

# **Meditazioni: Venerdì della 14<sup>a</sup> settimana del Tempo Ordinario**

Riflessioni per meditare nel venerdì della quattordicesima settimana del Tempo Ordinario. I temi proposti sono: Dio agisce con semplicità; Il rifugio dello sguardo divino; Amare qui e ora.

- Dio agisce con semplicità
- Il rifugio dello sguardo divino
- Amare qui e ora

## Dio agisce con semplicità

Gesù conosceva profondamente gli apostoli; con loro aveva passato lunghe ore parlando, camminando e pregando. Era consapevole degli entusiasmi e delle paure che albergavano nei loro cuori. Anche se qualcuno voleva simulare davanti a lui un modo di essere che non corrispondeva alla sua personalità, Gesù sapeva quali erano le virtù e i difetti di ciascuno. Forse per questo, quando li inviò a predicare, li invitò a compiere la loro missione evitando certe strategie complesse e il desiderio di fare bella figura. Per poter arrivare a Gesù, i cuori degli altri dovevano essere «semplici come le colombe» (*Mt 10, 16*).

Eppure a volte può succedere che la nostra stessa relazione con Dio sia piuttosto complessa. Crediamo di non riuscire a scoprire quello che egli vuole da noi, oppure ci sentiamo

un po' inconsistenti quando cerchiamo di parlare con lui. Malgrado che ci sforziamo di concentrarci sulle vicende della giornata o di individuare i sentimenti che riempiono il nostro cuore, abbiamo l'impressione di non riuscire a sintonizzarci con il Signore. Vorremmo allora che la preghiera fosse più semplice e i nostri ragionamenti più diretti. Aneliamo di possedere quella semplicità che è capace di illuminare la mente e di rendere l'anima più leggera.

In ogni caso è bene ricordare che la complicazione non viene da Dio. Da quando il diavolo tentò Adamo ed Eva, continua a cercare di farci avere una lettura deformata della realtà: gioca con i nostri timori per angosciarci riguardo al futuro o per fare in modo che immaginiamo intenzioni nascoste nelle parole e nelle azioni degli altri. Questa è una

sua trappola, che ci rende più difficile percepire dove sta il bene. Però Gesù ci ha mostrato che la vita cristiana è molto più semplice di quello che a volte immaginiamo. Pensiamo che sia necessario fare ragionamenti complicati per scoprire la sua volontà, quando in realtà si presenta nelle cose ordinarie della vita. «Lui agisce sempre nella semplicità: nella semplicità della casa di Nazaret, nella semplicità del lavoro di tutti i giorni, nella semplicità della preghiera»<sup>[1]</sup>.

---

## **Il rifugio dello sguardo divino**

Cercare di entrare nello sguardo di Dio attraverso la preghiera ci aiuterà a vedere il mondo e noi stessi con occhi sempre più semplici. Sapere che Egli ci guarda ci dà sicurezza: ci rendiamo conto che Dio ci ama nella

nostra verità, nel bene del quale siamo capaci qui e ora, e che tutto il resto ha un'importanza relativa. Al di fuori di questo sguardo, invece, sentiamo la necessità di nascondere la nostra fragilità o di sembrare quello che non siamo. Chi si rifugia in questo sguardo d'amore, chi trova in Dio il suo fondamento, gode della serenità dei semplici, perché non dipende dalle tante circostanze che, alla fin fine, sfuggono al suo controllo o che comunque non possiamo cambiare. «Siamo dalla verità – dice san Giovanni – e davanti a lui rassicureremo il nostro cuore» (1 Gv 3, 19).

San Josemaría riassumeva in due parole i motivi che ha un cristiano per fare orazione: «conoscerlo e conoscerti»<sup>[2]</sup>. Infatti, i nostri tratti di conversazione con Dio sono il momento adeguato per ottenere quella visione serena dei problemi e di noi stessi, perché il groviglio dei

nostri pensieri si possa disfare con la grazia divina. Su questa strada ci aiuteranno anche gli orientamenti che possiamo ricevere dagli aiuti spirituali o dai mezzi di formazione. Confidare in qualcuno che ci conosce può servirci per semplificare la realtà e per non dare importanza a quella voce interiore che spesso si impegna a distorcere i nostri pensieri.

San Josemaría faceva notare che un aspetto della formazione cristiana che si dà nell'Opus Dei è proprio la semplicità: «La nostra ascetica ha la semplicità del vangelo. La complicheremmo se fossimo complicati, se lasciassimo il cuore al buio»<sup>[3]</sup>. La formazione ci porta, generalmente, ad accettarci così come ci ha fatto Dio. Così comprendiamo il bene concreto che possiamo fare oggi e ora, senza pensare che abbiamo bisogno di una realtà differente per essere santi.

---

## Amare qui e ora

La difficoltà per essere semplice e abbandonarsi nelle mani di Dio può avere varie cause legate al nostro modo di essere: il perfezionismo, che porta alla frustrazione perché non si raggiungono gli obiettivi programmati e alla paralisi per paura di sbagliare; il sentimentalismo, che si guida soprattutto con la prima e superficiale risonanza che qualcosa genera nel nostro intimo; il volontarismo, che riflette poco e trova soddisfazione in un semplice compimento... Inoltre, il ritmo del lavoro non sempre favorisce la situazione: le decisioni che siamo costretti a prendere aumentano; non sempre le priorità si presentano con una netta chiarezza; la competitività sociale a volte introduce delle ambizioni che finiscono col pesare

nell'anima... Vorremmo vivere una vita semplice, ma sembra che la realtà sia troppo complicata per potercelo permettere.

Davanti a questo panorama san Josemaría ci invita a occuparci del presente, che è il tempo opportuno della nostra santità. In fin dei conti, l'adesso è l'unico tempo nel quale possiamo ricevere la grazia di Dio: «Comportati bene “adesso”, senza ricordarti di “ieri” che è già passato, e senza preoccuparti di “domani”, che non sai se per te arriverà»<sup>[4]</sup>. Infatti, il passato o il futuro alla fine possono diventare dei pesi che ci impediscono di vedere con chiarezza la volontà del Signore. Egli stesso ci dice: «Non preoccupatevi del domani, perché il domani si occuperà di se stesso. A ciascun giorno basta la sua pena» (*Mt 6, 34*).

Concentrarci su una attività, senza soffermarci eccessivamente a



valutare che cosa penseranno gli altri o quali effetti avrà nella nostra vita, ci aiuterà a concentrare la volontà e a trarre profitto dai propri talenti. Non c'è dubbio che sia necessario anche soppesare le vicende vissute e fare progetti per il futuro, ma questo non deve impedire che, dando la mano a Dio, ci concentriamo nell'amare qui e ora, perché l'amore lo possiamo dare e ricevere solo in questo istante. La Vergine Maria, che si abbandonò con semplicità ai progetti di Dio, ci potrà aiutare a vivere ogni momento come l'istante preciso per amare Dio e gli altri.

---

[1] Papa Francesco, *Omelia*, 16-III-2020.

[2] San Josemaría, *Cammino*, n. 91.

[3] Cfr. Cuadernos 3, p. 149 (AGP, biblioteca, P07).

[4] San Josemaría, *Cammino*, n. 253.

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-it/meditation/  
meditazioni-venerdi-14a-settimana-  
tempo-ordinario/](https://opusdei.org/it-it/meditation/meditazioni-venerdi-14a-settimana-tempo-ordinario/) (06/02/2026)