

**AZIONE CATTOLICA ITALIANA**  
**Parrocchia Osimo Stazione-Abbadia**

**“BEATI GLI UMILI”**

<p><b>PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO</b></p> <p>Spirito Santo, la Tua luce illumini le nostre menti, onde cerchiamo sempre la verità e non ci lasciamo traviare da falsi profeti. Ripeti in noi i prodigi della grazia che si verificarono nella prima comunità cristiana alla Tua discesa.</p>	<p>Fa' che vivendo in te, portiamo alla Chiesa e a Cristo redentore quanti ci circondano, contribuendo così a quel piano meraviglioso di salvezza del genere umano che, nella Pentecoste, ha dato i primi meravigliosi frutti. Amen.</p> <p style="text-align: right;"><i>Beata Elena Guerra</i></p>
---	--

La Bibbia descrive l'umiltà come docilità, modestia ed assenza di egocentrismo. La parola greca tradotta nei testi sacri come "umiltà" significa letteralmente "modestia nella mente". Vediamo dunque che l'umiltà è un atteggiamento del cuore, non semplicemente un comportamento esteriore. Una persona potrebbe fingere un'apparenza di umiltà, ma avere comunque un cuore pieno d'orgoglio ed arroganza.

**Dal Vangelo di Luca (Lc.14, 7-11)**

**[7] Osservando poi come gli invitati sceglievano i primi posti, disse loro una parabola: [8] "Quando sei invitato a nozze da qualcuno, non metterti al primo posto, perché non ci sia un altro invitato più ragguardevole di te [9] e colui che ha invitato te e lui venga a dirti: Cedigli il posto! Allora dovrai con vergogna occupare l'ultimo posto. [10] Invece quando sei invitato, va' a metterti all'ultimo posto, perché venendo colui che ti ha invitato ti dica: Amico, passa più avanti. Allora ne avrai onore davanti a tutti i commensali. [11] Perché chiunque si esalta sarà umiliato, e chi si umilia sarà esaltato".**

*Gesù stando in casa del fariseo che l'aveva invitato a pranzo osserva come gli invitati ricercano i primi posti. È un atteggiamento molto comune nella vita, non solo quando si sta a tavola: ciascuno cerca sempre il primo posto nell'attenzione e nella considerazione da parte degli altri. Tutti, cominciando da noi stessi, ne abbiamo esperienza. Ma badiamo bene, le parole di Gesù che esortano ad astenersi dal cercare il primo posto non sono semplicemente una esortazione di buon galateo; esse sono una regola di vita. Gesù chiarisce che è il Signore a donare a ciascuno la dignità e l'onore, non siamo noi stessi a darceli, magari vantando i nostri meriti. Come ha fatto nelle Beatitudini, Gesù rovescia il giudizio e i comportamenti di questo mondo. Chi si riconosce peccatore e umile viene esaltato da Dio, chi invece pretende riconoscimenti e primi posti rischia di autoescludersi dal banchetto.*

## **L'umiltà in altri passi della Bibbia**

Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero. (Matteo 11:29-30)

Non fate nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma ciascuno di voi, con tutta umiltà, consideri gli altri superiori a se stesso. (Filippesi 2:3)

Viene la superbia, verrà anche l'obbrobrio,  
mentre la saggezza è presso gli umili. (Proverbi 11:2)

Abbiate i medesimi sentimenti gli uni verso gli altri; non aspirate a cose troppo alte, piegatevi invece a quelle umili. Non fatevi un'idea troppo alta di voi stessi. (Romani 12:16)

Umiliatevi davanti al Signore ed egli vi esalterà. (Giacomo 4:10)

Rivestitevi dunque, come amati di Dio, santi e dilette, di sentimenti di misericordia, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di pazienza. (Colossesi 3:12)

L'orgoglio dell'uomo ne provoca l'umiliazione,  
l'umile di cuore ottiene onori. (Proverbi 29:23)

