

Invito alla Quaresima 2026

MESSAGGIO DEL VESCOVO



Carissimi presbiteri, carissimi consacrati e consacrate,

carissimi sorelle e fratelli tutti,

nel cammino della Quaresima di quest'anno siamo accompagnati con particolare intensità dall'invito del Santo Padre a riscoprire il valore dell'**ascolto** e del **digiuno** come vie concrete di conversione. In un tempo spesso segnato dal rumore, dalla fretta e dalla dispersione interiore, la Chiesa ci richiama a rimettere Dio al centro della nostra vita, lasciandoci raggiungere dalla sua Parola e permettendo che essa trasformi il nostro cuore. La Quaresima è infatti tempo favorevole per tornare all'essenziale. Attraverso l'ascolto della Parola impariamo a riconoscere la voce di Dio dentro la storia e dentro la nostra vita. Attraverso il digiuno impariamo a purificare i nostri desideri, a custodire il cuore e a ritrovare la fame di Dio e della giustizia. In questo spirito desideriamo vivere questo tempo santo come un vero itinerario di rinnovamento personale e comunitario.

Siamo chiamati a interrogarci sulla dimensione della paternità - maternità del nostro essere popolo in cammino. Giunti alle soglie della Quaresima ci chiediamo: in cosa **penso di essere cresciuto nella relazione** con la mia comunità familiare e parrocchiale, professionale e civile? In che cosa sento che posso e devo crescere? Con il mio sacerdote (parroco o confessore) mi sento figlio-figlia e padre-madre nello stesso tempo? **Come devo migliorare?** La Quaresima è scuola di vita per tutti e vogliamo che lo sia soprattutto per le nuove generazioni. Tutti abbiamo a cuore i nostri giovani, sia quelli presenti sul territorio che quelli fuori per studio o lavoro. Famiglie e parrocchie, scuole e associazioni, ceti, confraternite e istituzioni guardiamo a loro con fiducia e grandi attese. Perciò mi sono rivolto alla rivista *Note di Pastorale Giovanile* (che consiglio a tutti!) per avviare una riflessione sul tempo di grazia della Quaresima. La nostra *pastorale giovanile e vocazionale diocesana* inoltre sta lavorando ad un percorso

quaresimale in tre tappe settimanali da vivere nelle parrocchie e nei associazioni che potremo seguire sui nostri social media.

1. Il deserto fecondo

La Quaresima è tempo del deserto fecondo, non è tempo di tristezza: è cammino di liberazione. Con tutta la Chiesa seguiamo Gesù nel deserto: **non fuggiamo dalla vita**, ma impariamo a viverla in pienezza. Il deserto biblico non è mai un luogo geografico soltanto: è lo spazio dell'essenziale, dove cadono le maschere e dove ogni persona può finalmente incontrare sé stessa e il suo Dio. I giovani – e non solo! - vivono immersi in un mondo di continui stimoli, nuovi consumi, nuove dipendenze: la Quaresima invita a fermarsi e chiedersi di che cosa abbiamo davvero bisogno. **Cosa ci riempie veramente il cuore?** Dove stiamo andando? Il deserto quaresimale è come una pausa dal rumore, un ritiro strategico per ritrovare la bussola della propria esistenza.

2. Il combattimento spirituale

Non si tratta di lottare contro nemici esterni, ma di confrontarsi interiormente con sé stessi: **quali sono le mie fragilità, tentazioni e dipendenze**, quali le scelte che devo compiere ogni giorno? Gesù stesso, dopo il battesimo al Giordano, viene condotto dallo Spirito nel deserto per essere tentato. Deduco da ciò una cosa fondamentale: la tentazione non è peccato, ma parte della condizione umana. Ciò che conta è come rispondiamo. Tentazioni concrete ci colpiscono: mescolarsi nel gruppo per essere accettati, cercare l'identità nelle apparenze o nei "like" sui media, **risolvere tutto con le scorciatoie** (cura dell'immagine, raccomandazioni, menzogne, aggressività), vivere senza impegno profondo. Scrive Leone XIV: "Cominciamo a disarmare il linguaggio, rinunciando alle parole taglienti, al giudizio immediato, al parlar male di chi è assente e non può difendersi, alle calunnie. Sforziamoci invece di imparare a misurare le parole e a coltivare la gentilezza: in famiglia, tra gli amici, nei luoghi di lavoro, nei social media, nei dibattiti politici, nei mezzi di comunicazione, nelle comunità cristiane. Allora tante parole di odio lasceranno il posto a parole di speranza e di pace." E' un impegno quello di **disarmare parole e**

