

## Il secondo grande comandamento – Matteo 22:34-40

I farisei, udito che egli aveva chiuso la bocca ai sadducei, si radunarono; <sup>35</sup> e uno di loro, dottore della legge, gli domandò, per metterlo alla prova: <sup>36</sup> «Maestro, qual è, nella legge, il gran comandamento?» <sup>37</sup> Gesù gli disse: «Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente". <sup>38</sup> Questo è il grande e il primo comandamento. <sup>39</sup> Il secondo, simile a questo, è: "Ama il tuo prossimo come te stesso". <sup>40</sup> Da questi due comandamenti dipendono tutta la legge e i profeti». (Matteo 22:34-40)

Secondo Gesù la cosa più grande e importante che possiamo fare è amare Dio con tutto ciò che siamo. La seconda cosa più importante è amare il nostro prossimo come noi stessi. Questi due comandamenti riassumono tutta la teologia dell'Antico Testamento.

In altre parole, il piano di Dio per l'umanità, tutti i comandamenti e come Dio ha agito con il suo popolo, tutto quanto dipende da questo unico e grande desiderio di Dio: **che in questo mondo regni un sincero amore per Dio nostro Creatore e che questo amore per Dio si manifesti in modo concreto in un sincero amore gli uni verso gli altri!**

### L'amore di Dio è qui con noi

Anche il secondo grande comandamento citato da Gesù è tratto dall'Antico Testamento, precisamente dal capitolo 19 di Levitico:

**Non ti vendicherai e non serberai rancore contro i figli del tuo popolo, ma amerai il prossimo tuo come te stesso. Io sono il SIGNORE. (Levitico 19:18)**

Il comandamento di amare il prossimo è parte di tutto un capitolo pieno di divieti che si ricollegano più o meno direttamente ai dieci comandamenti. Questo è l'unico comandamento positivo dopo tutta una serie di divieti ed era legato, nel suo contesto originale, all'esortazione di rinunciare alla vendetta e al rancore.

Nella Bibbia la vendetta non aveva lo stesso significato che ha per noi oggi, ovvero di una reazione esagerata e distruttiva a livello emotivo. La vendetta era principalmente il tentativo di ristabilire la giustizia laddove era stato commesso un torto tra due o più persone. Era un diritto previsto e regolamentato dalla legge.

Ma nel cantico di Mosè, un testo che ogni Israelita conosceva a memoria, Dio dice:

**A me la vendetta e la retribuzione... (Deuteronomio 32:35)**

Leggendo tutta la lista di divieti e comandamenti di Levitico 19 una cosa salta all'occhio. Quasi dopo ogni comandamento leggiamo le parole: "Io sono il SIGNORE [Yahweh]" o anche nella forma più lunga "Io sono il SIGNORE vostro Dio". Il nome di Dio Yahweh può avere diversi significati. Secondo il grande traduttore ebreo dell'Antico Testamento Martin Buber Yahweh significa "Io sarò presente quando sarò presente".

È come se Dio stesse dicendo: "Sono io, Yahweh, che ti sto dando questi comandamenti. Non ti preoccupare, perché io sono qui per te, per aiutarti a rispettare questi comandamenti, e sarò qui per te anche domani, io mi prendo cura di te". **Prima di chiederci di amare il nostro prossimo, Dio vuole che lo riconosciamo come nostro Signore che si prende cura di noi.**

Il comandamento di amare il prossimo è, come già detto, contenuto nel capitolo 19 di Levitico. All'inizio del capitolo Dio chiede a Mosè di rivolgersi al popolo dicendo:

**Siate santi, perché io, il SIGNORE vostro Dio, sono santo. (Levitico 19:2)**

**Ciò che rende il popolo santo è la sua relazione con Dio.** Dio aveva scelto Israele nel mezzo di molti popoli per renderlo il suo popolo particolare al quale avrebbe mostrato il suo amore e la sua misericordia. Dio aveva dato loro un esempio da seguire. Tutto ciò che chiede al suo popolo Dio lo aveva dapprima già fatto per loro.

