

## NON GIUDICATE E NON SARETE GIUDICATI

2 febbraio 2019

### Introduzione:

“Non giudicate e non sarete giudicati”: Ci può sembrare un comando quasi impossibile da seguire: come facciamo a non giudicare? Soprattutto, come facciamo a non giudicare *in famiglia*? In famiglia ci conosciamo troppo bene: non possiamo conformarci con delle scuse che a volte servono per chi ci è lontano. La “soppressione del giudizio” per i crimini degli sconosciuti funziona più facilmente che per l’offesa -anche piccola- di mio marito o figlio, perché in questo ultimo caso “io so benissimo perché lo fa”. E poi capita un’altra cosa: i peccati, le mancanze o i limiti della nostra famiglia, ci fanno più male dei limiti, le mancanze o peccati degli altri. Ci deludono di più, ci feriscono di più.

Credo che ci troviamo ad una delle frasi più conosciute del Vangelo, ma forse meno capita. Molto spesso la si intende come se fosse l’altro verso della Legge del Taglione: alla pari *dell’occhio per occhio e dente per dente*, se io giudico sarò pure giudicato. E siccome io so benissimo che ho delle cose brutte sul mio conto, mi conviene smettere di giudicare. Ma questo è leggere il Vangelo con una mentalità estranea alla novità del Nuovo Testamento. Non possiamo capire questo invito se non a la luce di Gesù Cristo: Volto della misericordia del Padre, ricco in misericordia<sup>1</sup>.

Questa sera, tenderemo di ascoltare questa frase con orecchi nuovi. Vogliamo capire cosa significa veramente, e vogliamo scoprire la sua bellezza e forza liberatrice. Chiediamo aiuto allo Spirito Santo, perché sia Lui a spiegarci le Scritture. Per preparare questo incontro mi sono ispirata ad alcuni brani di 3 testi di Papa Francesco: la bolla *Misericordiae Vultus*, l’esortazione post-sinodale *Amoris Laetitia*, e l’esortazione apostolica *Gaudete et Exultate*. Queste sono le fonti della riflessione che oggi vi propongo, che seguirà uno schema molto semplice: 1) uno sguardo al proprio cuore; 2) uno sguardo al Padre; 2) Uno sguardo agli altri.

### Uno sguardo al proprio cuore

Se guardiamo bene il nostro cuore, scopriamo che “non giudicate e non sarete giudicati” è, prima che una legge morale, una *legge psicologica: una legge del cuore*. Che significa questo? Che se guardo in modo giudicante il mio prossimo è perché guardo in quello stesso modo me stesso. Guardiamo gli altri come guardiamo noi: giudico gli altri come giudico me. Carichiamo gli altri i fardelli che carichiamo noi *in primis*. Tentiamo di capire un po’ meglio questo.

Prima, diciamo cosa non è “non giudicare”. Quando il Vangelo ci invita a “non giudicare”, non ci sta invitando ad abbandonare ogni senso critico. In tanti momenti dobbiamo farci un giudizio sulle persone, prima per esempio di una scelta importante: accetto o meno questa *babysitter*?; mi trovo davanti ad una persona affidabile?; mio figlio è pronto per prendersi questa responsabilità?...

---

<sup>1</sup> FRANCESCO, *Misericordiae Vultus*, 1-2

Tutte queste decisioni chiedono valutazioni attente. Non è questo il tipo di giudizio che il Vangelo ci invita a non fare. Non giudicare non significa neanche chiudere gli occhi e a lasciar correre le cose, soprattutto quando si parla di famiglia. In un altro brano, Gesù dice che se vedi che tuo fratello pecca, vai e rimproveralo in segreto. Chi ama corregge e rimprovera.

Quindi, non si tratta di non fare questi tipi di giudizi, importanti e necessari. Cosa vuole dire Gesù allora quando ci comanda di non giudicare? È un invito a non giudicare senza misericordia: senza amore, senza accogliere l'altro. Lo sguardo amabile ha presente che l'altro è molto di più di quel limite concreto (crimine, peccato, mancanza...) che è davanti ai miei occhi.

Il giudizio di cui parla Gesù è un'azione della intelligenza, ma che ha le sue radici nel cuore. Quando il giudizio è duro, intransigente, intollerante... dobbiamo andare a vedere cosa c'è nel nostro cuore. E lì troviamo i veri muri con nomi molto concreti: "risentimento", "rabbia", "delusione e amarezza", "autodifesa", "invidia"... Questi muri stanno dentro di noi, e alimentano i nostri giudizi. Sono la sua vera causa. La cosa seria è che i muri del cuore ci impediscono (o ci rendono più difficile) di dare e ricevere amore.