cuore che abbiamo assunto come Diocesi da tanti anni e che si fa prioritario per la nostra vita personale e comunitaria in questo tempo in cui vediamo che la violenza in tutte le sue forme, dalla più piccola e apparentemente innocua fino a quelle più grandi e devastanti, sta avvelenando il mondo. La Quaresima ci invita a riconoscere queste dinamiche subdole, a combatterle in noi e attorno a noi e a scegliere la libertà autentica.

3. La liberazione

Dall'apparenza alla verità: cerchiamo una **liberazione dal superfluo, da false sicurezze**, da ogni tipo di schiavitù? Dobbiamo passare dall'Egitto alla Terra Promessa, dalle tenebre alla luce. Come il popolo d'Israele ha dovuto attraversare il deserto per quarant'anni prima di entrare nella terra della libertà, così anche noi siamo chiamati a questo esodo interiore. Devo dire "no" a ciò che schiavizza (consumismo, ricerca ossessiva dell'approvazione altrui, relazioni tossiche) e **dire "sì" a ciò che fa crescere** (autenticità, relazioni vere, impegno per gli altri, ricerca di senso). La Quaresima è tempo di pulizia interiore: devo alleggerirmi per camminare spedito verso la meta.

4. La preparazione alla Pasqua

Tutta la Quaresima è orientata alla Pasqua: è pedagogia della speranza. Non possiamo comprendere la Risurrezione senza aver attraversato la Passione. Il cammino quaresimale ci prepara a celebrare il mistero centrale della fede cristiana: la morte e la risurrezione di Cristo, che è anche la nostra morte e la nostra risurrezione. Se muori a te stesso, a egoismi e paure, risorgi a vita nuova. Imparo a **non aver paura delle "morti" che la vita comporta**: sconfitte varie, fine di una relazione, fallimento di un progetto, delusione di un sogno infranto. La Quaresima insegna che ogni fine può essere un nuovo inizio: ogni tramonto prepara un'alba, la morte prelude alla risurrezione.

5. La conversione

Questo atteggiamento attraversa tutta la Quaresima: trasformare il modo di pensare e di vedere la realtà (*metànoia* = cambio di mentalità). **Non si tratta di "fare dei fioretti" o di privarsi di qualcosa, ma di cambiare prospettiva**, di guardare la vita con gli occhi di Dio. È necessaria una trasformazione profonda, un farsi dono ritrovando "preghieria, digiuno ed elemosina": tre sfide per tornare al dialogo con Dio, per liberarsi dal superfluo educando il desiderio verso l'essenziale, per aprire il cuore agli altri. In concreto: chi prega rinuncia anche al cellulare e trova il tempo per la meditazione della Parola di Dio e per la lettura di biografie di santi e di documenti del Magistero; chi digiuna limita ciò che distrae; chi fa elemosina si apre al volontariato soprattutto verso i più poveri e fragili. **Sono necessarie scelte concrete, verificabili**, capaci di cambiare davvero la vita. Ci chiediamo, per esempio: come vivo la corresponsabilità anche economica verso la chiesa e l'istituto di sostentamento del clero (offerte liberali)?

6. La scalata

La Quaresima è una scalata in montagna. All'inizio c'è la pianura, la vita ordinaria, la routine. Poi si inizia la salita: è faticosa, si suda, si deve scegliere cosa portare nello zaino. Man mano che si sale, il respiro si fa corto, le gambe pesano, si vorrebbe tornare indietro. Ma chi persevera e raggiunge la vetta sperimenta una gioia unica: **la vista si apre, il panorama si allarga**, tutto appare sotto una luce nuova. La fatica del cammino è ripagata dalla bellezza della meta. La Quaresima è un cammino impegnativo, ma che porta alla gioia pasquale.

