opusdei.org

Sguardi

Guardare gli altri, guardare Cristo, essere guardati… In questo articolo si spiega che contemplare – soprattutto la contemplazione di Dio – significa saper vedere, avere lo sguardo limpido che rende più bella la vita.

27/09/2011

La vita cristiana è un continuo cercare Gesù e seguirlo, sapendo che chi ha visto Lui ha visto il Padre[1]; ma consiste anche nel lasciarsi guardare da Lui. Il Signore è rimasto

nella sua Chiesa e si aspetta che lo guardiamo. Nella liturgia eucaristica il pane e il vino vengono elevati dopo la consacrazione perché i fedeli possano guardare Lui. Ogni giorno facciamo in modo di incontrarlo nel Santissimo Sacramento, dove è realmente presente, ***con la sua Carne e con il suo Sangue, con la sua Anima e con la sua Divinità***[2]; e nelle pagine del Vangelo che raccontano il suo passaggio fra gli uomini.

Come sarà stato lo sguardo gioioso di Gesù!: lo stesso che avrà brillato negli occhi di sua Madre, che non può contenere la propria allegrezza - «Magnificat anima mea Dominum!» - e la sua anima glorifica il Signore, da quando lo porta dentro di sé e al suo fianco. Oh!, Madre!: sia la nostra, come la tua, l'allegria di stare con Lui e di avere Lui[3].

Lo sguardo di Dio«*Se cerchiamo l'inizio di questo sguardo, occorre che torniamo indietro al Libro della Genesi, a quello sguardo in cui, dopo la creazione dell'uomo maschio e femmina, Dio vide che era cosa molto buona. Questo primissimo sguardo del Creatore si rispecchia nello sguardo di Cristo*»[4].

Il Verbo incarnato ci contempla con occhi e volto umani. Nello sguardo di Cristo troviamo la fonte della nostra gioia, l'amore incondizionato, la pace che dona il saperci amati. Non solo, ma nei suoi occhi vediamo la nostra immagine autentica, conosciamo la nostra vera identità. Siamo frutto dell'amore di Dio, esistiamo perché Dio ci ama, e siamo destinati a vederlo un giorno faccia a faccia, vivendo la sua stessa vita. Vuole farci suoi completamente, fino al punto da essere una cosa sola con il Figlio, come il Figlio è una cosa sola con il Padre[5].

«Vi auguro di sperimentare uno sguardo così! – diceva Giovanni Paolo II nel 1985 – Vi auguro di sperimentare la verità che Egli, il Cristo, vi guarda con amore! [...]. Si può anche dire che in questo "sguardo amorevole" di Cristo sia contenuto quasi il riassunto e la sintesi di tutta la Buona Novella»[6].

Gesù guarda ogni uomo e l'umanità intera; si muove a compassione delle folle, ma non le contempla come se fossero una massa anonima; a tutti chiede amore, a ciascuno lo chiede. Fissa i propri occhi sul giovane ricco, perplesso sulla possibilità di donarsi; su Pietro, dopo il tradimento; sulla donna anziana, povera e generosa, che deposita l'elemosina nel tempio pensando che nessuno la osservi. Gesù posa il suo sguardo su ciascuno di noi.

Lo sguardo di Cristo invita a donarsi, perché Egli si dà totalmente e ci

vuole accanto a sé; ci insegna a levare lo sguardo verso le cose grandi, liberi da ogni legame terreno: **Una cosa sola ti manca: va', vendi quello che hai e dallo ai poveri e avrai un tesoro in cielo; poi vieni e seguimi**[7], chiede al giovane ricco.

Se osassimo guardare il Redentore, sentiremmo il dolore dei nostri peccati e la necessità di convertirci, di fare penitenza e di fare apostolato. Quando Pietro, dopo averlo rinnegato, incrociò lo sguardo del Signore, si rese conto di ciò che aveva fatto: **e uscito, pianse amaramente**[8]. Quel dolore si trasformò poi in audacia apostolica, nella decisione di non nascondere oltre il Nome di Gesù Cristo e in giubilo anche nei casi di difficoltà nell'apostolato: **Se ne andarono dal Sinedrio lieti di essere stati oltraggiati per amore del nome di Gesù**[9].

