificare la preghiera e digiunare da tutto ciò che ci "appesantisce": il cibo, il "vestito", e tutto ciò che ci piace.

Nel brano che segue il Rettor Maggiore sottolinea ai salesiani l'importanza della povertà. (Tratto dal discorso di chiusura del CG26 dei SDB di Don Pascual Chavez – ACG 405)

POVERTÀ

Parlando della povertà evangelica, vediamo in essa un invito del Signore a fare nostra la sua beatitudine, vivendo liberi dall'affanno dei beni terreni, superando la tentazione dell'arricchimento, assumendo **uno stile di vita austero, semplice**, che liberi il nostro cuore e la nostra mente da tante cose che ostacolano la nostra dedizione totale alla missione, rendendoci meno credibili. La ricchezza è un vero pericolo: Si tratta di uno dei temi più scottanti, ma anche di una scelta che ha una grande forza liberatrice per noi e per gli altri.

Don Francesia racconta che un giorno il chierico Rua, trovato uno straccio di tappeto rosso, pensò di stenderlo sul suo scrittoio. Don Bosco lo vide e gli disse sorridendo: "Ah don Rua! Ti piace l'eleganza, eh?". Rua, confuso, disse che si trattava di uno straccio, ma Don Bosco osservò: "Il lusso e l'eleganza facilmente s'introducono, se non stiamo attenti". Don Rua non dimenticò mai quelle parole, e ne fece tesoro per tutta la vita.

La povertà fu la divisa di don Rua. Vestiva poveramente, non cercò mai delle agiatezze, economizzava in ogni piccola cosa. E vigilava perché tutti i Salesiani amassero e praticassero la povertà, con spirito di fede, come voleva Don Bosco. Le sue vesti erano piene di toppe. Un paio di scarpe gli durava anni; eppure camminava tanto a piedi, per non prendere il tram e dare in elemosina i dieci centesimi del biglietto. In casa, fino alla morte, indossò un vecchio cappotto già usato da Don Bosco, e lo portava con devozione.

Tra le lettere che don Rua inviò ai Salesiani da Rettor Maggiore, viene considerata suo capolavoro quella intitolata "La povertà", scritta il 31 gennaio 1907, anniversario della morte di Don Bosco. Eccone alcuni brani.

La povertà di Don Bosco

*Il nostro venerato Padre visse povero fino al termine della sua vita. Avendo avuto tra mani immenso denaro, non si vide mai in lui la minima sollecitudine di **procurarsi qualche soddisfazione temporanea**. Soleva dire: "La povertà bisogna averla nel cuore per praticarla". E Dio lo ricompensò largamente della sua fiducia e della sua povertà, sicché riuscì ad intraprendere opere che i principi stessi non avrebbero osato. Parlando del voto di povertà,*

Don Bosco scriveva: "Ricordiamoci che da questa osservanza dipende in massima parte il benessere della nostra Pia Società ed il vantaggio dell'anima nostra".

Non solo i poveri sono evangelizzati, ma sono i poveri che evangelizzano

La Storia ecclesiastica ci insegna che furono coloro che più furono staccati dal mondo che si segnalavano per la loro fede, speranza e carità, la cui vita fu un

tessuto di opere buone ed una serie di prodigi per la gloria di Dio e la salvezza del prossimo.

Noi lavoreremmo inutilmente se il mondo non vedesse e non si convincesse che noi non cerchiamo ricchezze e comodità. Ci stia ben fisso nella mente ciò che scrisse san Francesco di Sales: che non solamente i poveri sono evangelizzati, ma sono i poveri stessi che evangelizzano.

Anche fra noi, non sono certamente i salesiani desiderosi di vita comoda che intraprenderanno opere veramente fruttuose, che andranno in mezzo ai selvaggi del Mato Grosso o nella Terra del Fuoco, o si metteranno al servizio dei lebbrosi. Questo sarà sempre il vanto di coloro che osserveranno generosamente la povertà.

I tempi eroici della Congregazione

Il **buon** salesiano arriverà a possedere lo spirito di povertà, cioè sarà veramente povero nei pensieri e desideri, apparirà tale nelle sue parole, si compor-

terà veramente da povero. Accetterà volentieri quelle privazioni e quegli incomodi che sono inevitabili nella vita comune, e generosamente **scegherà da sé le cose meno belle e meno comode.**

Concludo rievocando la memoria di quelli che noi chiamiamo 'tempi eroici' della nostra Pia Società. Trascorsero molti anni in cui era necessaria una virtù straordinaria per conservarci fedeli a Don Bosco e per resistere ai pressanti inviti che ci facevano di abbandonarlo, e ciò per l'estrema povertà in cui si viveva. Ma ci **sosteneva l'amore intenso** che noi portavamo a Don Bosco, ci davano forza e coraggio le sue esortazioni a rimaner fedeli nella nostra vocazione nonostante le dure privazioni, i gravi sacrifici. Per questo sono certo che se **più vivo sarà il nostro amore a Don Bosco**, più ardente la brama di conservarci degni suoi figli, e di corrispondere alla grazia della vocazione religiosa, **si praticherà in tutta la sua purezza lo spirito di povertà.**

DIGIUNO

«**Digiunare** significa accettare un **aspetto essenziale** della vita cristiana. Occorre ritrovare l'aspetto **corporeale** della fede: l'astensione dal cibo è uno di questi aspetti. Sessualità e nutrimento sono gli elementi centrali della fisicità dell'uomo: ora, al declino della comprensione della verginità ha corrisposto il declino della comprensione del digiuno. E questi due declini sono entrambi legati a una sola radice: l'attuale oscuramento della tensione escatologica, cioè verso la vita eterna, della fede cristiana. Esser vergini e saper periodicamente rinunciare al cibo è **testimoniare che la vita eterna ci attende**, anzi è già tra noi. Senza verginità e senza digiuno la Chiesa non è più Chiesa, si **appiattisce** nella storia.