7. Le domeniche

Ogni settimana della Quaresima ha un tema, una storia, un approfondimento, delle proposte pratiche, dei testimoni del cammino. Saliamo a Gerusalemme con Gesù meditando i vangeli delle tentazioni (*I domenica*), della trasfigurazione (*II domenica*), della samaritana (*III domenica*), del cieco nato (*IV domenica*), di Lazzaro (*V*) e dell'ingresso in

Gerusalemme (*Domenica delle Palme* e inizio della Settimana Santa). Nella seconda domenica di Quaresima è previsto in seminario il rito di ammissione del *seminarista Andrea Armata* tra i candidati al sacerdozio ministeriale. Originario di Locogrande, egli attualmente fa tirocinio pastorale nella parrocchia Sacro Cuore in Alcamo.

8. Le ceneri (18 febbraio 2026)

Partiamo dalla storia di Chiara: studentessa di 17 anni, ella si decide a ricevere le ceneri come una sorta di “tatuaggio” che l’aiuta a **togliersi le maschere**. Il commento alla Parola evidenzia che essa crea lo spazio interiore e bonifica quello esteriore, introducendo all’accoglienza delle ceneri, che aprono alla verità sull’io, all’autenticità contro l’apparenza e all’oggi come tempo opportuno: “Il presente è l’unico tempo che hai, l’unico tempo in cui puoi scegliere, l’unico tempo in cui puoi vivere”. Concretamente è bene vivere dal mattino **tre minuti con sé e con Dio prima del cellulare**, durante il giorno un momento senza connettersi per guardare persone, cielo, suoni, la sera, prima di addormentarsi, un esame di coscienza per guardarsi con onestà. Come gesto concreto scegliere **un digiuno dalla mania di apparire**. Ci accompagnano due testimoni: santa *Teresa di Calcutta* (1910-1997: “Non cercare di fare grandi cose. Fai piccole cose con grande amore”) e Don *Lorenzo Milani* (1923-1967: “I care” mi prendo cura, non per essere lodato, ma perché quei ragazzi hanno diritto a una vita degna”). Come citazione del Magistero si riporta una frase di papa Leone XIV: “La Quaresima mette in evidenza la dimensione comunitaria dell’ascolto della Parola e della pratica del digiuno”. In questo modo prenderemo sul serio il dovere di essere autentici: “smettere di recitare un ruolo, accettare di essere vulnerabili”. Come parola chiave scegliamo dal vangelo il termine segreto: “avere una vita interiore ricca che **non ha bisogno di esibizione**. È fare il bene senza bisogno di testimoni”.

9. La libertà che nasce dalla lotta (I domenica)

Il vangelo di questa domenica riporta il racconto delle tentazioni e ci mostra che esse fanno parte del cammino di maturazione di ogni persona.

Le tre tentazioni che attraversa Gesù (il pane dalle pietre, gettarsi dal tempio, tutti i regni del mondo), riguardano ciascuno di noi. Anche noi a volte siamo tentati di possedere, di ridurre la vita ai bisogni materiali e di ricercare sempre un Dio spettacolare, miracoloso, che risolva le situazioni con una magia; oppure siamo tentati di **ricercare il successo ad ogni costo, avere potere e dominare sugli altri**. Gesù ci insegna che attraversare e vincere le tentazioni è possibile soltanto con la Parola di Dio. Il primo passo è prendere consapevolezza delle tentazioni che affrontiamo in maniera ricorrente; il secondo è quello di custodire una parola del vangelo in modo tale che una volta sopraggiunta la tentazione anche noi come Gesù possiamo affrontare la lotta con le "armi giuste". Prima di scegliere, chiediamoci: questa scelta mi rende più libero o più schiavo? Guardiamo a due testimoni: *San Francesco d'Assisi e Chiara Corbella Petrillo*. Francesco ha vinto la tentazione dell'avere, abbracciando la povertà; Chiara ha scelto di non salvare sé stessa, ma di donare la sua vita ai suoi figli.