I suoi occhi restituiscono la pace e il coraggio, anche quando noi ci rivolgiamo a Lui con timidezza, come quella donna malata che voleva toccare soltanto il suo mantello: **Gesù, voltatosi, la vide e disse: Coraggio, figliola, la tua fede ti ha guarita. E in quell'istante la donna guarì**[10].

Signore mio e Dio mio, credo fermamente che sei qui, che mi vedi, che mi ascolti. Con queste parole san Josemaría cominciava i suoi quotidiani periodi di orazione. Per fare orazione, è importante guardarlo e sapere che ci guarda. In cielo lo contempleremo eternamente e senza veli; però possiamo scoprirlo anche su questa terra, nella vita ordinaria: nel lavoro, in casa, negli altri, e specialmente in coloro che soffrono. Per alimentare tale chiarezza, ripetiamo con fede davanti al Tabernacolo: credo fermamente che mi vedi sempre. E

quando ci sentiamo ciechi, incapaci di vederlo accanto a noi, chiediamogli umilmente: *ut videam!*, fa' ch'io veda, Signore!

Lo sguardo di Maria

«*La contemplazione di Cristo ha in Maria il suo modello insuperabile [...]. Alla contemplazione del volto di Cristo nessuno si è dedicato con altrettanta assiduità di Maria [...]. Il suo sguardo, sempre ricco di adorante stupore, non si staccherà più da Lui. Sarà talora uno sguardo interrogativo, come nell'episodio dello smarrimento nel tempio: "Figlio, perché ci hai fatto così?" (Lc 2, 48); sarà in ogni caso uno sguardo penetrante, capace di leggere nell'intimo di Gesù, fino a percepirne i sentimenti nascosti e a indovinarne le scelte, come a Cana (cfr. Gv 2, 5); altre volte sarà uno sguardo addolorato, soprattutto sotto la croce, dove sarà ancora, in certo senso, lo sguardo*

della “partoriente”, giacché Maria non si limiterà a condividere la passione e la morte dell’Unigenito, ma accoglierà il nuovo figlio a lei consegnato nel discepolo prediletto (cfr. Gv 19, 26-27); nel mattino di Pasqua sarà uno sguardo radioso per la gioia della risurrezione e, infine, uno sguardo ardente per l’effusione dello Spirito nel giorno di Pentecoste (cfr. At 1, 14)»[11].

Nella vita si succedono gioie e dolori, speranze e delusioni, piaceri e amarezze; il Signore si aspetta che lo cerchiamo in ogni circostanza esterna e interiore. Impariamo da Maria a guardarlo con uno sguardo interrogativo, addolorato, ardente o radioso; sempre colmo di fiducia. Impariamo da Lei, servendoci anche delle immagini della Madonna che accompagnano la nostra vita. La consuetudine di cercare e guardare queste immagini, e l’amore con cui lo facciamo, prepareranno l’incontro

con il Figlio, *frutto benedetto del suo ventre*. Cerchiamo il volto di Gesù, guidati da sua Madre: il volto di bambino a Betlemme, ferito sul Calvario, glorioso dopo la Risurrezione. Questa ricerca è in realtà la ricerca del volto di Dio, che porta a orientare l'intera esistenza all'incontro con Gesù.

«*Contemplando questo volto ci apriamo ad accogliere il mistero della vita trinitaria, per sperimentare sempre nuovamente l'amore del Padre e godere della gioia dello Spirito Santo. Si realizza così anche per noi la parola di san Paolo: "***Riflettendo come in uno specchio la gloria del Signore, veniamo trasformati in quella medesima immagine, di gloria in gloria, secondo l'azione dello Spirito del Signore***" (2 Cor 3, 18)*»[12]. Il cristiano ha l'appassionante compito di riflettere Cristo, per mostrare lo sguardo che Dio indirizza a ogni persona, come

hanno fatto i santi. Nell'adorare il Signore nella Santa Eucaristia, per esempio durante le benedizioni con il Santissimo, vediamo Colui che abbiamo trafitto, pieno di sangue e di ferite, e scopriamo il mistero dell'amore di Dio, il vero volto di Dio[13].