Frutti dell'umiltà sono il timore di Dio,  
la ricchezza, l'onore e la vita. (Proverbi 22:4)

Umiliatevi dunque sotto la potente mano di Dio, perché vi esalti al tempo opportuno. (1 Pietro 5:6)

Allora, sedutosi, chiamò i Dodici e disse loro: «Se uno vuol essere il primo, sia l'ultimo di tutti e il servo di tutti». (Marco 9:35)

Dio ha scelto ciò che nel mondo è ignobile e disprezzato e ciò che è nulla per ridurre a nulla le cose che sono, perché nessun uomo possa gloriarsi davanti a Dio. (1 Corinzi 1:28-29)

Il timore di Dio è una scuola di sapienza,  
prima della gloria c'è l'umiltà. (Proverbi 15:33)

Buono e retto è il Signore,  
la via giusta addita ai peccatori;  
guida gli umili secondo giustizia,  
insegna ai poveri le sue vie. (Salmo 25:8-9)

## **Per riflettere**

### ***La madre di tutte le virtù***

Tutti i santi hanno capito che l'umiltà dipende da Dio piuttosto che da se stessi e che Dio è tutto. Madre Teresa ha definito l'umiltà la madre di tutte le virtù. Disse: "Se sei umile, nulla ti toccherà, né lode, né disgrazia, perché sai cosa sei. Se sei incolpato, non sarai scoraggiato. Se ti chiamano santo non ti metterai su un piedistallo".

### ***Umiltà, autostima e coraggio***

Essere sinceramente umili non significa rinchiudersi in un cantuccio ma essere coraggiosi ed avere un'ottima autostima di se stessi e l'autostima di se stessi è la fiducia nel proprio valore o capacità. Pensiamo a Madre Teresa. Lei sì che aveva un'ottima autostima. Ha persino osato parlare contro l'aborto alla National Prayer Breakfast del 1993. Questo è coraggio. Questa è fiducia in se stessi. E questa è umiltà.

### ***Usare i nostri talenti***

Dio desidera poterci usare a sua gloria e per il suo scopo e tutti dobbiamo essere consapevoli di questo. Umiltà è usare i nostri talenti e le nostre capacità sotto la direzione e la guida di Dio e dare a Lui l'onore e la gloria per quanto è stato compiuto nelle nostre vite e tramite le nostre vite.

### ***Il potere dell'umiltà***

Il diavolo ha preferito passare l'eternità all'inferno piuttosto che umiliarsi davanti al suo creatore. E l'umiltà avrebbe protetto Adamo ed Eva dal pensare di poter disobbedire a Dio e diventare come lui. Tuttavia, attraverso la nostra umiltà e quindi l'obbedienza a Dio, il diavolo viene sconfitto. San Giovanni Vianney, il Curato d'Ars, spesso molestato dal diavolo, raccontava una conversazione con lui. Il diavolo disse: "Posso fare tutto quello che fai, posso anche fare le tue penitenze, posso imitarti in tutto. C'è una cosa, tuttavia, che non posso fare, non posso imitarti nell'umiltà". "Ecco perché ti sconfiggo", rispose San Giovanni Vianney.

### ***L'esempio di Maria***

Come fu la prima e più perfetta discepolo di Gesù Cristo in tutte le virtù, così Maria lo fu anche nell'umiltà, per cui meritò di essere esaltata sopra tutte le creature. Fu rivelato a santa Matilde che la prima virtù esercitata dalla Vergine fin dalla fanciullezza fu l'umiltà. È proprio degli umili il servire, e Maria non esitò ad andare a servire Elisabetta per tre mesi. Disse san Bernardo: "Elisabetta si meravigliò che Maria fosse venuta ma ancor più si stupì che fosse venuta non per essere servita, ma per servire. Giustamente l'ultima è diventata la prima perché, pur essendo la prima di tutti, si comportava come se fosse l'ultima".