Possiamo ora capire meglio il comandamento "ama il tuo prossimo come te stesso". Dio ci chiede di imitare ciò che lui ha fatto con noi. **Amare il prossimo non è solo un comandamento è una forma di imitazione della santità di Dio che comprende anche tutta la sua misericordia per noi.**

Un esempio molto pratico lo ha dato Gesù ai suoi discepoli quando ha lavato loro i piedi:

**Se dunque io, che sono il Signore e il Maestro, vi ho lavato i piedi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. <sup>15</sup> Infatti vi ho dato un esempio, affinché anche voi facciate come vi ho fatto io. (Giovanni 13:14-15)**

Lavarsi i piedi quando si tornava a casa da un lungo viaggio era qualcosa di normale. Con questo esempio Gesù ha mostrato ai suoi discepoli cosa significasse amare il prossimo come noi stessi: **trattare gli altri con lo stesso riguardo come trattiamo noi stessi.**

## Come te stesso

Il secondo, simile a questo, è: "Ama il tuo prossimo **come te stesso**". (Matteo 22:39)

**Noi tutti amiamo noi stessi.** È qualcosa che Dio ha messo in noi sin da quando ci ha creati, ancora prima che Adamo commettesse il primo peccato. Vogliamo essere felici. Vogliamo essere soddisfatti nella nostra vita. Vogliamo riempire le nostre giornate con tante belle attività sensate. Vogliamo avere amici che ci vogliono bene e con i quali passare del tempo. Vogliamo che la nostra vita abbia un senso.

Tutto questo è amore per sé stessi. È qualcosa di innato e che non è di per sé sbagliato. Ma tutti questi nostri desideri ci mostrano anche quanto siamo totalmente dipendenti dalla grazia e dall'amore di Dio in Gesù Cristo.

**Se l'amore di Dio non ci ha dapprima raggiunti tramite la potenza del Vangelo, non possiamo pensare di amare Dio più di ogni altra cosa o di amare il nostro prossimo in tutta sincerità.** L'orgoglio è la radice del nostro peccato, è il desiderio di essere felici senza Dio, senza dipendere da Dio come fonte della nostra felicità. Se non risolviamo dapprima questo problema, non possiamo riuscire ad amare veramente il nostro prossimo.

**Dio desidera essere la nostra fonte primaria di soddisfazione.** Vuole che il suo amore per noi riempi il nostro cuore, la nostra anima e la nostra mente. È buono e giusto che amiamo noi stessi, ma Dio ci comanda di cercare in lui la soddisfazione dei nostri bisogni e desideri. Così l'amore per me stesso non è altro che il mio amore per Dio.

**Il problema è che spesso non sappiamo nemmeno quali siano i nostri veri bisogni, per non parlare di come soddisfarli in maniera sana.** Sentiamo di avere dei bisogni, ma non riusciamo bene a definirli o se li conosciamo non abbiamo imparato ad esprimerli. La conseguenza è frustrazione, invidia, egoismo o addirittura odio per il mio prossimo. **Quindi prima di voler amare il prossimo, dobbiamo chiederci: "in che modo amo me stesso?"**

Sai quali sono i tuoi bisogni? Sai come soddisfarli? Se ad esempio hai bisogno di sentirti apprezzato e valorizzato, ma torni la sera a casa da una lunga e frustrante giornata di lavoro, se non hai imparato ad esprimere questo tuo bisogno è probabile che la serata andrà anche male. Arriverai a casa e litigherai col tuo partner perché non si è reso conto di quanto sei

frustrato. Oppure passerai la serata davanti la TV a riempirti di cioccolata o di patatine per cercare di stare meglio.

Il dr. Engeli, nel libro sulla consulenza matrimoniale, parlando di un concetto chiamato “triangolo matrimoniale” scrive:

La relazione dei singoli coniugi con Dio ha la priorità assoluta. Questa relazione dovrebbe saziare il nostro bisogno d’amore più profondo, poiché nessuno può vivere solo dell’amore che riceve dal coniuge. Da Dio, e prendendo lui come modello, possiamo imparare cosa significhi l’amore indipendente: accettare il prossimo incondizionatamente, sostenerlo fedelmente, senza eccezioni e senza lasciarsi amareggiare. (M. Engeli, *Consulenza matrimoniale finalizzata*, pag. 14)

Questo è un concetto che si può applicare anche ad altri tipi di relazioni con il nostro prossimo, al di fuori del matrimonio. **L’idea è che dobbiamo chiedere a Dio di soddisfare i nostri bisogni.** Non possiamo aspettare che siano gli altri a farlo o che ci riusciamo da soli in un qualche modo.