10. Sul monte della trasfigurazione (II domenica)

Il Vangelo della seconda domenica di quaresima ci conduce sul monte per lasciarci avvolgere dalla Luce vera, quella che sostiene nel cammino. Anche noi siamo invitati come Pietro, Giacomo e Giovanni a salire sul monte per sperimentare la grazia, e intravedere la metà: la risurrezione rivelandoci che la Croce non è la fine, ma il passaggio verso la vita; infatti, la trasfigurazione non elimina la croce, ma ne rivela il senso. Quali momenti di trasfigurazione, di meta-morfosi, di cambiamento abbiamo vissuto? Durante questa settimana proveremo a **gustare un momento bello vissuto e custodirlo nel cuore**, cosicché durante la giornata, quando la fatica si fa sentire, ripensare a quel momento bello, può essere di aiuto, potrebbe portare un po' di luce nei momenti più bui. Ricordati, che la trasfigurazione non avviene solo sul monte, ma anche nella quotidianità delle tue giornate. Confrontiamoci con *San Carlo Acutis e Santa Teresa d'Avila*, i quali hanno vissuto vere e profonde esperienze di "trasfigurazione". In questa domenica, per tradizione, la nostra diocesi riflette sulla vocazione sacerdotale e raccoglie offerte per il seminario.

11. Alla sorgente che non delude (III domenica)

Il dialogo tra Gesù e la samaritana ci invita a riflettere su cosa riempie di senso la nostra vita. Quando sperimentiamo un vuoto, con che cosa lo riempiamo? **Qual è il centro della nostra vita?** Quale acqua disseta la nostra sete? La nostra esistenza? Di quali relazioni mi nutro, mi disseto? *Sant'Agostino e Chiara Lubich* possono essere d'aiuto nel rispondere a questi interrogativi. Agostino, ha ricercato anche egli nei pozzi sbagliati prima di trovare la sorgente capace di dissetare la sua vita. E anche Chiara ha fatto esperienza della sete di Dio, trovando l'acqua viva nella lettura del vangelo. Papa Benedetto scriveva: "Ogni uomo e ogni donna ha nel cuore una sete di pienezza che solo Dio può colmare. [...] Ma per ricevere l'acqua viva dobbiamo riconoscere la nostra sete. [...] Solo così possiamo accogliere il dono che Cristo ci offre: lo Spirito Santo, l'amore di Dio che trasforma la vita".

12. Dalle tenebre alla luce (IV domenica)

Anche noi facciamo l'esperienza del cieco nato, quando non riusciamo a vedere l'amore intorno a noi, non riusciamo a vedere l'amore che Dio ci dona. Siamo sicuri di vedere realmente? Non bastano gli occhi, scriveva A. de Saint-Exupéry: "non si vede bene che col cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi". Come Luca, un giovane di 17 anni che pensava di vedere tutto chiaro, e che ad un certo punto della sua vita, l'incontro con Andrea un ragazzo con la sindrome di down, lo porta a chiedersi se davvero lui vede, e a pensare che forse anche lui sta sperimentando una condizione di cecità. Ha bisogno che qualcuno gli riapra gli occhi, per tornare a vedere nuovamente. **La vera cecità è credere di vedere, di sapere tutto**, di non avere bisogno di nessuno. *San Piergiorgio Frassati* è un esempio per tanti giovani alla ricerca della luce, perché è stato capace di vedere i poveri che gli altri non vedevano e di testimoniare con azioni concrete la luce di Cristo, quella capace di illuminare le nostre cecità. Anche la beata *Chiara Luce Badano*, è un esempio luminoso di come è possibile vedere la vita con lo sguardo di Dio. A Chiara viene diagnosticato un tumore gravissimo alle ossa, e lei piuttosto che chiudersi nel dolore, è stata capace di vedere la malattia insieme con Dio, di vedere la luce oltre il dolore. Ripeteva spesso: "Se lo voglio io, questo dolore può diventare amore". "La Quaresima è il

tempo in cui Gesù ci tocca gli occhi e ci dice: 'Va' a lavarti'. È il tempo della conversione, del passaggio dalle tenebre alla luce, dalla cecità alla vista" (Papa Francesco).

