

**"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" (Matteo 11,29)**



La vita nostra qui sulla terra più volte è talmente confusa e con tanti problemi da dover affrontare per cui si avverte ogni tanto il bisogno di avere un po' di riposo.

In merito proprio a questo, Gesù ha detto: **"Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, troverete ristoro per la vostra vita"**.

Gesù ci fa capire che se con umiltà accettiamo di impostare la vita come Lui ci indica, cioè con un programma che Lui vede adatto per le nostre spalle, allora il cammino diventa meno faticoso e la stanchezza non sarà tale da dover interrompere il cammino.

➤ **"Mite e umile di cuore"**

Gesù comunque non si limita a suggerire a noi un programma di vita giusto ed equilibrato, ma ci esorta anche a mettere in atto *due virtù* che sono indispensabili per la nostra vita come cristiani:

la mitezza e l'umiltà. Il fatto interessante, è che Gesù suggerisce a noi quello che Lui stesso ha vissuto. *Quanto sarebbe importante per tutti, dare consigli alle persone, ma solo di ciò che noi per primi viviamo*. Questo è ciò che Gesù ha fatto: **"Imparate da me che sono mite e umile di cuore"**. L'umiltà di Gesù è stata veramente grande, infatti: **"Non ritenne un privilegio l'essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo la condizione di servo"** (Fil.2,7) e quasi non bastasse, scrive ancora San Paolo: **"Umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce"** (Fil. 2,9). Anche durante la sua missione in Palestina, più volte fu umiliato e non creduto, nonostante i miracoli che compiva sotto gli occhi delle persone presenti. Grande Gesù è stato nel sopportare con pazienza certi suoi avversari, così cattivi nei suoi confronti. *Davvero eroica è stata l'umiltà e la mitezza che Gesù ha saputo mantenere, pur avendo tutte le ragioni e la possibilità, di mettere in silenzio coloro che lo offendevano e che facevano di tutto per trarlo in inganno*. Noi oggi siamo esortati a rinnovare la nostra fiducia in tutto quello che Gesù ha fatto e manifestare la nostra fede in ogni sua Parola. Se vogliamo oggi *far contento Gesù*, mettiamoci di buona volontà, senza paure e senza ritardi, nel *riconoscere il valore, l'autorità e l'autorevolezza della sua Parola*. Questo è l'atto di fede che dobbiamo fare.

➤ **"Troverete ristoro per la vostra vita"**

Tutti abbiamo veramente bisogno di trovare momenti di riposo, che non siano soltanto il dormire; è necessario raggiungere una certa distensione, unitamente al rilassamento della mente e dello spirito. Molte nostre sofferenze hanno quasi sempre alla base delle tensioni, delle paure, delle esagerate preoccupazioni per alcuni problemi che dovremmo invece affrontare con **umiltà**; eventi che, se fossero vissuti con umiltà e con una buona dose di bontà e mitezza, potrebbero essere risolti senza appesantire il cammino che stiamo facendo. Come in tutte le cose però, si ottiene un certo risultato, se e nella misura in cui si affrontano con coraggio e con una reale disposizione ad accettare il sacrificio che comportano. *Non possiamo aspettare che arrivi la manna del cielo*. Dobbiamo credere che quello che Gesù dice e che ci esorta a fare, è sempre possibile.

Gesù, non esige da noi compiti superiori alle nostre capacità. E' il demonio che ingigantisce le cose e che ci fa perdere la fiducia in Gesù. Stiamo attenti a non nasconderci dietro forme di falsa umiltà. Qualche volta si evita un problema solo con la scusa di non saperlo affrontare.

➤ **"L'esempio dei Santi"**

Le strade che noi percorriamo, non sono sempre ben illuminate; ecco il contributo che i Santi ci possono dare con il loro esempio e la loro testimonianza, non fatta di parole, ma di vita vissuta.

I Santi sono per noi come dei punti luce, collocati ai lati della strada che stiamo facendo. Essi con la loro vita, con i loro insegnamenti, ma soprattutto con la *vera e profonda intimità vissuta con Gesù*, hanno illuminato tante persone in difficoltà e sono anche per noi, preziose testimonianze. Nella storia dei Santi, tutti possiamo trovare esempi che facciano al caso nostro. Quello che conta, è non fermarsi soltanto a contemplare quello che hanno fatto e vissuto, ma fare tutto il nostro possibile, per imitarli nelle loro virtù.

Maria, è il modello per eccellenza, per la sua fede, per la sua umiltà e per la sua mitezza, a Lei con fiducia chiediamo la Grazia di continuare il nostro cammino con umiltà e mitezza.