

La via indicata da Papa Leone XIV per la Quaresima

Daniele Pinton | 14/02/2026 | Editoriale

Nel [Messaggio per la Quaresima 2026](#) di **Papa Leone XIV**, pubblicato ieri, non vi si trovano accenti polemici né formulazioni ad effetto; non vi è il desiderio di sorprendere, ma quello — più raro — di orientare. Il Papa offre alla Chiesa una parola pacata e insieme penetrante, che non chiede di essere ammirata ma accolta, non pretende consenso immediato ma invita a un cammino. E il cammino ha una direzione chiara: tornare al centro, perché solo dal centro la vita si ricompone.

Il punto di partenza del Messaggio è infatti una constatazione semplice e profondamente realistica: il cuore umano può disperdersi. Non necessariamente perché rifiuta Dio, ma perché viene attratto in molte direzioni, assorbito da molte urgenze, attraversato da molte voci. È una diagnosi che riguarda non solo i singoli fedeli, ma anche la vita pastorale. Quando il centro si offusca, tutto diventa più faticoso: la fede perde slancio, la speranza si assottiglia, la carità si appesantisce. La Quaresima viene così presentata non come una parentesi devozionale, ma come un tempo di riordinamento interiore, una stagione in cui la Chiesa, con materna sapienza, invita a rimettere Dio al posto che gli spetta, affinché ogni cosa ritrovi proporzione e verità.

È in questa luce che si comprende la prima parola chiave proposta dal Pontefice: ascoltare. Non si tratta di un semplice invito alla preghiera, ma di una vera postura spirituale. Ogni conversione, ricorda il Papa, comincia quando ci lasciamo raggiungere dalla Parola e la accogliamo con docilità. La conversione cristiana non nasce anzitutto da uno sforzo umano, ma da una disponibilità: lasciarsi incontrare. C'è, in questa affermazione, un orientamento prezioso anche per il ministero pastorale. Prima di parlare, la Chiesa è chiamata ad ascoltare; prima di insegnare, a lasciarsi istruire; prima di indicare strade, a sostare davanti alla Parola che illumina ogni strada.

Il riferimento biblico scelto dal Messaggio — il rovelo ardente — non è casuale. Dio si rivela come Colui che ha visto la sofferenza del suo popolo e ne ha udito il grido. L'ascolto non è dunque un atteggiamento accessorio del divino, ma un tratto del suo stesso essere. E se Dio ascolta così, allora anche il credente è chiamato a imparare questo stile. L'ascolto della Scrittura educa a un ascolto più vero della realtà: tra le molte voci del mondo, rende capaci di riconoscere quella che sale dalla sofferenza e dall'ingiustizia. Qui il Messaggio tocca un nodo decisivo della vita ecclesiale: non c'è autentica spiritualità che non diventi attenzione concreta alla storia, e non c'è vera fedeltà alla Parola che non renda sensibili al grido dei poveri. Il Papa lo afferma con serenità, ma senza attenuazioni: quel grido interpella non solo la coscienza personale e i sistemi sociali, ma anche la vita stessa della Chiesa.

Dopo l'ascolto, il secondo verbo che struttura l'itinerario quaresimale è digiunare. Anche in questo caso Leone XIV evita ogni riduzione ritualistica. Il digiuno è presentato come una pratica concreta che dispone ad accogliere la Parola, perché coinvolge il corpo e rende evidente ciò di cui abbiamo davvero fame. Non si tratta semplicemente di rinunciare a qualcosa, ma di riconoscere che cosa abita il desiderio. Digiunare significa interrogare le proprie necessità, discernere gli appetiti, custodire la fame di giustizia perché non si spenga nella rassegnazione. In questa prospettiva il digiuno appare come una pedagogia della libertà: non restringe la vita, la purifica; non impoverisce il cuore, lo dilata; non mortifica il desiderio, lo orienta.

