

## Preghiera conclusiva

Signore, vengo a te  
nei miei momenti di stanchezza e fatica  
per trovare ristoro.  
Signore, ho bisogno di sentirmi amato  
e mi abbandono a te  
come bimbo svezzato in braccio a sua madre.  
Signore, aiutami a riconoscermi piccolo  
con un cuore capace di accoglierti.  
Signore, maestro di umiltà e mitezza,  
converti il mio cuore e la mia vita  
perché il mio sguardo per i fratelli che incontro  
sia di bontà e misericordia,  
perché i miei gesti assomiglino ai tuoi  
e perché le mie parole generino accoglienza e non divisione.  
Signore, la vita con te presuppone la forza  
e il coraggio di imparare un modo differente di agire.  
Signore, il tuo gιοgo è dolce e io desidero portarlo con te.

*Sr. Elettra Colini*

**Nel clima di silenzio che ha generato  
la preghiera, ritorniamo alle occupazioni  
quotidiane concludendo con un segno di  
croce. Nel nome del Padre...**



## Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi e io vi darò ristoro

Il Signore ha cura di noi e ci accompagna in ogni momento della nostra vita per offrirci il suo sostegno e il suo conforto. Dio ha scelto di rendersi a noi vicino donandoci suo Figlio Gesù che ha conosciuto la vita umana e si è fatto nostro compagno di cammino. Mettiamoci alla sua presenza ristoratrice gustando la profondità d'amore del Signore per noi; Egli ci chiama a sé nei momenti di stanchezza e ci invita a stare con lui per trovare ristoro dalle fatiche della vita affrontandole insieme.

### **Preghiera iniziale**

*dal Salmo 131*

*Signore, non si inorgoglisce il mio cuore  
e non si leva con superbia il mio sguardo;  
non vado in cerca di cose grandi,  
superiori alle mie forze.*

*Io sono tranquillo e sereno  
come bimbo svezzato in braccio a sua madre,  
come un bimbo svezzato è l'anima mia.*

*Speri Israele nel Signore,  
ora e sempre.*

### **Introduzione al brano**

*Il brano del Vangelo di Matteo si colloca subito dopo il discorso di invettiva di Gesù contro le città incredule della Galilea che hanno visto, ma non hanno riconosciuto Gesù e in lui l'opera risanatrice e liberatrice di Dio; questa pericope è un inno di ringraziamento di Gesù al Padre per la rivelazione del suo Regno ai piccoli. La novità sta nel fatto che Dio ha scelto di rivelarsi non ai sapienti e ai dotti, ma ai più piccoli e ben disposti ad accogliere la sua Parola e il suo messaggio. Il giogo dell'osservanza della legge, che fino a prima orientava la vita degli Israeliti, è ora portato da Gesù che invita a prenderlo e a portarlo con lui: ossia ad accogliere la rivelazione della volontà di Dio per trovare liberazione e salvezza.*

## **Dal Vangelo secondo Matteo (11,25-30)**

In quel tempo Gesù disse: «Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal Padre mio; nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo. 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».

## **Medito**

*Il brano offre diversi aspetti sui quali poter fermare l'attenzione della mente e del cuore per trarne gusto e forza. Uno di questi è il riposare in Cristo; il Signore Gesù per offrire la possibilità di stare con lui e in lui trovare riposo invita a prendere su di sé il suo giogo; questa immagine a prima vista ricorda il lavoro faticoso nei campi e non sembra trasmettere quel desiderio di pace e riposo che chi è stanco ricerca. Essere aggiogati, però, presuppone anche condividere in tutto la vita con chi si ha accanto e quindi Gesù sta offrendo la possibilità di condividerla con lui. Da questo nasce il sollievo dalla fatica: sapere e fare esperienza che in ogni momento della nostra vita non siamo soli, ma siamo in comunione con Gesù. L'immagine del bimbo svezzato in braccio alla madre del salmo 131 evidenzia proprio questa pace che nasce dall'essere nella serenità dell'abbraccio, senza desiderare altro perché amati e ricolmati di amore: è lo stesso riposo che il Signore Gesù offre a chi ricorre a lui che è modello di mitezza e umiltà di cuore. «Signore, non si inorgoglisce il mio cuore» (cfr. salmo 131) è il desiderio orante di ciascuno, è la voglia di vivere dicendo no alle logiche di potere, alla soddisfazione della vanagloria, a una vita che punti solo al successo ed è l'invito di Gesù a conformarsi a lui: imparate da me; desideriamo imparare dal Signore a riconoscerci piccoli per vedere la sua grandezza e scoprire la sua profondità; desideriamo imparare a essere piccoli con un cuore grande per aprirci alla rivelazione e a rendere lode al Padre per averci dato la grazia di essersi rivelato a noi donandoci il Figlio Gesù.*