## Amare il prossimo concretamente

Se capiamo meglio noi stessi e perché a volte siamo frustrati o reagiamo in modo strano, possiamo anche capire meglio le reazioni del nostro prossimo. Se già noi stessi facciamo a volte fatica a capirci e non riusciamo a soddisfare i nostri bisogni vedendo in Dio la nostra fonte primaria di soddisfazione, non credete che facciano ugualmente fatica anche gli altri?

Noi tutti vogliamo andare d’accordo con gli altri eppure quasi tutte le persone si accorgono che a volte o spesso si sentono rifiutate, incomprese o trattate ingiustamente. Se riuscissimo a riconoscere che spesso reagiamo in questo modo perché siamo troppo suscettibili, potremmo chiarire tante situazioni molto più velocemente e l’altra persona sarebbe felice di poter tornare in una buona relazione con noi.

**Dobbiamo imparare a capire l’altro.** Naturalmente non sempre non ci riusciamo. Si tratta di avvicinarci al nostro prossimo con il desiderio di capire perché si è comportato in un determinato modo o quale potrebbe essere la causa di una sua strana reazione.

Per riuscirci è **importante che impariamo ad esprimere le nostre perplessità o le nostre irritazioni in modo chiaro.** Questo ci aiuta a non pensare alla vendetta e a non serbare inutilmente rancore. Amare il nostro prossimo inizia là dove impariamo a non fare finta di niente come se tutto fosse apposto, bensì a parlarci in tutta sincerità senza ferirci.

Se esprimiamo le nostre perplessità o ciò che ci irrita evitiamo di giungere a conclusioni affrettate o a pregiudizi inutili. **Non pensare mai di sapere ciò che l'altro pensa o come l'altro si sente.** Ogni volta che facciamo delle congetture su qualcuno che ci ha ferito o deluso corriamo il rischio di memorizzare nella nostra mente una menzogna su questa persona.

Se ad esempio sempre di nuovo qualcuno non risponde ai nostri messaggi, possiamo pensare che ce l'abbia con noi o che sia maleducato. Per evitare malintesi vado a chiedere spiegazioni. Ma invece di dire "Perché non hai ancora risposto al mio messaggio?", posso ad esempio dire "Mi sono chiesto come mai non hai ancora risposto al mio messaggio". In questo modo lasciamo all'altro la possibilità di spiegarci il motivo delle sue azioni.

Al nostro prossimo possiamo e dobbiamo esprimere con amore le nostre perplessità o irritazioni, ma **tutte le nostre frustrazioni, i nostri bisogni insoddisfatti, le nostre delusioni, le nostre paure o ciò che ci disturba lo dobbiamo portare a Dio**, finché non sarà lui stesso a soddisfare il nostro cuore, la nostra anima e la nostra mente.

Riprendendo l'immagine del «triangolo matrimoniale» il dr. Engeli scrive:

*Se tutto è filtrato da Dio, lo si accetta meglio, perché Dio è il Maestro dell'incoraggiamento. Se abbiamo veramente affidato a Dio tutto ciò che non va, allora si possono sviluppare dei dialoghi costruttivi. (M. Engeli, Consulenza matrimoniale finalizzata, pag. 14)*

Possiamo avere buone relazioni solo se abbiamo il desiderio di capire il nostro prossimo, di sapere come sta, come si sente e cosa pensa, perché fa una cosa in un determinato modo e non in un altro. Se facciamo così, allora ci accorgiamo se qualcuno si comporta diversamente dal solito. Iniziamo chiederci cosa potrebbe essere successo e andiamo verso di lui. In questo modo ci si aprono tante opportunità per cercare insieme delle soluzioni, perché l'altro si sentirà importante e preso sul serio.

Oggi abbiamo visto che prima di chiederci di amare il nostro prossimo, Dio vuole che lo riconosciamo come nostro Signore che si prende cura di noi, dobbiamo dapprima capire i nostri stessi bisogni e come soddisfarli in Dio. Infine abbiamo visto che amare il prossimo inizia quando cerchiamo di capirlo, esprimendo le nostre perplessità o le nostre irritazioni in modo chiaro ma con amore. Permettendo però a Dio di filtrare tutte le nostre emozioni negative.

Amen