

Cenacolo del Vangelo  
per i cresimandi

8

## «MITEZZA» L'altra faccia dell'umiltà

**Canto:** *(a scelta)*

**Segno:** *Sulla pianta fissare un cartoncino a forma di foglia con la scritta MITEZZA*

**Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo...**

### **Animatore**

L'ottavo frutto dello Spirito Santo è la Mitezza. Vogliamo comprendere che la mitezza è una libera scelta, è rinuncia volontaria a usare quelle parole rudi e quei gesti violenti che la cultura di oggi propone come unica forza per poter essere qualcuno e fare qualcosa. «Mite è l'uomo che evita sia l'ira che l'invidia!» Solo così, infatti, la si può vivere nella speranza della propria salvezza e della salvezza di tutti, anche di coloro che ci ostacolano.

### **Invocazione allo Spirito Santo**

*Vieni, Spirito Santo, vieni Spirito Consolatore,  
vieni, Spirito di Mitezza!*

Riempi i nostri cuori della Tua Mitezza  
e donaci di seminare armonia e dolcezza.

*Vieni, Spirito Santo, vieni Spirito Consolatore,  
vieni, Spirito di Mitezza!*

### **Dal Vangelo secondo Matteo (5, 1-2. 5)**

«Vedendo le folle, Gesù salì sul monte: si pose a sedere e si avvicinarono a lui i suoi discepoli. Si mise a parlare e insegnava loro dicendo: "Beati i miti perché erediteranno la terra"».

*Parola del Signore*

### **Salmo 130 (a cori alterni)**

Signore, non si inorgolisce 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.

## Breve pausa di silenzio

*Dalla Lettera Pastorale L'Albero dello Spirito...non foglie ma frutto di S. E. Rev.ma Mons. Mario Russotto*

Mite è l'uomo che non si lascia trascinare dalle sue emozioni negative, quando viene a confronto con i malfattori e con il loro successo. Mite è l'uomo che evita sia l'ira che l'invidia! Nella istruzione sulle due vie, la Didachè insegna: «Sii mite, poiché i miti ereditano la terra... Non esaltare te stesso e non abbandonare la tua anima all'impudenza; la tua anima non si attacchi a coloro che sono in posizione elevata, ma vivi nella società dei giusti e degli umili» (Did 3,7-9)...La mitezza è virtù indispensabile per l'armonia della comunità e l'unità della Chiesa, sempre minacciata da dissensi e divisioni umane. San Paolo nella Lettera agli Efesini insiste molto sull'unità dello Spirito, fondata nell'unico Dio Padre di tutti. Per vivere e conservare questa unità occorre «ogni umiltà e mitezza e longanimità» (Ef 4,2). Questi tre atteggiamenti sono enumerati nella Lettera ai Colossesi insieme con la misericordia e la bontà. Anche qui si tratta di mantenere l'unità e la pace «perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo» (Col 3,12-15). La mitezza è dunque l'altra faccia dell'umiltà. Il mite, infatti, si astiene da ogni forma di superbia, arroganza e vanità, non si innalza sopra gli altri e non li considera inferiori a sé, ma «con tutta umiltà, considera gli altri superiori a se stesso» (Fil 2,3).

## Riflessione

### Interrogativi per riflettere e meditare...

1. Ho il coraggio di vivere la mitezza in famiglia, in parrocchia e con gli amici?
2. Accetto la correzione fraterna con mitezza e umiltà?

### Confronto...e preghiere spontanee

## Mi impegno a...

## Padre nostro che sei nei cieli...

## Preghiera finale

*Signore Gesù, mite e umile di cuore, Tu ci hai insegnato la strada della mitezza. O Signore, fa' che la Tua mite immagine si imprima nel nostro cuore e donaci la forza di rinunciare sempre ad ogni gesto ostile verso gli altri. Fa' che, fissando lo sguardo su di Te, riusciamo nello sforzo di diventare Tuoi discepoli. Insegnaci la dolcezza, la gentilezza, l'amabilità, la soavità nei gesti e nelle parole. Amen*

## Canto: (a scelta)