La citazione della tradizione spirituale antica, evocata dal Papa, illumina ulteriormente questo

passaggio: l'uomo, finché vive, ha fame e sete di giustizia, e proprio questo desiderio dilata l'anima, accresce la sua capacità. È una visione alta dell'esperienza penitenziale, lontana da ogni caricatura. Il digiuno non è un gesto negativo, ma una dinamica positiva: libera il desiderio perché possa rivolgersi a Dio e tradursi in opere di bene. E tuttavia il Pontefice aggiunge subito una nota di vigilanza, mostrando finezza pastorale: perché il digiuno resti autentico, deve essere vissuto nella fede e nell'umiltà. Se diventa motivo di orgoglio o di rigidità, perde la sua verità evangelica. Non digiuna veramente chi non impara a nutrirsi della Parola.

È a questo punto che il Messaggio per la Quaresima introduce una proposta tanto concreta quanto esigente: il digiuno dalle parole che feriscono. Il Papa la definisce una forma di astensione spesso trascurata, ma estremamente necessaria. Disarmare il linguaggio, rinunciare alle parole taglienti, al giudizio immediato, alle insinuazioni, al parlare male di chi è assente: sono indicazioni che non richiedono spiegazioni, ma conversione. La loro forza sta proprio nella semplicità. In un tempo in cui la comunicazione è continua e spesso affrettata, la disciplina della lingua diventa una vera ascesi. Non è questione di buone maniere, ma di carità. La parola può ferire, dividere, irrigidire; ma può anche sanare, unire, illuminare. Imparare a misurarla e a renderla gentile significa aprire spazio alla pace.

Non sfugge che il Papa collochi questa conversione della parola in tutti gli ambiti della vita: nelle famiglie, nei rapporti di amicizia, nei luoghi di lavoro, nei dibattiti pubblici, nei mezzi di comunicazione, nelle comunità cristiane. È una visione integrale della Quaresima: non un esercizio confinato nell'interiorità, ma un cammino che attraversa il quotidiano. Dove il linguaggio si purifica, anche le relazioni si trasformano. E dove le relazioni si trasformano, la comunità diventa più luminosa.

Da qui si comprende la terza parola che il Messaggio propone come chiave interpretativa: insieme. La Quaresima non è soltanto un itinerario personale; è un'esperienza ecclesiale. La Scrittura ricorda il popolo radunato per ascoltare la Legge e digiunare, rinnovando l'alleanza con Dio. Allo stesso modo, oggi, parrocchie, famiglie e comunità sono chiamate a vivere un cammino condiviso, nel quale l'ascolto della Parola e quello del grido dei poveri diventino forma concreta della vita comune. La conversione, sottolinea il Papa, riguarda non solo la coscienza individuale, ma lo stile delle relazioni, la qualità del dialogo, la capacità di lasciarsi interrogare dalla realtà. È un richiamo di grande equilibrio: la santità personale e la comunione ecclesiale non sono cammini paralleli, ma un unico processo di maturazione evangelica.

Le parole conclusive del Messaggio hanno il tono di una preghiera che è anche un programma pastorale: chiedere la grazia di un orecchio più attento a Dio e agli ultimi; chiedere la forza di un digiuno che tocchi anche la lingua; impegnarsi perché le comunità diventino luoghi dove chi soffre trovi accoglienza e dove l'ascolto generi percorsi di liberazione. In queste righe finali si raccoglie l'intero itinerario quaresimale delineato dal Pontefice: un cammino che parte dal cuore e si apre alla storia, che nasce dall'ascolto e si compie nella carità, che purifica il desiderio e rinnova le relazioni.

Se si volesse cogliere in sintesi il dono che questo Messaggio offre alla Chiesa, si potrebbe dire così: Leone XIV non propone una Quaresima più complessa, ma più vera. Più vera perché centrata su Dio; più vera perché radicata nella Parola; più vera perché capace di toccare il linguaggio, il desiderio, la vita comune. È una proposta esigente, ma serena; alta, ma praticabile; antica nella sua sostanza e attuale nella sua applicazione. Accolta con docilità, può diventare per il popolo di Dio — e in modo particolare per chi lo guida — non solo un testo da meditare, ma una bussola discreta e sicura per attraversare il tempo quaresimale e giungere alla Pasqua con il cuore più unificato, la parola più mite e la speranza più salda.