

Accogliamo l'invito di Gesù e mettiamoci davanti al suo Cuore, mite e umile, da cui sgorga il torrente della salvezza. Così, davanti a lui, possiamo intercedere per tutti, in particolare per i più bisognosi di misericordia.

O Cuore santissimo di Gesù, tu ami beneficiare i poveri e istruire chi brama trarre profitto alla scuola del tuo santo amore. Tu mi inviti continuamente a essere come te, mite e umile di cuore. Fammi persuaso che per guadagnare la tua amicizia e diventare tuo vero discepolo, non posso far nulla di meglio che cercare di essere mite e umile. Concedimi quella vera umiltà che mi tenga sottomesso a tutti, che mi faccia sopportare in silenzio e fede le piccole umiliazioni quotidiane.

Permettimi, Gesù, di entrare nel tuo Cuore come in una scuola. Che in questa scuola impari la scienza dei santi, la scienza del vero amore. O mio buon Maestro, che io ascolti con attenzione quanto mi dici: *imparate da me che sono mite e umile di cuore e troverete la vera quietà dell'anima. Amen.*

(s. Margherita M. Alacoque)

- Perché vengano a te quanti sono oppressi dal male ...

ATTIRACIAL TUO CUORE, SIGNORE GESÙ

- Perché vengano a te quanti sono scoraggiati e stanchi ...
- Perché vengano a te quanti sperimentano solitudine e depressione ...
- Perché vengano a te quanti sono induriti nel peccato e nell'iniquità ...
- Perché vengano a te quanti hanno perso la fede e la speranza ...
- Perché vengano a te quanti non sanno amare e sono consumati dall'egoismo ...
- Perché vengano a te quanti attendono serenità e pace ...
- Perché vengano a te i giovani che desiderano una vita piena e realizzata...

... (altre intenzioni)

O Dio, che hai dato come rifugio e conforto il Cuore del tuo Figlio Gesù, fa' che in lui possiamo sperimentare la gioia di essere da te accolti e la forza di camminare nel tuo amore. Amen.

Padre nostro.

Nella preghiera del mattino chiedi a Gesù serenità e forza per vivere la giornata facendo il bene; e alla sera ringrazialo affidandoti alla sua bontà che non si stanca mai di cercarti e guidarti.



GESÙ DESIDERA INCONTRARMI; PERCHÉ?

C'È FORSE UNA PAGINA DEL VANGELO

CHE PARLA DEL DESIDERIO DI GESÙ DI INCONTRARE PROPRIO ME?

Non troviamo un brano specifico, ma tantissime sottolineature di come Gesù cerchi l'incontro personale. Egli desidera incontrare tutti, specialmente chi è stanco e oppresso (Mt 11,28). In quel momento ha vissuto l'urgenza di incontrare "le pecore perdute della casa di Israele", cioè i più bisognosi della sua terra (come dice in Mt 10,6 inviando gli apostoli); però subito aggiunge: "E ho altre pecore che non sono di questo recinto, e anch'esse io devo incontrare" (Gv 10,16). Il suo cuore è aperto all'incontro con me. Infatti Gesù è un uomo che cerca l'incontro personale per farsi conoscere come Colui che il Padre ha mandato *per la nostra salvezza*. Fondamentale l'esperienza di Paolo che, dopo averlo incontrato e conosciuto Risorto (Gal 2,20), esclama: "Ha amato me e ha dato se stesso per me".

È di questo Gesù che hanno bisogno le donne e gli uomini di oggi. E l'incontro con lui è possibile, guidati dalla Parola e sostenuti dalla forza dello Spirito santo.

PREGHIERA

"Venite a me!". Ecco le parole che fioriscono sulle tue labbra, Signore Gesù. Esprimono l'attesa del tuo cuore, ogni volta che ci guardi. Tu non vuoi costringere, ma solo attirare. Amandoci sopra ogni cosa, desideri parteciparci la tua realtà; e ti sarà possibile, solo se noi accettiamo di incontrarti.

Troppe cose pesano, schiacciano, ci impediscono di essere quell'immagine e somiglianza di Dio che sola dà pienezza al cuore umano! Ho bisogno di essere liberato da stanchezze e oppressioni. Il mio cuore non è capace di vero amore, la mia volontà non è libera di scegliere il bene, la mia mente rifiuta i comandamenti pensandoli una trappola, mentre sono la strada dove imparo l'amore vero.

Vengo a te, Gesù mite e umile di cuore, perché tu renda il mio cuore simile al tuo, contento di essere figlio di Dio, generoso nell'assumermi il giogo dell'amore. Tu che continuamente mi inviti, vinci con la tua paziente tenerezza le mie resistenze; fa' che finalmente mi lasci amare da te, nostro Signore e Fratello, nostro Amico e Redentore. Amen.

UNA PAROLA PER TE / PER NOI

Ha un suo stile Gesù, quando incontra una persona: è umano, immediato, accogliente, si relaziona con uno sguardo interessato, la parola amica, atteggiamenti semplici. Disposto a partecipare tutto ciò che ha ed è. Chi siamo noi agli occhi di Gesù? Ci vede come realmente siamo: fragili, mortali, sofferenti; vede la possibilità che abbiamo di essere peccatori, facili a fare il male, a far soffrire gli altri. Il suo è un

cuore che comprende la situazione umana; vive una compassione forte che diventa conforto e azione curativa. Non si rassegna ai nostri limiti; si pone accanto a noi in atteggiamento positivo. Da qui il suo invito: "Venite a me voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro". Sarà importante sperimentare come sia completo il ristoro che egli può darci: raggiunge il corpo, il cuore e l'anima.

