

PREGHIERA BIBLICA

Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 11,28-30)

In quel tempo, Gesù disse:
«Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi,
e io vi darò ristoro.
Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me,
che sono mite e umile di cuore,
e troverete ristoro per la vostra vita.
Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero».

COMMENTO

Gesù sollievo dei miseri. Gesù si propone di essere il sollievo del suo popolo, la libertà degli oppressi. Il suo regnare su di noi e quindi la nostra obbedienza è liberazione e freschezza.

Il giogo dell'apprendimento. La regalità di Cristo chiede da parte nostra un apprendimento, l'appropriazione della volontà di Dio e la docilità alla sua esecuzione. C'è una istruzione che occorre ricevere e accogliere e che, come avviene per il giogo, permette di arare il terreno e di portare frutto.

Il Signore mite e umile. Non c'è forzatura nell'aggiogare, perché Gesù non impone la sua regalità a nessuno. Mite e umile è il Signore davanti alla volontà del Padre e a noi insegna altrettanta mitezza e umiltà. Siamo noi a desiderare quel giogo, quanto prima ci accorgiamo che senza di esso o aggiogati ad altro, siamo ben più affaticati, e appare infruttuoso il nostro faticare. È più leggero obbedire a Cristo che disobbedirgli.

Guardando ancora nelle visioni notturne,
ecco venire con le nubi del cielo uno simile a un figlio d'uomo;
Gli furono dati potere, gloria e regno; tutti i popoli, nazioni e lingue lo servivano:
il suo potere è un potere eterno, che non finirà mai, e il suo regno non sarà mai distrutto.

MEDITAZIONE

Invito a Cristo. C'è un invito che viene dal Signore, a raggiungerlo per avere il sollievo cercato. È un invito che chiede di orientarsi e incamminarsi verso di lui. Soprattutto chiede da parte nostra fiducia, per trovare quello che cerchiamo. L'uomo sfiduciato non si alza e non cerca, fa della sua rassegnazione una catena che ci lascia al palo.

Impariamo. Il sollievo e la liberazione si imparano. Nessuno nasce imparato, ma solo quando abbiamo appreso e interiorizzato l'insegnamento allora possiamo eseguirlo con rapidità e goderne con leggerezza ai frutti. L'insegnamento chiede l'esercizio e l'esercizio forma l'abitudine. L'abitudine poi è nostra alleata, perché ci permette senza fatica di mettere in pratica le buone norme, strutturando la nostra libertà. Come malediciamo le cattive abitudini, benediciamo le buone, che ci permettono di fare il bene senza fatica. Ma nessuna abitudine è nata improvvisamente: è frutto di un insegnamento appreso nella perseveranza.

Beati i miti. La mitezza davanti al mondo e davanti all'insegnamento del Maestro è fonte di beatitudine. La ribellione e l'indisciplinatezza rendono faticoso l'apprendimento. Apparentemente sembrano occasione di libertà, ma in realtà preparano ad una vita indisciplinata e succube. L'umiltà riconosce altrove, fuori di sé l'origine del bene, la mitezza si colloca docilmente davanti al maestro.

PREGHIERA. Sal 33(34)

Il salmista da voce alla Sapienza di Dio e al suo invito: chi la accoglie, godrà pienezza di vita.

Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.
Io mi glorio nel Signore:
i poveri ascoltino e si rallegriano.

Magnificate con me il Signore,
esaltiamo insieme il suo nome.
Ho cercato il Signore: mi ha risposto
e da ogni mia paura mi ha liberato.

Venite, figli, ascoltatevi:
vi insegnerò il timore del Signore.

Chi è l'uomo che desidera la vita
e ama i giorni in cui vedere il bene?

Custodisci la lingua dal male,
le labbra da parole di menzogna.
Sta' lontano dal male e fa' il bene,
cerca e persegui la pace.

Preghiamo.
O Dio, che ti riveli ai piccoli e doni ai poveri l'eredità del tuo regno, rendici miti e umili di cuore, a imitazione di Cristo tuo Figlio, perché, portando con lui il giogo soave della croce, annunciamo al mondo la gioia che viene da te. Per Cristo nostro Signore. Amen.

CONTEMPLAZIONE

Fatiche e stoltezza; sollievo e mitezza. La mia fatica è tutta nella resistenza alla tua volontà. Quando faccio le cose non secondo il Vangelo, fatico di più e ottengo di meno. Quando invece mi fido di te e assumo il tuo Vangelo come la norma della mia vita, sono sollevato e il frutto è garantito.

Tu sei mitezza. Tu non sei un uomo sconfitto. La tua mitezza, Signore, non è il segno di una debolezza, ma la resistenza e l'impermeabilità ad ogni pensiero superbo. Tu hai rimesso al Padre celeste ogni onore e gloria e ti sei abbandonato alla sua volontà. Per questo sei grande, chi segue te avrà pienezza di vita.