### ***Il manuale pratico di Madre Teresa***

1. Parla il meno possibile di te stesso.
2. Tieniti occupato con i tuoi affari e non quelli degli altri.
3. Evita la curiosità (si riferisce al voler sapere cose che non dovrebbero interessarti).
4. Non interferire negli affari degli altri.
5. Accetta piccole irritazioni con buon umore.
6. Non soffermarti sulle colpe degli altri.
7. Accetta le censure anche se non immeritate.
8. Abbandonati alla volontà degli altri.
9. Accetta insulti e ferite.
10. Accetta il disprezzo, dimenticandolo o ignorandolo.
11. Sii cortese e delicato anche quando provocato da qualcuno.
12. Non cercare di essere ammirato e amato.
13. Non proteggerti dietro la tua stessa dignità.
14. Arrenditi nelle discussioni, anche quando hai ragione.
15. Scegli sempre l'attività più difficile.



## 6^ Domenica Tempo Ordinario

### Dal Vangelo secondo Luca (6,17.20-26)

**In quel tempo, Gesù, disceso con i Dodici, si fermò in un luogo pianeggiante. C'era gran folla di suoi discepoli e gran moltitudine di gente da tutta la Giudea, da Gerusalemme e dal litorale di Tiro e di Sidone.**

**Ed egli, alzati gli occhi verso i suoi discepoli, diceva: «Beati voi, poveri, perché vostro è il regno di Dio. Beati voi, che ora avete fame, perché sarete saziati. Beati voi, che ora piangete, perché riderete.**

**Beati voi, quando gli uomini vi odieranno e quando vi metteranno al bando e vi insulteranno e disprezzeranno il vostro nome come infame, a causa del Figlio dell'uomo.**

**Rallegratevi in quel giorno ed esultate, perché, ecco, la vostra ricompensa è grande nel cielo.**

**Allo stesso modo infatti agivano i loro padri con i profeti.**

**Ma guai a voi, ricchi, perché avete già ricevuto la vostra consolazione. Guai a voi, che ora siete sazi, perché avrete fame. Guai a voi, che ora ridete, perché sarete nel dolore e piangerete.**

**Guai, quando tutti gli uomini diranno bene di voi. Allo stesso modo infatti agivano i loro padri con i falsi profeti.**

Nella sesta domenica del tempo ordinario la Chiesa propone alla nostra meditazione uno dei brani più noti dell'intera Bibbia: il discorso della montagna o delle beatitudini.

Ci viene presentata la versione di Luca che differisce da quella di Matteo per numerosi particolari; due, particolarmente vistosi, saltano subito agli occhi.

Matteo dice che Gesù ha pronunciato il suo discorso su una montagna mentre Luca dice che Gesù si fermò su un luogo pianeggiante. Matteo indica otto beatitudini mentre Luca indica quattro beatitudini e quattro maledizioni.

I "guai" indicati da Luca ci richiamano alla realtà, alle nostre ricchezze, ai nostri sprechi, al nostro consumismo indecente, alle stranezze di un'esistenza troppo sazia e troppo sicura di sé, troppo spensierata e troppo apprezzata, viziata da un eccessivo consenso.

Ci obbligano a fare i conti con le parole decise di Gesù che vorremmo tanto ignorare, smussare e in qualche modo attutire.

Da sempre la grande tentazione è proprio questa: ridurre l'annuncio di speranza ad una consolazione generica che lascia tutto come prima, illudersi di poter entrare nel Regno con i nostri bagagli ingombranti, senza dover cambiare e senza abbandonare tutto quello che ostacola il progetto d'amore di Dio.



Signore Gesù, Ti prego, rendimi umile, buono, mite. Dammi la forza di resistere a qualsiasi tentazione che voglia innalzare stoltamente la mia vanità, fa' che i miei pensieri siano sempre umili e che ami tutti, anche quelli con cui ho avuto contrasti e	quanti non mi sono simpatici. Donami la forza di pensare bene di tutti, di pregare per loro e per chi non mi ama. Infondimi il Tuo Spirito perché in ogni persona veda un fratello o una sorella da rispettare e apprezzare.
--	--