- Ci impediscono di dare amore: perché non posso avere un muro verso mio fratello, senza che questo muro abbia delle conseguenze anche nel rapporto con mio marito o mio figlio. Per esempio, dal punto di vista psicologico, è dimostrato che il rancore verso una persona in specifico, finisce per avvelenare tutti gli altri rapporti. Per quale motivo? Perché il rancore alza un muro nel cuore, e abbiamo un unico cuore per amare. Quindi, tutti i rapporti risentono di questi muri, anche il rapporto con Dio.
- Ci impediscono di ricevere l'amore, perché sono muri nel rapporto con noi, e per questo motivo ci possono impedire anche di ricevere l'amore. Dice San Giovanni che chi non ama il suo vicino a chi vede, non può dire che ama Dio, a chi non vede. Direi che è vero anche per il passivo: chi non si lascia amare dal vicino a chi vede, non può lasciarsi amare da Dio, a chi non vede. I muri che abbiamo nei confronti degli altri ci bloccano anche dall'abbraccio di Dio.

Alla luce di questo, capiamo meglio cosa significa che con la misura con la quale misuriamo siamo misurati. Perché la nostra misura è la libertà o meno di muri che permettono a Dio e agli altri di regalarci il suo amore. Se giudico troppo, forse ho tanti muri alzati che bloccano la mia capacità di dare e ricevere l'amore.

Ma questi muri hanno delle fondamenta: sono le esperienze di un amore mancato, sono delle ferite. Il dolore si infetta facendoci credere ad una identità finta (bugie) e condizionando il nostro agire (i muri). Papa Francesco parla della necessità di affrontare un cammino di guarigione e liberazione per poter vivere l'impegno che richiede il matrimonio<sup>2</sup>, ma questo si applica anche ad altri rapporti che richiedono un impegno.

Ci vuole coraggio e la luce dello Spirito Santo per chiamare le cose per nome, e scoprire che spesso dietro ai nostri giudizi duri c'è qualcosa dentro di noi che non è a posto, che ha bisogno di essere affrontato, e guarito.

---

<sup>2</sup> Amoris Laetitia, 239 e 240

## **Uno sguardo verso il Padre:**

Come possiamo abbattere questi muri e guarire queste ferite? Accogliendo lo sguardo del Padre: lasciandoci accogliere e avvolgere da questo sguardo. Ricordiamo che “All’inizio dell’essere cristiano non c’è una decisione etica o una grande idea, bensì l’incontro con un avvenimento, con una Persona, che dà alla vita un nuovo orizzonte e con ciò la direzione decisiva”<sup>3</sup>, che ci fa partecipi della sua vita. L’esortazione apostolica *Gaudete ed Exsultate* è un bellissimo invito a meravigliarci di cosa significa essere cristiani, che cosa è il nostro Battesimo. Riprendetela alla luce dell’incontro di oggi.

Questo significa fare l’esperienza della misericordia. Non c’è bisogno di aver fatto grandi crimini per aver bisogno di fare la esperienza della misericordia come esperienza fondante della nostra identità. L’esperienza della misericordia è l’esperienza di sentirci accolti dal Padre nella nostra bruttezza, piccolezza, vulnerabilità. Sentire che Lui guarda con amore ed entra in quei spazi interiori dove noi non vorremmo entrare, e che sono in nostri “inferi”.

Uno psichiatra amico mio afferma che alla base della libertà e maturità di una persona ci deve stare la esperienza fondante di un amore totale. E lui spiega che nella vita, questo amore totale non ci arriva se non con interferenze. Nel suo percorso di terapia, lui tenta di portare alle persone al momento di “gratuità” totale, dove si trovano da soli con il loro Creatore e si sentono dire “è bene che tu esista” (esplosione di luce).

Non so come questo possa essere fatto in un percorso terapeutico, ma so come lo fa Dio nel Battesimo. Siamo nati di nuovo, riceviamo una nuova vita: acqua della placenta, acqua della Madre Chiesa... “Tu sei il mio figlio” “Sei prezioso ai miei occhi”. Nulla sfugge al nostro Creatore.

Per il nostro Battesimo, siamo uniti alla morte e risurrezione di Cristo in un modo unico e personale, in modo di morire e risorgere continuamente con Lui<sup>4</sup>. Questo significa che Cristo prolunga la sua vita in noi, in modo che noi riproduciamo la Sua vita. In quel momento in cui sei stato ferito, non eri solo: Cristo era con te, e stava incorporando a sé le tue ferite, la tua sofferenza. Per la Sua sofferenza, il male non ha l’ultima parola in te: l’ultima parola è la Risurrezione.