Lo sguardo non è soltanto un atto fisico; è un'azione umana che esprime le disposizioni del cuore. San Josemaría incoraggiava a contemplare gli altri con le pupille dilatate dall'amore, perché saper guardare vuol dire saper amare. È vero, vi sono sguardi d'amore e di indifferenza; sguardi che mostrano un'apertura e una disponibilità a comprendere, accogliere e servire; ma vi sono anche sguardi possessivi, accecati dall'egoismo. ***Noi vogliamo guardare con occhi limpidi, animati dalla predicazione del Maestro: beati i puri di cuore, perché vedranno Dio***[14].

Dobbiamo impegnarci a esercitare le virtù, ben sapendo che dobbiamo lottare per santificare tutti gli aspetti della nostra esistenza, compresa la vista e gli altri sensi. Gli occhi non sono solamente una *finestra* dalla quale vediamo il mondo e da dove *entrano* le immagini, ma è un canale attraverso il quale esprimiamo le disposizioni, da dove *escono* i nostri desideri. La carità, la compassione, la purezza di cuore, la povertà di spirito e la disponibilità a servire si manifestano attraverso gli occhi.

Lo zelo apostolico comincia dalla scoperta delle necessità degli altri: la vulnerabilità, i legami che soffocano la libertà, la confusione… Ci metteremo nei panni del prossimo se siamo disposti a farci prossimo noi stessi[15]: a dimenticare gli altri interessi meno nobili, a uscire dal vortice delle preoccupazioni personali per fermarci, come il buon samaritano, spendere tempo e

interessarci dei problemi e delle preoccupazioni degli altri. È necessario aprire bene gli occhi per individuare e colmare la povertà spirituale di quelli che ci stanno accanto.

Lo zelo apostolico del cristiano induce a non voltare le spalle ai problemi e alle necessità di tutti gli uomini: lo sguardo dell'apostolo conferma il valore di ogni uomo, considerato in se stesso e non nella misura in cui soddisfa il nostro interesse personale. La verità morale, come verità del valore irripetibile della persona, fatta a immagine di Dio, è colma di esigenze per la libertà[16].

Invece, il desiderio impuro, il desiderio di possedere o la curiosità morbosa, che crescono se non educhiamo lo sguardo, finiscono per turbare il cuore. Custodiamo la vista per Dio e per gli altri. Respingiamo le

immagini che ci separano da Lui perché alimentano l'uomo vecchio, dallo sguardo triste ed egoista.

Imparare a guardare

Educare lo sguardo è una lotta importante, che influisce sull'apertura e la qualità del nostro mondo interiore. Si tratta di scoprire Dio in ogni cosa e di rifuggire da tutto ciò che può allontanarci da Lui.

Imparare a guardare, dunque, è un esercizio di contemplazione: se ci abituiamo a contemplare le cose più belle ed elevate, lo sguardo sentirà una ripugnanza per tutto ciò che è basso e sudicio. Chi contempla assiduamente il Signore, nell'Eucaristia e nelle pagine del Vangelo, impara a scoprirlo anche in tutto il resto, nelle bellezze della natura o delle opere d'arte. Gode di più delle cose buone e acquista la sensibilità di respingere ciò che intorbida.

Nello stesso tempo, dato che la vita su questa terra è una lotta, siamo sempre esposti a ritornare il fango da cui siamo stati fatti. Imparare a guardare vuol dire anche imparare a non guardare. *Non conviene guardare ciò che non è lecito desiderare*[17].

Le offese a Dio si presentano ai nostri occhi in modi diversi: certe volte ci ripugnano umanamente e nasce in noi sincero e naturale il rifiuto, ad esempio, delle cose violente; altre volte il male prende la forma della tentazione e si presenta con l'attrattiva della carne, dell'egoismo o del lusso.

