

opusdei.org

# Meditazioni: Mercoledì delle Ceneri

Riflessioni per meditare nel mercoledì delle Ceneri. I temi proposti sono: La Quaresima è un tempo di conversione; Preghiera, elemosina e digiuno; Un costante ritornare alla casa del Padre.

05/03/2025

- La Quaresima è un tempo di conversione

- Preghiera, elemosina e digiuno

## - Un costante ritornare alla casa del Padre

---

«Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio»<sup>[1]</sup>. Queste parole del libro della Sapienza, che risuonano all'inizio della Messa, sono il portico d'ingresso al tempo di Quaresima.

Durante la celebrazione liturgica ci avvicineremo al sacerdote e ci inchineremo per ricevere l'imposizione delle Ceneri.

Ricorderemo l'invito di Gesù:

«Convertitevi e credete nel Vangelo»; o il monito ispirato nel libro della Genesi: «Ricordati che sei polvere e polvere ritornerai». Si tratta di un gesto forte, che ci fa riflettere su

quanto sia fragile la nostra vita. Eppure, dietro a questo rito possiamo scoprire la tenerezza di Dio che ci cerca. San Josemaría osservava: «La liturgia della Quaresima assume a volte toni drammatici, conseguenza della meditazione su ciò che significa per l'uomo allontanarsi da Dio. Ma non è questa l'ultima parola. L'ultima parola la dice Dio, ed è la parola del suo amore salvifico e misericordioso e, pertanto, la parola che dichiara la nostra filiazione divina»<sup>[2]</sup>.

Vi sono momenti della nostra esistenza nei quali notiamo la nostra fragilità: difficoltà in famiglia o nel lavoro, problemi di salute, vicende inaspettate; soprattutto quando sperimentiamo il peccato in noi stessi. Tutto questo ci può far pensare che siamo «polvere e cenere». Tuttavia la fede cristiana ci dà la convinzione che è più grande la misericordia di Dio. Malgrado le nostre limitazioni, potremo sempre

cantare con il Salmo: «Dell'amore del Signore è piena la terra» (*Sal* 33, 5). La pazienza di Dio è così grande che, proprio quando ci allontaniamo da lui, egli mette in noi la nostalgia del suo amore. La Quaresima è un buon momento per lasciare che questa nostalgia si trasformi in conversione, in un ritorno alla casa del Padre per ricevere nuovamente le sue tenerezze.

---

Benché viviamo circondati dalla misericordia del Signore, a volte possiamo dimenticare questa realtà. Eppure Gesù nel Vangelo ci ricorda che Dio ci guarda continuamente. Nello spiegarci come bisogna fare l'elemosina, come pregare, come digiunare, il Signore insiste sul fatto che non ha senso farlo perché gli altri ci vedano; in questo caso, finiamo col mettere da parte il

Signore e le nostre buone azioni si distorcono. Dio, invece, vede «nel segreto» (*Mt 6, 4*), ascolta l'intimo del nostro cuore. Il tempo di Quaresima è un buon momento per smettere di vivere rivolti all'esterno, e ottimo invece per coltivare un clima interiore capace di accogliere la realtà in una maniera nuova, più soprannaturale.

«Maturiamo spiritualmente convertendoci a Dio, e la conversione si attua mediante la preghiera, come anche mediante il digiuno e l'elemosina, adeguatamente intesi. Conviene forse dire subito che non si tratta qui soltanto di "pratiche" momentanee, ma di atteggiamenti costanti, che danno alla nostra conversione a Dio una forma duratura. La Quaresima, come tempo liturgico, dura solo quaranta giorni all'anno: a Dio invece dobbiamo tendere sempre; ciò significa che bisogna convertirsi continuamente.

La Quaresima deve lasciare un'impronta forte e indelebile nella nostra vita»<sup>[3]</sup>.

Un percorso di preghiera, elemosina e digiuno, adatto alla nostra situazione personale, ci farà elevare in questi giorni il nostro sguardo. «Dedicando più tempo alla preghiera, permettiamo al nostro cuore di scoprire le menzogne segrete con le quali inganniamo noi stessi, per cercare finalmente la consolazione in Dio [...]. L'esercizio dell'elemosina ci libera dall'avidità e ci aiuta a scoprire che l'altro è mio fratello: ciò che ho non è mai solo mio [...]. Il digiuno ci sveglia, ci fa più attenti a Dio e al prossimo, ridesta la nostra volontà di obbedire a Dio, che, solo, sazia la nostra fame»<sup>[4]</sup>.

---

«Guardiamo il figlio prodigo e capiamo che pure per noi è tempo di ritornare al Padre. Come quel figlio, anche noi abbiamo dimenticato il profumo di casa, abbiamo dilapidato beni preziosi per cose da poco e siamo rimasti con le mani vuote e il cuore scontento. Siamo caduti: siamo figli che cadono in continuazione, siamo come bimbi piccoli che provano a camminare ma vanno in terra, e hanno bisogno di essere rialzati ogni volta dal papà»<sup>[5]</sup>.

Riconoscere che la misericordia del Signore riempie la terra, che egli è un Padre che ci aspetta senza stancarsi, non ci porta alla passività. Al contrario, questo amore mette in movimento la nostra iniziativa per trovare la strada da percorrere per far ritorno a Dio. E una strada privilegiata è il sacramento della Riconciliazione: «È il perdono del Padre che ci rimette in piedi: il perdono di Dio, la confessione, è il

primo passo del nostro viaggio di ritorno»<sup>[6]</sup>. Lì troviamo il volto paterno di Dio, che ci dà coraggio e ci ama come suoi figli.

«La vita umana, in un certo modo, è un continuo ritorno alla casa del Padre. Ritorno mediante la contrizione, la conversione del cuore, che presuppone il desiderio di cambiare, la decisione ferma di migliorare la nostra vita, e si manifesta pertanto in opere di sacrificio e di dedizione»<sup>[7]</sup>. In questa Quaresima, che è la via del ritorno e di una più grande vicinanza alla casa del Padre, intuiamo la presenza di santa Maria che vuol stare con noi. Possiamo mettere nelle sue mani il nostro desiderio di convertirci interiormente per celebrare la Pasqua di suo Figlio.

---



[1] Messa di mercoledì delle ceneri,  
*Antifona d'ingresso.*

[2] San Josemaría, *È Gesù che passa*,  
n. 66.

[3] San Giovanni Paolo II, *Udienza*,  
14-III-1979.

[4] Papa Francesco, *Messaggio*, 6  
II-2018.

[5] Papa Francesco, *Omelia*, 17-  
II-2021.

[6] *Ibid.*

[7] San Josemaría, *È Gesù che passa*,  
n. 64.