

## CAMBIARE SGUARDO X CONOSCERE

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.  
Amen.

Pregghiera allo Spirito

*Vieni, o Spirito Santo,  
e da' a noi un cuore nuovo,  
che rinvigorisca in noi tutti  
i doni da te ricevuti  
con la gioia di essere Cristiani,  
un cuore nuovo  
sempre giovane e lieto.*

*Vieni, o Spirito Santo,  
e da' a noi un cuore puro,  
allenato ad amare Dio,  
un cuore puro,  
che non conosca il male  
se non per definirlo,  
per combatterlo e per fuggirlo;  
un cuore puro,  
come quello di un fanciullo,  
capace di entusiasmarsi  
e di trepidare.*

*Vieni, o Spirito Santo,  
e da' a noi un cuore grande,  
aperto alla tua silenziosa  
e potente parola ispiratrice,  
e chiuso ad ogni meschina ambizione,  
un cuore grande e forte ad amare tutti,  
a tutti servire, con tutti soffrire;  
un cuore grande, forte,  
solo beato di palpitare col cuore di Dio.*

*Paolo VI*

“Cambiare sguardo x conoscere”. Sostiamo sul Vangelo della seconda domenica di Quaresima. Il Vangelo della trasfigurazione di Gesù. Cosa significa “*trasfigurazione*”? Letteralmente significa cambiamento, trasformazione. È la prima volta che Gesù si presenta ad alcuni discepoli non solo come uomo ma come Dio. Gesù si trasfigura ma con lui anche i discepoli fanno esperienza della trasfigurazione perché vengono toccati e coinvolti nelle loro dimensioni più umane: i sensi. Da quel momento sono chiamati a vivere la loro relazione con Gesù e le situazioni quotidiane in maniera nuova.

È possibile anche per noi, in questo tempo di preghiera, imparare che, attraverso i nostri sensi, possiamo avere uno sguardo più profondo su di noi e sugli altri.

*Ant. Ti cerco, Signore, mia speranza, mia forza e giustizia,  
buon Pastore, mia guida e salvezza, mio Signore e mio Dio.*

### **Salmo 26**

*Il Signore è mia luce e mia salvezza,  
di chi avrò paura?  
Il Signore è difesa della mia vita,  
di chi avrò timore?*

*Una cosa ho chiesto al Signore,  
questa sola io cerco:  
abitare nella casa del Signore  
tutti i giorni della mia vita,  
per gustare la dolcezza del Signore  
ed ammirare il suo santuario.*

*Ascolta, Signore, la mia voce.  
Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.  
Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;  
il tuo volto, Signore, io cerco.*

*Non nascondermi il tuo volto,  
non respingere con ira il tuo servo.  
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,  
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.*

*Mostrami, Signore, la tua via,  
guidami sul retto cammino.*

*Sono certo di contemplare la bontà del Signore  
nella terra dei viventi.  
Spera nel Signore, sii forte,  
si rinfranchi il tuo cuore e spera nel Signore.*

**Ant.** *Ti cerco, Signore, mia speranza, mia forza e giustizia,  
buon Pastore, mia guida e salvezza, mio Signore e mio Dio.*

### *Dal Vangelo secondo Matteo*

*Mt 17,1-9*

*Sei giorni dopo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni  
suo fratello 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. Ed ecco,  
apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui.*

*Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per  
noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una  
per Mosè e una per Elia».*

*Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì  
con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva:  
«Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio  
compiacimento. Ascoltatelo».*

*All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono  
presi da grande timore.*

*Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non  
temete».*

*Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo.  
Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate  
a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non  
sia risorto dai morti».*

*Silenzio*

## Ascoltare

Leggiamo un commento a questo Vangelo, che ci può aiutare ad ascoltare in modo più profondo il Vangelo.

Concentriamoci su quello che leggeremo. Al termine possiamo sottolineare una parola, frase, pensiero che ci ha maggiormente colpiti o qualcosa di nuovo che abbiamo scoperto su Gesù.

### Commento al Vangelo

Certo che erano tosti i discepoli di Gesù. Da giorni che tentava di dire loro come si sarebbe conclusa la sua storia ed ecco Pietro, uomo generoso, focoso e spontaneo come sempre, che non era riuscito a stare sulla lunghezza d'onda del Maestro e si era preso una risposta che aveva il sapore di una sberla: Gesù lo aveva chiamato con il nome del tentatore e lo aveva rimandato indietro, "dietro a me devi stare, non davanti, a dire la potenza del mondo". Sì, proprio lui che era stato chiamato la Pietra.

