

N. 4 - Giugno 2026

Il momento presente

Spiritualità e carisma della Venerabile
Madre Maria Güell per l'oggi



*Ci sono momenti in cui l'anima ha bisogno di silenzio per
ricordare ciò che conta davvero.*

RITORNARE ALL'ESSENZIALE

Quando la vita si riempie di rumore e dimentichiamo ciò che conta davvero

Viviamo circondati da parole, schermi, fretta e preoccupazioni che occupano quasi ogni spazio delle nostre giornate. Tutto sembra urgente. Tutto richiede la nostra attenzione immediata. Senza accorgercene, possiamo finire per vivere solo verso l'esterno, rispondendo continuamente a ciò che accade attorno a noi, mentre ci allontaniamo gradualmente da noi stessi.

A volte la stanchezza non nasce soltanto dal lavoro o dalle responsabilità, ma dall'aver trascorso troppo tempo senza silenzio interiore. Anche il cuore si affatica quando vive disperso.

Corriamo da una cosa all'altra e rimandiamo ciò che realmente sostiene la vita: ascoltare, riposare, contemplare con calma, condividere tempo autentico, custodire la preghiera, rendere grazie e imparare a fermarsi.

Ciò che è essenziale è generalmente semplice e discreto. Non fa rumore e non cerca di attirare l'attenzione. Si nasconde nei piccoli momenti che spesso passano inosservati.

La Madre Maria Güell comprese profondamente questa verità quando diceva:

«Chi custodisce il silenzio percepisce la voce di Gesù che parla dolcemente al cuore nella solitudine.» (CR 18)

Forse abbiamo bisogno di riscoprire che non tutto dipende dal fare di più. Ci sono realtà importanti che possono essere accolte soltanto dall'interno.

Imparare nuovamente a vivere dall'interno, con un cuore più unificato

Il Vangelo ci mostra continuamente Gesù che vive con profondità e serenità. Non è mai dominato dalla fretta. Camminava con calma, si fermava davanti alle persone, ascoltava le loro domande, condivideva la mensa e sapeva ritirarsi nel silenzio per incontrare il Padre.

Noi, invece, possiamo trascorrere molto tempo interiormente divisi: pensando a mille cose contemporaneamente, preoccupandoci di ciò che ancora manca, accumulando tensioni e lasciando che il rumore esterno occupi anche il nostro mondo interiore.

Ritornare all'essenziale non significa fuggire dalla realtà né trascurare le proprie responsabilità. Significa imparare a viverle in modo diverso: con maggiore presenza, maggiore autenticità e una pace interiore più profonda.

La Madre Maria Güell esprimeva questo atteggiamento con parole semplici ma ricche di sapienza:

«Le nostre mani siano occupate nel lavoro, ma il cuore sia rivolto a Dio per pensare a Lui e amarlo.»
(CR 12)

Quando il cuore ritrova il silenzio, molte cose tornano al loro posto. Allora scopriamo che la vera ricchezza non consiste nell'avere di più, ma nel vivere più profondamente i doni che abbiamo già ricevuto.

Ritornare al cuore per ritrovare la pace della semplicità

Viviamo tempi in cui è facile perdersi tra preoccupazioni, notizie continue, esigenze e ritmi sempre più frenetici. Eppure il cuore umano continua ad avere bisogno di ciò di cui ha sempre avuto bisogno: essere ascoltato, sentirsi amato, vivere con un senso profondo e trovare spazi di pace.

A volte cerchiamo lontano ciò che, in realtà, abita silenziosamente dentro di noi. Dio continua a passare nella vita quotidiana: in una parola gentile, in un momento di riposo condiviso, nella bellezza semplice di ogni giorno, nella preghiera umile e nelle persone che camminano accanto a noi.

La Madre Maria Güell ci ha lasciato un invito che conserva ancora oggi tutta la sua attualità:

«La bellezza che conta davvero è quella del cuore.» (CR 116)

Forse il vero rinnovamento inizia quando smettiamo di correre per qualche istante e impariamo nuovamente a guardare la vita con maggiore profondità.

Perché, quando tutto sembra urgente, forse la cosa più importante è ritornare al cuore.

Il momento presente
mariaguell.org
Scarica questo foglio dal sito
Disponibile in varie lingue.
Missionarie Figlie del Cuore di Maria
corazondemaria.org