Matteo 11,25-30

²⁵In 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. ²⁶Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. ²⁷Tutto è stato dato a me dal Padre mio; nessuno conosce il Figlio se non il Padre, e nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo.

²⁸Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. ²⁹Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita. ³⁰Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero".

GESÙ RIPETE LE PAROLE DEL SAGGIO SIRACIDE (leggi Sir 51,23-30):

È a te che Gesù vuole far conoscere la sua gioia di essere Figlio di Dio per rendertene partecipe. Invoca lo Spirito Santo per comprendere e accogliere il suo invito...

RIFLETTI... Gesù si sente il Figlio amato dal Padre, e ne gioisce profondamente. Questa gioia riempie il suo cuore e la sua vita, è sorgente della sua serenità e forza. Da qui il suo giubilo che lo spinge a partecipare a tutti questo rapporto intimo d'amore che dà significato alla vita. Si sente uomo contento anche in mezzo alle grandi difficoltà che la vita gli riserva, perché l'amore del Padre lo avvolge di tenerezza. Ecco allora il suo invito: *Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro, partecipandovi la gioia di essere figli. Il ristoro che offre* è la relazione d'amore, la serenità che dà senso alla vita, la pace del cuore, la partecipazione alle nozze di Cristo sposo. Per questo Gesù ci invita a incontrarlo, a tenere in cuore la sua Parola mettendola in pratica, a nutrirci di Lui-Pane di vita, a lasciarci liberare dal peso dei peccati nel sacramento della confessione. *Venite a me!* La grazia di essere figli di Dio riempirà la nostra vita.

Quali sono le tue stanchezze e oppressioni? Avverti che, se incontri Gesù, egli ti dà la possibilità di scioglierle? "A quanti l'hanno accolto ha dato la possibilità di diventare figli di Dio" (Gv 1,12).

5 MOMENTI DI PREGHIERA SU 5 PAROLE BIBLICHE

• *Dopo ogni parola puoi stare in silenzio, meditando, lodando, invocando ...*

• *Oppure prega le decine del rosario per vivere in unione a Maria la Parola che ti è data ...*

1. **"Gesù disse: Ti rendo lode, Padre, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli"**. Gesù si sente prediletto e benedetto: l'amore che il Padre riversa su di lui è così grande, l'intimità così immediata e vera che il cuore del Figlio vive la più grande esultanza e l'esigenza di renderne tutti partecipi. Cosa suscita in te l'esultanza di Gesù? Ti spinge alla preghiera, alla confidenza, a imitare Gesù nel suo abbandono totale al Padre? Chiedi la luce dello Spirito; domanda di essere di quei "piccoli" cui viene fatta questa rivelazione...
2. **"Nessuno conosce il Figlio se non il Padre, e nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo"**. La conoscenza rende partecipi dell'intimità esistente tra il Padre e il Figlio, radice e fonte della felicità. Gesù la vuole anche per te: ci credi? lo desideri? Occorre un atteggiamento di umiltà e confidenza, perché a questa intimità noi possiamo essere ammessi solo per grazia. Non stancarti di pregare e incontrare Gesù: solo lui ha il potere di renderci figli e di farci partecipare a tutti i benefici della sua figliolanza (Gv 1,12; Gal 4,4-5).
3. **"Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro"**. Un invito che raggiunge anche te. Senti di averne bisogno? Avverti che stanchezze e oppressioni rendono pesante il tuo cuore? Quali sono i limiti e le pesantezze che più ti bloccano? Hai bisogno della serenità e libertà che solo Dio può dare. Gesù ti invita ad andare a lui. Puoi incontrarlo attraverso la Parola e i Sacramenti, nell'esperienza dell'amore gratuito ai fratelli. Prega per desiderare l'incontro con Gesù, preparalo e accogli i passaggi necessari a che avvenga.
4. **"Iparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita"**. Gesù è la sapienza che insegna l'amore anche agli inesperti, cioè a noi, che siamo esperti solo di egoismo. Gesù è mite e umile, perché in lui c'è tutto e solo l'amore del Padre, e ne trabocca fino a riversarlo su noi. Senti l'esigenza di imparare da Gesù? Avverti che senza di lui il tuo cuore sarà pieno solo di cose umane? Chiedi la sapienza, chiedi l'amore di Dio. Mettiti davanti al Cuore di Gesù trafitto dalla lancia, da cui sgorga l'acqua dello Spirito e il vino dell'amore.
5. **"Prendete il mio giogo sopra di voi: il mio giogo è dolce e il mio peso leggero"**. Un peso leggero? Forse che le esigenze etiche del vangelo sono meno gravi di quelle della legge giudaica? No certo. Il suo giogo "è dolce" perché dice una vita nell'amore. Non si tratta di precetti da osservare, ma di una comunione da vivere; e Gesù dona grazia e porta insieme a noi le fatiche. Avverti che l'amore fa vivere con generosità e la comunione con Cristo dà senso anche alle fatiche? Dove c'è amore, è possibile ogni cosa; per questo Gesù dice che il suo giogo è dolce e il suo carico leggero. Domanda di sperimentarlo; domanda che sia in te l'amore di Dio... L'amore di Dio fa ardere il cuore e muove la volontà. Chiedi di fare agli altri quello che Gesù fa a te.