

opusdei.org

# Meditazioni: Trasfigurazione

Riflessioni per meditare nella festa della Trasfigurazione. I temi proposti sono: La trasfigurazione, messaggio di speranza; Un anticipo del paradiso; Scendere dal Tabor rinnovati.

06/08/2023

La trasfigurazione, messaggio di speranza

Un anticipo del paradiso

## Scendere dal Tabor rinnovati

---

SEI GIORNI DOPO aver annunciato ai discepoli la sua morte e la sua risurrezione, il Signore prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni “e li condusse in disparte, su un alto monte. E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce” (Mt 17,1-2). Prima della passione “Gesù manifesta agli Apostoli la sua gloria, perché abbiano la forza di affrontare lo scandalo della croce, e comprendano che occorre passare attraverso molte tribolazioni per giungere al Regno di Dio”<sup>[1]</sup>.

L'evento della Trasfigurazione è pertanto un messaggio di speranza per i momenti della Croce. Le sofferenze, le piccole e grandi

contrarietà della quotidianità sono la porta che ci introduce ad accompagnare il Signore nella sua gloria: “Gesù: vederti, parlarti! Rimanere così, a contemplarti, inabissato nell’immensità della tua bellezza, senza interrompere mai, mai questa contemplazione!”<sup>[2]</sup>.

La vita è un cammino verso il cielo. E il Signore ha insegnato agli apostoli che in questo cammino la sofferenza non è solo una tappa inevitabile, un tributo amaro che è necessario pagare contro la propria volontà. Gesù stesso si è caricato della Croce e l’ha portata per amore sulle sue spalle. Egli ha donato se stesso perché ha voluto, e ci mostra così che l’autentico male non è tanto sperimentare una contrarietà, ma pensare che dobbiamo superarla da soli o pretendere di vivere come se la Croce non esistesse. “Non è forse vero che non appena smetti di aver paura della Croce, di ciò che la gente

chiama croce, quando applichi la tua volontà ad accettare la Volontà divina, sei felice, e scompaiono tutte le preoccupazioni, le sofferenze fisiche o morali?”<sup>[3]</sup>.

La speranza di contemplare Gesù nella sua gloria, come fecero gli apostoli nella Trasfigurazione, ci riempirà di fortezza per poter vedere il riflesso del suo volto nelle difficoltà di ogni giorno.

PIETRO, NEL VEDERE la gloria della Trasfigurazione, rivolse a Gesù delle parole piene di emozione: "Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia" (*Mt 17, 4*).

L'apostolo aveva sperimentato un anticipo del Paradiso, una felicità che andava molto al di là delle sue aspettative e delle sue esperienze. Per questo, forse come avrebbe fatto ognuno di noi, volle che quel momento durasse per sempre, che

non svanisse con la stessa velocità con cui era arrivato o con la rapidità con cui sparivano tanti altri momenti di gioia. Cristo però non lo permise: lui non l'aveva reso partecipe della gloria del cielo perché sfuggisse dalla realtà, ma perché avesse una guida, prima dei giorni oscuri della Passione. “La bellezza di Gesù non aliena i discepoli dalla realtà della vita, ma dà loro la forza di seguire Lui fino a Gerusalemme, fino alla croce. La bellezza di Cristo non è alienante, ti porta sempre avanti, non ti fa nascondere”<sup>[4]</sup>.

Anche noi possiamo sperimentare sulla terra alcune anticipazioni del paradiso, momenti nei quali sentiamo con una forza speciale la presenza di Gesù soprattutto nelle persone che amiamo. Nella nostra vita spirituale possiamo anche attraversare momenti di piacere affettivo: nell'amore matrimoniale, nella famiglia, nell'amicizia sincera o

nella passione per migliorare il nostro mondo, possiamo cominciare a pregustare parte del cento per uno che Dio ci ha promesso ed è normale che, come Pietro, vogliamo che queste circostanze si mantengano così per sempre o durino il più possibile. Tuttavia il Signore permette queste anticipazioni del cielo non per prolungarle a qualunque costo, ma perché ci siano di stimolo. Il ricordo di quei momenti ci darà infatti luce nei giorni di oscurità e ci guiderà a una felicità molto più duratura di quella della Trasfigurazione: la gloria della vita eterna. “Un grande Amore ti aspetta in Cielo: senza tradimenti, senza inganni: tutto l'Amore, tutta la bellezza, tutta la grandezza, tutta la scienza...! E senza stancare: ti sazierà senza saziarti”<sup>[5]</sup>

ALCUNE DELLE manifestazioni più importanti di Dio hanno avuto luogo sulla cima di una montagna. Questo

si può osservare in episodi come l'alleanza che Dio stabilì con Abramo sul monte Moria o la consegna a Mosè delle tavole della legge sul monte Sinai. La morte stessa di Gesù avvenne su un altro monte, il Calvario, e nella Trasfigurazione l'evangelista fa notare che gli apostoli dovettero salire sull'alto del Tabor (*Mt 17, 1*). “L'ascesa dei discepoli verso il monte Tabor ci induce a riflettere sull'importanza di staccarci dalle cose mondane, per compiere un cammino verso l'alto e contemplare Gesù. Si tratta di disporci all'ascolto attento e orante del Cristo, il Figlio amato del Padre, ricercando momenti di preghiera che permettono l'accoglienza docile e gioiosa della Parola di Dio”<sup>[6]</sup>.

In questi tempi di riposo abbiamo un'occasione per staccarci dal ritmo della quotidianità e ascoltare la voce di Gesù. Con il corpo e lo spirito rinnovati possiamo approfondire la

nostra relazione con Dio e con gli altri: pregare con più calma e serenità, leggere il Vangelo, passare più tempo con la nostra famiglia e i nostri amici... Dopo potremo scendere dal monte “ricaricati della forza dello Spirito divino, per decidere nuovi passi di conversione e per testimoniare costantemente la carità, come legge di vita quotidiana. Trasformati dalla presenza di Cristo e dall’ardore della sua parola, saremo segno concreto dell’amore vivificante di Dio per tutti i nostri fratelli”<sup>[7]</sup>.

San Josemaría considerava che il vero riposo non è evasione, né tempo dedicato esclusivamente all'ozio, ma distogliersi dagli impegni quotidiani per “rigenerare le forze, gli ideali, i progetti... In poche parole: cambiare occupazione, per ritornare poi — con nuovo brio — al lavoro consueto”<sup>[8]</sup>. Possiamo chiedere a Maria che ci aiuti a vivere questi momenti di



riposo, che siano prolungati in un periodo di vacanza oppure brevi nell'arco della giornata, con il desiderio di contemplare Gesù, come fecero gli apostoli nella Trasfigurazione.

[1] Benedetto XVI, *Angelus*, 17-II-2008.

[2] San Josemaría, *Santo Rosario*, IV mistero luminoso.

[3] San Josemaría, *Via Crucis*, II stazione.

[4] Francesco, *Angelus*, 5-III-2023.

[5] San Josemaría, *Forgia*, n. 995.

[6] Francesco, *Angelus*, 6-VIII-2017.

[7] *Ibidem*.

[8] San Josemaría, *Solco*, n. 514.

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-it/article/meditazioni-  
trasfigurazione/](https://opusdei.org/it-it/article/meditazioni-trasfigurazione/) (26/03/2025)