BOAT Butlletí oficial de l'Arquebisbat de Tarragona

Núm. 792 17 de febrer de 2026 Pàg. 001

PAPA LLEÓ XIV

MISSATGE
per a la Quaresma 2026

ESCOLTAR I DEJUNAR
LA QUARESMA COM A TEMPS DE CONVERSIÓ

Benvolguts germans i germanes,

La Quaresma és el temps en què l'Església, amb sol·licitud maternal, ens convida a posar de nou el misteri de Déu en el centre de la nostra vida, per tal que la nostra fe recuperi l'impuls i el cor no es dispersi entre les inquietuds i distraccions quotidianes.

Escoltar

Enguany voldria cridar l'atenció, en primer lloc, sobre la importància de donar espai a la Paraula a través de l'escolta, ja que la disposició a escoltar és el primer senyal amb què es manifesta el desig d'entrar en relació amb l'altre.

Déu mateix, en revelar-se a Moisès des de la bardissa ardent, mostra que escoltar és un tret distintiu del seu ésser: «He vist l'opressió del meu poble a Egipte i he sentit com clama per culpa dels seus explotadors» (Ex 3,7). Escoltar el clamor dels oprimits és el començament d'una història d'alliberament, en la qual el Senyor involucra també Moisès i l'envia a obrir un camí de salvació per als seus fills reduïts a l'esclavitud.

És un Déu que s'implica, que avui també ens arriba amb pensaments que commouen el seu cor. Per això, escoltar la Paraula en la litúrgia ens educa per a una escolta més certa de la realitat: entre les moltes veus que impregnen la nostra vida personal i social, les Sagrades Escriptures ens permeten reconèixer la veu que clama des del sofriment i la injustícia, per tal que no quedi sense resposta. Entrar en aquesta disposició interior de receptivitat significa deixar-nos instruir avui per Déu per escoltar com ell ho fa, fins reconèixer que «la condició dels pobres representa un crit que, en la història de la humanitat, interpel·la constantment la nostra vida, les nostres societats, els sistemes polítics i econòmics, i especialment l'Església».[1]

[1] Exhort. ap. *Dilexi te* (4 d'octubre de 2025), 9.

Dejunar

Si la Quaresma és temps per escoltar, el dejuni constitueix una pràctica concreta que ens disposa a acollir la Paraula de Déu. L'abstinència d'aliment és un exercici ascètic antiquíssim i insubstituïble en el camí de conversió. Precisament perquè implica el cos, fa més evident allò de què tenim "fam" i allò que considerem essencial per a la nostra sustentació. Serveix, per tant, per a discernir i ordenar els "apetits", per a mantenir desperta la fam i la set de justícia, sostraient-la de la resignació, educant-la perquè es converteixi en pregària i responsabilitat envers el proïsme.

Sant Agustí, amb subtilesa espiritual, deixa entreveure la tensió que hi ha entre el temps present i el compliment futur que travessa aquesta custòdia del cor, quan observa que «durant la vida terrenal és propi dels homes mortals tenir fam i set de justícia, però satisfer-se'n pertany a l'altra vida». «Els àngels estan plens d'aquest pa, d'aquest aliment. En canvi, els homes, en tenen fam, tots l'anhelen. Aquest anhel de desig expandeix l'ànima, augmenta la seva capacitat.»[2] El dejuni, entès en aquest sentit, ens permet no sols disciplinar el desig, purificar-lo i fer-lo més lliure, sinó també expandir-lo, de manera que es giri cap a Déu i s'orienti a fer el bé.

Malgrat això, perquè el dejuni conservi la seva veritat evangèlica i eviti la temptació d'enorgullir el cor, ha de viure's sempre amb fe i humilitat. Exigeix romandre arrelat en la comunió amb el Senyor, perquè «no dejuna de veritat qui no sap alimentar-se de la Paraula de Déu».[3] Com a signe visible del nostre compromís interior d'alliberar-nos, amb l'ajuda de la gràcia, del pecat i del mal, el dejuni ha d'incloure també altres formes de privació destinades a fer-nos adquirir un estil de vida més sobri, ja que «només l'austeritat fa que la vida cristiana sigui forta i autèntica».[4]

Per tant, us voldria convidar a una forma d'abstinència molt concreta i sovint poc valorada: la d'abstenir-se d'utilitzar paraules que fereixen i ofenen el nostre proïsme. Comencem per desarmar el nostre llenguatge, renunciant a les paraules feridores, als judici precipitats, a parlar malament dels qui no hi són i no poden defensar-se, a la calúmnia. Esforcem-nos, en canvi, per aprendre a mesurar les paraules i a cultivar la bondat: a la família, entre els nostres amics, a la feina, a les xarxes socials, en els debats polítics, als mitjans de comunicació i a les comunitats cristianes. Aleshores, moltes paraules d'odi donaran pas a paraules d'esperança i de pau.

[2] St. Agustí, *L'utilità del digiuno,* 1, 1.

[3] Benet XVI, Catequesi (9 de març de 2011).

[4] St. Pau VI, Catequesi (8 de febrer de 1978).

Junts

Per últim, la Quaresma destaca la dimensió comunitària de l'escolta de la Paraula i de la pràctica del dejuni. També l'Escriptura emfatitza aquest aspecte de moltes maneres. Per exemple, quan el llibre de Nehemies narra que el poble es reunia per escoltar la lectura pública del llibre de la Llei i, després de practicar el dejuni, es preparava per a la confessió de fe i per a l'adoració, renovant així l'aliança amb Déu (cf. Ne 9,1-3).

De la mateixa manera, les nostres parròquies, famílies, grups eclesials i comunitats religioses són cridats a emprendre un camí compartit durant la Quaresma, en què escoltar la Paraula de Déu, així com el clamor dels pobres i de la terra, esdevingui una forma de vida comuna, i el dejuni sostingui un penediment real. En aquest context, la conversió no sols afecta la consciència de l'individu, sinó també l'estil de les relacions, la qualitat del diàleg, la capacitat de deixar-se interpel·lar per la realitat i de reconèixer allò que realment guia el desig, tant a les nostres comunitats eclesials com a la set de justícia i de reconciliació de la humanitat.

Estimats germans, demanem la gràcia de viure una Quaresma que faci més atenta la nostra oïda a Déu i als més necessitats. Demanem la força d'un dejuni que afecti també les llengües, perquè disminueixin les paraules que fereixen i creixi l'espai per a la veu dels altres. I comprometem-nos perquè les nostres comunitats es converteixin en llocs on el clam dels qui sofreixen trobi acolliment i l'escolta generi camins d'alliberament, fent-nos més disposats i desitjosos de contribuir a edificar la civilització de l'amor.

Us beneeixo de cor a tots vosaltres i al vostre camí quaresmal.

Lleó pp XIV

Vaticà, 5 de febrer de 2026, memòria de santa Àgueda, verge i màrtir