

## Lettera pastorale per la Quaresima 2026

Cari fratelli e sorelle della diocesi cattolica di Stoccolma!

“Beati voi che camminate nella legge del Signore” (confronta: Sal 119,1).

Durante la Quaresima la Chiesa desidera ricordarci la nostra dignità e la nostra chiamata a vivere una vita santa come “spiritualmente maturi” (1 Cor 2,6), come dice Paolo. “Donaci la grazia di diventare tua degna dimora” (colletta del giorno). Attraverso il nostro battesimo siamo già, in realtà, un tempio dello Spirito, dove il Dio trinitario vive e opera continuamente. La nostra vita qui sulla terra consiste nel lasciarci trasformare da questa grazia santificante.

Allora possiamo testimoniare in modo credibile la verità e la bontà di Dio a un mondo diviso, assetato di verità invece che di mezze verità e di tutti i messaggi d’odio che continuamente ci assalgono e ci affliggono nel nostro tempo.

La nostra conversione personale a una vita di crescente fedeltà a Gesù e al suo Vangelo significa più di quanto possiamo immaginare affinché le potenze del male e delle tenebre siano scacciate. Una sola persona che prende tutto ciò più sul serio e segue Gesù con tutto il cuore rende il mondo un luogo migliore in cui vivere, e diffonde speranza e luce a molti più di quanto possa mai immaginare.

“Ciò che noi annunciamo è una sapienza divina, misteriosa, che è rimasta nascosta, e che Dio ha preordinato prima dei secoli per la nostra gloria” (1 Cor 2,7).

Dio vuole guidarci con mano dolce, ma allo stesso tempo decisa, attraverso questa vita effimera fino all’incorruttibile ed eterna gloria che desidera condividere con noi per tutta l’eternità. Dio ci ama così tanto che non vuole fare a meno della nostra compagnia nella sua gloria eterna. Quando questo davvero si rivela a noi, tutto cambia. L’onnipotente Dio è l’unico che può avere una predilezione del tutto personale per ogni singolo essere umano. Ai suoi occhi siamo tutti unici e insostituibili. Per questo ha sacrificato il suo Figlio unigenito sulla croce, per convincere ciascuno di noi del suo amore. Quando questo davvero ci tocca, desideriamo a ogni costo mostrare il nostro amore di risposta verso Dio attraverso tutto ciò che siamo e facciamo, pensiamo e diciamo. Mediante ogni respiro ed ogni battito del cuore possiamo affidarci a Dio e trovare la nostra gioia e pace nell’appartenere a Lui.

È compito dello Spirito Santo ricordarci tutto questo e risvegliarci alla vita quando rimaniamo prigionieri di noi stessi. È così facile per noi dimenticare la nostra chiamata a vivere in questo ardente desiderio e nella sua sequela. Proprio in mezzo alla vita quotidiana che tutti viviamo, ci sono molte cose che possiamo fare per ricambiare l’amore di Dio. Attraverso i comandamenti di Dio, le beatitudini e tutto ciò che Gesù ci ha insegnato, sappiamo in quale direzione dobbiamo camminare. Lo Spirito ci aiuta a vedere come dobbiamo agire per realizzare tutto questo nella vita concreta che viviamo. “Ma a noi Dio le ha rivelate per mezzo dello Spirito; lo Spirito infatti scruta ogni cosa, anche le profondità di Dio” (1 Cor 2,10).

Nel Vangelo di oggi Gesù ci mostra che dobbiamo realizzare tutta la potenzialità dei comandamenti di Dio, non solo fare il minimo necessario, ma tutto il possibile. Non si tratta solo di non uccidere, ma anche di non adirarci contro il nostro prossimo. Non si tratta solo di evitare l'adulterio, ma anche di non guardare una donna con desiderio. Non basta evitare la falsa testimonianza: bisogna evitare ogni giuramento e ogni calunnia. Come cristiani non siamo chiamati al minimalismo, ma a custodire e realizzare il Vangelo il più possibile, sì, il massimo possibile. In ogni ambito della vita siamo chiamati, seguendo Gesù, a rendere la verità di Dio visibile, udibile e percepibile.

È un compito entusiasmante quello che Gesù ha affidato a ogni cattolico della nostra diocesi. Ognuno di noi ha ricevuto il proprio piccolo angolo della realtà svedese in cui cercare di realizzare la buona notizia. Lo Spirito Santo può aiutarci a comprendere chiaramente ciò che possiamo fare. "Se tu vuoi, puoi osservare i comandamenti", dice il Siracide (15,15). Se lo vogliamo, proprio lì dove viviamo, possiamo cambiare l'atmosfera in meglio. Possiamo mostrare che non tolleriamo la calunnia, le parole razziste, l'odio e le bestemmie. Possiamo rendere più luminosa la vita degli anziani e dei malati, assicurandoci che non siano vittime di incuria o maltrattamenti. Possiamo dedicare il nostro tempo libero al sostegno di bambini e giovani vulnerabili invece di limitarci a giocare a golf o alla tombola. Possiamo destinare più denaro ad aiutare le madri sole anziché spenderlo in cosmetici o tabacco da fiuto. Se ci lasciamo davvero guidare dalla dolce brezza dello Spirito Santo, grandi cose possono accadere nel nostro piccolo mondo.

La Quaresima è il tempo della santa fantasia. Possiamo scoprire possibilità inaspettate per rafforzare la nostra vita spirituale. Allo stesso tempo possiamo impegnarci di più ad aiutare il prossimo nella sua necessità e difficoltà. Per questo è utile iniziare ogni giorno con una breve preghiera per ricevere la luce e l'ispirazione dello Spirito.

La Quaresima è il tempo della libertà spirituale. Possiamo essere liberati dalla tirannia dell'egoismo, dal pesante giogo dell'indifferenza globalizzata. Come figli amati dal Padre possiamo scoprire di essere stati liberati dalla tristezza del peccato. Una confessione pentita può donarci qualcosa che non si può comprare con il denaro.

La Quaresima è il tempo della riconciliazione e della pace. Possiamo riconciliarci con Dio e con il nostro prossimo, con i nostri limiti e le nostre debolezze. Impariamo che la semplicità e la moderazione donano più soddisfazione e pace di quanto possiamo immaginare.

La Quaresima è il tempo della santa povertà. Come Francesco possiamo trovare più gioia celeste nel condividere e donare che nell'accumulare e fare carriera nel settore immobiliare.

Che Dio vi benedica tutti e vi colmi di gioiosa gratitudine nell'essere stati scelti a seguire Gesù attraverso una vita santa nella sua sequela!

Che la Vergine Maria interceda per tutti voi e per il nostro mondo intero per la pace, la riconciliazione e la giustizia!

Stoccolma, Festa della Presentazione del Signore, 2.2.2026

+ Anders Arborelius ocd