Si era allontanato, Pietro, con gli occhi bassi, imbarazzato di fronte agli altri, senza capire niente. Aveva deluso Gesù... Chi se lo sarebbe aspettato che dopo qualche giorno avrebbe invitato proprio lui, insieme a Giacomo e Giovanni, i due fratelli, ad andare insieme, lontano dal chiacchiericcio della folla a volte un po' invadente, sul monte, in disparte, come faceva quando voleva pregare il Padre?

"Proprio io, proprio noi! E' un privilegio, noi, soli con lui".

Sorprende sempre Gesù, quando non te l'aspetti lui ti raggiunge con un amore che supera ogni aspettativa, recuperando quella fiducia che sembrava ormai perduta dopo che pensavamo di averlo deluso.

Lassù era successo qualcosa di magnifico, indicibile con parole umane. Cosa potevano dire i tre amici se non una semplice parola: "E' bello per noi stare qui!" come a voler fermare quel momento speciale.

Come comportarsi? Sembravano mancare le istruzioni d'uso per comprendere quello che stava avvenendo: Gesù... non era più lui! Era qualcosa di più, sempre più in là di quello che si poteva pensare. La luce che accecava gli occhi e la mente, da non poter guardare, come Mosè quando parlava con Dio sul monte.

Si sarebbe voluto trattenere tanta bellezza. E Pietro l'aveva pensato: voleva contenere Dio dentro una capanna! Ma perché tutto avveniva davanti a loro e non riuscivano a capire?

Pietro, Giacomo, Giovanni, Francesco, Giulia ... non temere di uscire dagli standard, dalla pigrizia, dal non sentirsi degni, all'altezza, per pensare in grande. Se giudichi solo in base a ciò che conosci già, tutto ciò che non rientra nei tuoi schemi o lo rifiuti o ti provoca timore e turbamento.

Era proprio Gesù che si era avvicinato ai suoi e li aveva assicurati: alzatevi, non temete di apparire indegni, ingenui, folli al mondo, alzatevi, cambiate vita.

Una parola! Fosse così automatico! Ci deve essere una chiave di volta: Ascoltatelo! Ecco il principio del cambiamento. Contemplate: guardate la risurrezione davanti a voi, qui per un momento, poi sarà per sempre.

Pietro, ti sei sentito piccolo vicino a tanta grandezza, vero? Eppure Gesù ha detto: non temete.

Ma abbiamo bisogno di sentircelo dire, perché temiamo invece, ci ritiriamo, ci nascondiamo, sotto il freno della paura di non farcela o la vergogna di non riuscire a capire.

E Gesù in un momento rivela tutto: la lente d'ingrandimento per cambiare sguardo è la croce, sulla quale si posano le sofferenze umane, già portate in braccio da lui. Tra le crepe di quel legno passano fasci di luce che ci lasciano intravedere la Risurrezione, la vita eterna, che diventa più vicina.

Dove sei Gesù ora? Ti consegna in questo Pane e ci stai facendo la stessa proposta fatta ai discepoli: venite con me. Fatti guardare, bello come sei, oltre ogni aspettativa e andremo dove vuoi, nel

mondo con occhi nuovi, a dire che tu ti sei fatto vicino e tieni in serbo per ognuno il dono della vita per sempre con te.

*Proviamo ora a metterci di fronte a Gesù con uno sguardo nuovo su di Lui e sulla nostra vita. Stiamo davanti a Gesù, lo ascoltiamo, gustiamo questo momento, ci lasciamo toccare. In questo tempo ci lasciamo guidare da alcune domande che ci aiutano a capire cosa il Vangelo che abbiamo letto dice alla nostra vita.*

## Vedere

Pensiamo alle persone che incontriamo nelle nostre giornate... a quelle persone che ci sembra di conoscere ma se ci pensiamo bene le conosciamo "fin là". È possibile guardarle con occhi diversi? Come e cosa potremmo fare?

---

---

---

---

---

## Gustare

Come sto davanti a Gesù in questo momento?  
Pensa a un'occasione in cui hai riconosciuto e gustato la Sua presenza nella tua vita.

---

---

---

---

---

## *Lasciarsi toccare*

Ognuno di noi si può scrivere su un foglietto da portare con sé una particolare situazione che riguarda il mondo (es. paesi in guerra, profughi in Siria, ammalati, persone senza lavoro...). Il Signore ci tocca attraverso questa situazione... siamo chiamati a "lasciarci toccare" da essa.

### *Padre nostro*

Preghiamo

Padre, che ci incoraggi ad ascoltare il Tuo Figlio amato, nutri la nostra fede con la tua parola, affinché, con uno sguardo nuovo, possiamo gustare la gioia della Tua presenza. Tu che vivi e regni ora e nei secoli dei secoli.

Amen.

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

Amen.