In ogni caso, si può sempre trasformare l'atteggiamento difensivo in atteggiamento costruttivo, con il valore redentivo degli atti di riparazione. Riparare significa considerare tali realtà come una offesa arrecata a Dio. Non

soltanto come una cosa sgradevole, che ci dà fastidio; né soltanto come una tentazione, che respingiamo: ma soprattutto in quanto offendono Dio.

Quando Gesù dice che **chiunque guarda una donna per desiderarla, ha già commesso adulterio con lei nel suo cuore**[18], fa capire chiaramente che il disordine nello sguardo non consiste tanto nel cattivo uso di un senso esterno, ma piuttosto che si muove a un livello più profondo: questo desiderio mostra una visione erronea della persona, che non è più vista come degna di rispetto, come figlia di Dio. Lo sguardo che ho fissato sull'altro decide della mia umanità[19].

Se guardiamo gli altri con occhi limpidi, con rispetto, scopriremo in essi la nostra dignità personale di figli di Dio, ci sentiremo sempre figli di Dio Padre. Se, invece, la vista s'intorbida, si deforma anche la

nostra immagine interiore. «*Come posso accettare o ridurre l'altro a una cosa da usare o distruggere, nello stesso modo devo accettare le conseguenze del mio modo di guardare, conseguenze che si ripercuotono in me*»[20]. Lo sguardo è decisivo; come uno guarda si sente guardato, perché come uno ama si sente amato.

San Josemaría ci ha insegnato a dirigere il cuore – con una giaculatoria, un bacio, un inchino della testa o una occhiata – verso le croci, senza dimenticare di salutare, almeno con uno sguardo, le immagini della Madonna. Piccoli gesti che ci aiutano a vivere da contemplativi, con la speranza di vedere un giorno il volto di Dio, faccia a faccia.

Vultum tuum, Domine, requiram (Sal 26, 8), ***il tuo volto, Signore, io cerco. Mi riempie di speranza chiudere gli occhi e pensare che giungerà il momento, quando Dio vorrà, in cui potrò vederlo non come in uno specchio, in maniera confusa… ma faccia a faccia (1 Cor 13, 12). Sì, l'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente: quando verrò e vedrò il volto di Dio? (Sal 41, 3)***[21].

Queste parole di san Josemaría descrivono il profondo anelito del cristiano, che si muove ancora fra le tenebre, ma anela di tutto cuore la chiarezza della luce di Dio, ragione della sua speranza.

C. Ruiz / M. de Sandoval

---

[1]Cfr. Gv 14, 7.

[2]San Josemaría, Solco, n. 684.

[3]San Josemaría, Solco, n. 95.

[4]Giovanni Paolo II, Lettera ai giovani nell'Anno Internazionale della Gioventù, 31-III-1985, n. 7.

[5]Cfr. Gv 17, 21.

[6]Giovanni Paolo II, Lettera ai giovani nell'Anno Internazionale della Gioventù, 31-III-1985, n. 7.

[7]Mc 10, 21.

[8]Lc 22, 62.

[9]At 5, 41-42.

[10]Mt 9, 22.

[11]Giovanni Paolo II, Lettera apostolica Rosarium Virginis Mariae, 16-X-2002, n. 10.

[12]Ibid., n. 9.

[13]Cfr. J. Ratzinger, Intervento al Congresso “Il volto nascosto e trasfigurato di Cristo”, Roma, 20-X-2001.

[14]San Josemaría, Amici di Dio, n. 175; Mt 5,8.

[15]Cfr. J. Ratzinger, L’Europa di Benedetto nella crisi delle culture, p. 84; cfr. Lc 10, 29-37.

[16]Cfr. ibid., p. 81-82.

[17]San Gregorio Magno, *Moralia*, 21, 2, 4.

[18]Mt 5, 28.

[19]Cfr. J. Ratzinger, L’Europa di Benedetto nella crisi delle culture, pp. 81-91.

[20]Ibid., pp. 86-87.

[21]San Josemaría, Il Santo Rosario, Appendice, IV mistero luminoso.

pdf | documento generato automaticamente da https://opusdei.org/it-it/article/sguardi/ (15/12/2025)