13. La risurrezione e la vita (V domenica)

L'esperienza della morte tocca le corde più profonde della nostra esistenza. È inevitabile il dolore. Se a morire è un amico o un familiare a noi caro, il dolore si fa più forte. Il dolore va affrontato!! Ma non da soli. Gesù ci ricorda che lui è venuto a mostrarci la gloria di Dio, a dirci che lui è "la risurrezione e la vita". Con Gesù, la morte non ha più l'ultima parola, perché la Vita ha vinto una volta per tutte. La vita ci ricorda che non esistono soltanto le morti fisiche; l'uomo fa esperienza anche di "morti quotidiane": la morte di un sogno, la fine di un amore, il fallimento di un progetto, la delusione di un'amicizia. **Cosa fare? Rimanere sepolti nelle proprie morti?** Oppure lasciarci raggiungere da Gesù per risorgere, per tornare a vivere nuovamente. Anche noi come Lazzaro, possiamo venire fuori dai nostri sepolcri. Anche noi, oggi, possiamo risorgere. San *Massimiliano Maria Kolbe* ci ha testimoniato che il senso della vita è vivere per qualcuno; è donare la vita agli altri; e che anche se uccidono il tuo corpo non potranno mai uccidere la tua anima quando **vivi per amore**. Giovanni Paolo II scriveva: "Cristo ha vinto la morte e ci ha aperto le porte della vita eterna. Questa è la nostra speranza, questa è la nostra gioia. E questa speranza cambia il modo di vivere: chi crede nella risurrezione vive già da risorto, vive nella libertà dei figli di Dio, vive senza paura della morte perché sa che la morte è solo un passaggio verso la vita piena".

14. Dall'osanna al dono totale di sé (VI domenica)

L'ingresso di Gesù a Gerusalemme ci mette davanti a un contrasto forte: l'entusiasmo della folla e, poco dopo, il rifiuto e la croce. Anche nella nostra vita convivono entusiasmo e fragilità, desiderio di bene e paura di donarsi fino in fondo. Gesù entra a Gerusalemme sapendo cosa lo attende e sceglie di amare fino alla fine. La Domenica delle Palme ci invita a chiederci: **che tipo di discepoli siamo?** Discepoli del momento, che seguono Gesù solo quando tutto è facile, oppure discepoli che restano

anche sotto la croce? Tanti sono i martiri di ieri e di oggi che testimoniano di avere vissuto la spiritualità della domenica delle Palme. Per tutti ricordiamo *sant'Oscar Romero*: un esempio luminoso di chi ha seguito Cristo fino in fondo. Ha scelto di restare accanto al suo popolo povero e sofferente anche quando sapeva che questo lo avrebbe esposto al pericolo. È stato ucciso mentre celebrava l'Eucaristia. La sua vita richiama la Domenica delle Palme perché mostra come si può passare dall'entusiasmo iniziale alla fedeltà sotto la croce, scegliendo l'amore fino al dono totale di sé. Anche santa *Teresa Benedetta della Croce (Edith Stein)* ha vissuto un cammino profondo di ricerca della verità fino all'incontro con Cristo. Entrata nel Carmelo, ha accettato liberamente di condividere il destino del suo popolo ed è morta ad Auschwitz. Testimonia la sequela di Cristo nella sofferenza e nell'offerta della propria vita. Con la sua storia mostra che la vera vittoria passa attraverso l'amore donato anche nel dolore.

Conclusione

Il cammino di quaresima, se ben vissuto, ci porta a vivere bene la Settimana Santa con i vari riti e con la speciale attenzione al Triduo Pasquale. Sette giorni in cui siamo chiamati non solo a ricordare, ma a **entrare nel mistero** della passione, morte e risurrezione del Signore. Guardiamo a Maria, rimasta fedele sotto la croce, e chiediamo a lei la grazia di restare accanto a Gesù anche nei momenti difficili della nostra vita. Ci aiutino i **riti della pietà popolare** in sintonia con la liturgia della Settimana Santa.

Entriamo dunque in questo tempo di grazia con cuore disponibile. Chiediamo al Signore di donarci un orecchio capace di ascoltare la sua Parola, il grido dei poveri e le necessità dei fratelli, e un cuore capace di un digiuno vero, che purifichi i nostri pensieri, le nostre parole e le nostre scelte.

La Vergine Maria, donna dell'ascolto e dell'obbedienza, ci accompagni nel cammino verso la Pasqua. Il Signore ci renda comunità sempre più capaci di accoglienza, di sobrietà e di carità concreta, perché la nostra conversione diventi segno di speranza per il mondo.

Vi assicuro il mio ricordo nella preghiera e benedico il cammino quaresimale di tutti, perché sia ricco di grazia e di rinnovamento interiore, nel segno della “paternità-maternità” della Chiesa.

Trapani, 15 febbraio 2026

+ Pietro Maria Fragnelli

Vescovo di Trapani