

## 24 gennaio: San Francesco di Sales, vescovo e dottore della Chiesa

**Testo del Vangelo ( Mt 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 Figlio se non il Padre, e 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».

---

*«Imparate da me, che sono mite e umile di cuore»*

Abbé Jean GOTTIGNY  
(Bruxelles, Belgio)

Oggi, 24 gennaio, si celebra la memoria liturgica di un uomo appassionato di Dio e del prossimo: San Francesco di Sales (1567-1622), vescovo di Ginevra, residente a Annecy, al tempo della Riforma.

Gesù consiglia di coltivare l'umiltà e la benevolenza, «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». (Mt 11,29). Due virtù morali da cercare quando stiamo procurando di farci un posto al sole a scapito di altri.

E non facciamo errore, la dolcezza non ha nulla a che fare con il sentimentalismo. Quella è il frutto della grazia di Dio e una conquista personale. Francesco di Sales, che era di un carattere impetuoso, è diventato paradigma di dolcezza, al prezzo di una battaglia quotidiana per tutta la vita. Parlando dalla sua esperienza personale,

**scrive nell'Introduzione alla vita devota: «Si prendono più mosche con una goccia di miele che con un barile di aceto». Era entrato nella scuola di Colui che viene presentato come «mite e umile di cuore» (Mt 11,29).**

**Non dobbiamo confondere l' umiltà del cuore con la timidezza. Quella consiste a dire il vero, cioè humus, fertilizzante naturale dove crescono facilmente gli alberi che Dio vuole piantare. «Il nostro Signore è così innamorato dell'umiltà che arriva con forza lì dove la trova» dice il Vescovo di Ginevra. L' umiltà presuppone la totale disponibilità all'azione divina e disponibilità senza guasti verso gli altri.**