Tu sei un messaggio unico e irripetibile di Dio per il mondo<sup>5</sup>, e per questo motivo tutta la tua vita è missione<sup>6</sup>. E le tue ferite sono anche un dono.

Questo sguardo del Padre ci guarisce delle nostre ferite, ci colloca nella verità di chi siamo... e da lì possiamo essere liberi. Liberi di muri, che ci impediscono di dare e di ricevere l’amore.

## **Uno sguardo verso i fratelli**

Chi ha fatto l’esperienza della misericordia del Padre, può essere misericordioso con i fratelli. Capisce che non riesce a puntare sulla pagliuzza di suo fratello, consapevole di avere una trave nell’occhio. Da questa esperienza fondante, possiamo capire e accogliere ciò che il Santo Padre dice

---

<sup>3</sup> Deus Caritas est, 1

<sup>4</sup> Gaudete ed Exsultate, 20

<sup>5</sup> GE, 24

<sup>6</sup> GE, 23

nella *Amoris Laetitia* nei numeri 90 – 118, dove spiega come vivere l'amore in famiglia percorrendo l'inno di San Paolo alla carità. Chi può dare l'amore? Chi lo ha ricevuto e lo riceve in abbondanza: l'amore non consiste nel fatto che noi abbiamo amato Dio, ma nel fatto che Lui ha amato noi.

Commento alcuni numeri che si relazionano direttamente con il tema che stiamo affrontando.

Il Santo Padre ricorda che per perdonare gli altri, bisogna perdonarci a noi stessi<sup>7</sup>. Se non ci perdoniamo, non possiamo perdonare.

100. Per disporsi ad un vero incontro con l'altro, si richiede uno sguardo amabile posato su di lui. Questo non è possibile quando regna un pessimismo che mette in rilievo i difetti e gli errori altrui, forse per compensare i propri complessi. Uno sguardo amabile ci permette di non soffermarci molto sui limiti dell'altro, e così possiamo tollerarlo e unirli in un progetto comune, anche se siamo differenti.

101. Abbiamo detto molte volte che per amare gli altri occorre prima amare sé stessi. Tuttavia, questo inno all'amore afferma che l'amore "non cerca il proprio interesse", o che "non cerca quello che è suo". Questa espressione si usa pure in un altro testo: «Ciascuno non cerchi l'interesse proprio, ma anche quello degli altri» (Fil 2,4). Davanti ad un'affermazione così chiara delle Scritture, bisogna evitare di attribuire priorità all'amore per sé stessi come se fosse più nobile del dono di sé stessi agli altri. Una certa priorità dell'amore per sé stessi può intendersi solamente come una condizione psicologica, in quanto chi è incapace di amare sé stesso incontra difficoltà ad amare gli altri: «Chi è cattivo con sé stesso con chi sarà buono? [...] Nessuno è peg

104. Il Vangelo invita piuttosto a guardare la trave nel proprio occhio (cfr Mt 7,5), e come cristiani non possiamo ignorare il costante invito della Parola di Dio a non alimentare l'ira: «Non lasciarti vincere dal male» (Rm 12,21). «E non stanchiamoci di fare il bene» (Gal 6,9). Una cosa è sentire la forza dell'aggressività che erompe e altra cosa è acconsentire ad essa, lasciare che diventi un atteggiamento permanente: «Adiratevi, ma non peccate; non tramonti il sole sopra la vostra ira» (Ef 4,26). Perciò, non bisogna mai finire la giornata senza fare pace in famiglia. «E come devo fare la pace? Mettermi in ginocchio? No! Soltanto un piccolo gesto, una cosina così, e l'armonia familiare torna. Basta una carezza, senza parole. Ma mai finire la giornata in famiglia senza fare la pace!».112 La reazione interiore di fronte a una molestia causata dagli altri dovrebbe essere anzitutto benedire nel cuore, desiderare il bene dell'altro, chiedere a Dio che lo liberi e lo guarisca: «Rispondete augurando il bene. A questo infatti siete stati chiamati da Dio per avere in eredità la sua benedizione» (1 Pt 3,9). Se dobbiamo lottare contro un male, facciamolo, ma diciamo sempre "no" alla violenza interiore.

105. Se permettiamo ad un sentimento cattivo di penetrare nelle nostre viscere, diamo spazio a quel rancore che si annida nel cuore. La frase *logizetai to kakon* significa "tiene conto del male", "se lo porta annotato", vale a dire, è rancoroso. Il contrario è il perdono, un perdono fondato su un atteggiamento positivo, che tenta di comprendere la debolezza altrui e prova a cercare delle scuse per l'altra persona, come Gesù che disse: «Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno» (Lc 23,34).

---

<sup>7</sup> AL 107