Dobbiamo riscoprire il coraggio del non conformismo davanti alle tendenze del mondo opulento. Noi abbiamo perduto il senso che i cristiani **non possono vivere come vive chiunque**. Spesso si è cambiato il **rinnovamento con l'accomodamento**».

Oltretutto, in un mondo che in tante sue parti muore di fame, dobbiamo ridare la **testimonianza visibile e comunitaria** di una privazione dal cibo accettata liberamente, per amore».

(J. Ratzinger, "Rapporto sulla fede", 1985)

Fino a quando l'uomo non è padrone di se stesso (dei suoi sensi) non può abbandonarsi completamente nelle mani di Dio. Tramite il digiuno si diventa liberi ed indipendenti dalle cose materiali: è una vera e propria "conversione del corpo".

Nell'Antico Testamento il popolo di Dio otteneva lo stravolgimento delle situazioni più difficili tramite la preghiera e il digiuno. Nel Nuovo Testamento gli evangelisti parlano molte volte del digiuno, che Gesù stesso praticava e raccomandava. La Chiesa dei primi tempi prescriveva il digiuno due volte la settimana, il mercoledì e il venerdì e man mano lungo i secoli la pratica si estese. Si digiunava per settimane e addirittura per i 40 giorni della Quaresima.

Leggendo la vita dei Santi, possiamo renderci conto di quanta importanza essi hanno dato al digiuno.

Recentemente la Chiesa ha ridotto il digiuno al Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo, proba-

bilmente per evitare il rischio di cadere nel legalismo e di trasformare la religione in pratiche esterne. Certo rimane una forte responsabilità sia personale che comunitaria a ritornare a questa pratica nella fedeltà alle Scritture.

Al tempo di Don Bosco il digiuno era una pratica normale. Egli osservava rigorosamente le astinenze prescritte dalla Chiesa, e digiunava ogni sabato, che poi nelle regole da lui date ai Salesiani si cambiò col venerdì. Infatti prescrisse: "In ciascuna settimana al venerdì si farà digiuno in onore della passione di Nostro Signore Gesù Cristo".

Quando stava per venir approvata la legge Rattazzi per la soppressione degli ordini religiosi don Bosco chiese ai ragazzi un giorno di digiuno a pane ed acqua, assieme a preghiere e a varie pratiche di pietà (MB 5,238).

Ma anche al di fuori del digiuno don Bosco era veramente sobrio nei suoi pasti. Monsignor Cagliari

testimonia: «La mensa di D. Bosco fu sempre frugalissima, per non dire meschina».

Parlando ai chierici fa una bella “lavata di testa” riguardo al cibo:

«Ci vuole temperanza. Eppure in alcuni manca non poco! E fa assai dispiacere l’essersi trovate nelle celle o nei bauli di alcuno bottiglie di liquori e di vini, botticelle di acquavite, pollastri, dolci ed altri

manicaretti. Ma cari miei! Alla mattina avete latte e pane a piacimento da potervi abbondantemente sustentare. A pranzo avete quello che è necessario e che è di sanità e di giovamento al corpo; lo stesso si può dire a cena. Non so che cosa vi possa mancare! Mangiare ad ore indebite è da ghiottoni».

Don Bosco deplora chiaramente il peccato di gola!

Modi di digiunare

Per la Chiesa “La legge del digiuno obbliga a fare un unico pasto durante la giornata, ma non proibisce di prendere un po’ di cibo al mattino e alla sera, attenendosi, per la quantità e la qualità, alle consuetudini locali approvate” (Paolo VI, 1966).

Un altro modo di digiunare, già in uso storicamente nella tradizione della Chiesa è quello a pane ed acqua. È questa la modalità che maggiormente ci riporta simbolicamente all’Eucaristia, Pane di vita.

Questa pratica può essere all’inizio troppo dura, e quindi ci si può avvicinare gradatamente, scegliendo di digiunare non mangiando determinati cibi, o mangiarli senza condimento; mangiare cose che normalmente non ci aggradano; saltare il dolce o, semplicemente, mangiare molto meno in ogni pasto.

È bene notare che la rinuncia ad altro (Tv, divertimenti, fumo...) non sostituisce il digiuno, che è strettamente legato al cibo.

Gesù afferma nel Vangelo di Matteo (17,21): «Questa razza di demòni non si scaccia se non con la preghiera e il digiuno». Ciò significa che per ottenere determinate grazie non ci sono altre strade che la preghiera e il digiuno!

Per la riflessione personale o di gruppo:

1. Considero i miei “beni” come un mezzo, o cerco la comodità e mi capita di affannarmi per i beni terreni?
2. Il nostro PVA parla di solidarietà economica: penso alla sobrietà come strumento di aiuto all’associazione (centro locale, consulte provinciali, regionali, mondiali) nella realizzazione concreta della sua missione? Potrebbe essere un impegno per la quaresima?
3. Molto concretamente, quali sono le rinunce quaresimali che mi propongo di attuare?
4. Potrebbe essere una strada possibile per me quella del digiuno?
