

Riassunto: Il discorso del Papa mette in luce il ruolo della Chiesa, che deve riflettere e condurre a Dio, e il valore della Parola di Dio che la guida. Il digiuno, regolato dalle norme canoniche, è praticato il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì Santo. Gesù ha digiunato per 40 giorni nel deserto, ma durante il suo ministero pubblico ha scelto di non digiunare, enfatizzando la gioia piuttosto che il sacrificio. La preghiera interiore, come praticata da Gesù, è essenziale per la vera conversione e connessione con Dio. La genealogia di Adamo, soprattutto attraverso Set, sottolinea l'importanza della vita interiore e della preghiera dal profondo. Noè, discendente di Set, rappresenta il nuovo inizio e il linguaggio della verità.