

Introduzione allo studio biblico su Matteo 11,28-30

Claudia Mennen

Il brano biblico sul quale si basa la liturgia della Nigeria per la GMP 2026 è sorprendentemente breve e ben conosciuto. I tre versetti del Vangelo secondo Matteo si trovano raffigurati in alcune chiese, vengono citati spesso. Alcune traduzioni usano parole comuni, quotidiane; altre usano parole rare, poco note, immagini completamente diverse.

La brevità della citazione biblica mi sprona ad avvicinarmi al suo significato più profondo attraverso traduzioni diverse: prendo nota di finezze precedentemente nascoste, vengo toccata, commossa, incitata da alcuni particolari mentre altri mi lasciano indifferente. Tra le tante traduzioni ce n'è forse una che parla in maniera più diretta al mio cuore.

Parola biblica Matteo 11,28-30

«²⁸ Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo. ²⁹ Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mansueto e umile di cuore; e voi troverete riposo per le anime vostre; ³⁰ poiché il mio giogo è dolce e il mio carico è leggero.»
Nuova Riveduta

«²⁸ Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò. ²⁹ 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. ³⁰ Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero.»
Bibbia C.E.I.

«²⁸ Venite da me voi tutti che lavorate sotto un pesante giogo; io vi darò riposo. ²⁹ Prendete il mio giogo e imparate da me, lasciate che v'insegni, perché io sono umile e mite e da me troverete riposo per le vostre anime, ³⁰ perché io do soltanto pesi che non opprimono.»
La Parola è Vita

«²⁸ Voi tutti, affaticati e oppressi, su, venite a me e io vi farò riposare. ²⁹ Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, che sono mite e dal cuore umile; così troverete riposo per la vostra vita. ³⁰ Infatti, il mio giogo è agevole e il mio carico leggero.»
Traduzione Letteraria Ecumenica

Parola Biblica in Movimento

Per la Giornata mondiale di preghiera 2026 Claudia Mennen ha preparato una riflessione sul testo biblico, dandoci anche informazioni sul contesto. Claudia Mennen è teologa cattolica e ha collaborato alla fondazione della Scuola di Bibliodramma e Cura Pastorale a Wislikofen. Per noi ha preparato una «Parola Biblica in Movimento»: la responsabile del gruppo invita le partecipanti ad entrare nell'area del testo biblico e ad assumere diversi ruoli. Muovendosi insieme nello spazio e nel testo, le partecipanti rispondono a domande che aiutano a immergersi completamente negli avvenimenti biblici. Storia biblica e vicende personali si fondono in un'esperienza intima che può diventare, allo stesso tempo, esperienza di vita e di fede per il gruppo intero.

Béatrice Battaglia

Origine nel contesto giudeo-cristiano

Il Vangelo secondo Matteo è nato in un periodo storico ricco di conflitti e cambiamenti per la società giudeo-cristiana. Nell'anno 70 dopo Cristo viene distrutto il Tempio di Gerusalemme. C'è chi si chiede se la fine del Tempio significhi anche la fine del mondo, se il Messia sia già in arrivo. Si ricerca il significato della Legge per una religiosità quotidiana, per la propria identità, per il rapporto con Dio (vedi tensione tra Mt 5,17 e Mt 20,23 e seguenti).

I giudei che onorano Gesù quale Messia crocifisso e risorto sono fuggiti verso la periferia, in Galilea e Siria, perché le loro convinzioni religiose causano gravi conflitti con le sorelle e i fratelli di fede giudaica. I giudei che annunciano un Messia crocifisso vengono frustati dagli altri giudei e cacciati dalle sinagoghe.

Emerge il fariseismo, che vuole ancorare la liturgia del Tempio nella vita quotidiana della gente. Ciò significa che le leggi relative alla purità assumono grande importanza. L'enfasi posta sulla corretta osservanza giornaliera della Legge si differenzia dall'insegnamento di Gesù, per il quale è importante l'atteggiamento verso il prossimo, e il quale parla di un Dio buono e misericordioso.

Il contesto biblico dell'invito del Signore



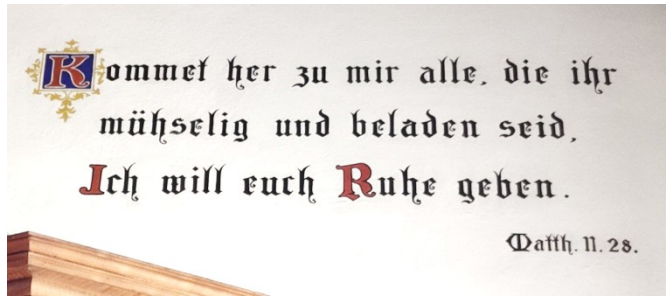
La pericope «²⁸ Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo. ²⁹ Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mansueto e umile di cuore; e voi troverete riposo per le anime vostre; ³⁰ poiché il mio giogo è dolce e il mio carico è leggero» (Mt 11,28-30) è da leggere sullo sfondo di queste divergenze.

Nei versetti precedenti (11,20-24) l'Evangelista Matteo riferisce che Gesù minaccia le città di **Corazin** e **Betsaida** con il giudizio perché esse non lo hanno riconosciuto quale Messia e non vogliono unirsi a lui. Nei versetti 25-27 Matteo parla della relazione intima tra Padre e Figlio: «²⁵ Io ti rendo lode, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e agli intelligenti, e le hai rivelate ai piccoli...²⁷ Ogni cosa mi è stata data in mano dal Padre mio; e nessuno conosce il Figlio, se non il Padre; e nessuno conosce il Padre, se non il Figlio, e colui al quale il Figlio voglia rivelarlo».

Nessun altro, neanche un esperto delle Scritture, può conoscere Dio come lo conosce Gesù. Solo gli innocenti, gli immaturi, i «piccoli», riconoscono che la via alla pienezza di vita del Regno di Dio passa attraverso Gesù. Si può dedurre che la comunità di Matteo si è identificata con i «piccoli», mentre con sapienti e intelligenti vengono intesi gli scribi e i farisei che monopolizzano la conoscenza delle Scritture e di Dio e disprezzano i «piccoli». In questo contesto l'invito «Venite a me!» implica anche un «Non andate da loro!»

Gli intelligenti e i sapienti, gli scribi e i dottori della Legge, impongono ad altre persone pesanti fardelli, carichi che loro stessi non portano (cfr. Mt 23,4 e il lamento di Mt 23,13). Stanche e affaticate sono le persone che si sforzano senza posa a osservare le severe regole della Legge, senza mai riuscire a soddisfarne appieno le richieste. Esse mancano d'istruzione, non sanno spiegare la Tora. Ma Gesù invita proprio loro ad andare da lui «per trovare riposo alle loro anime». In questo invito risuona l'antica tradizione giudaica della Sapienza nella quale la Sapienza esorta a cercarla, ad andare da lei (Prov 8; Siracide 6,18-37; 24,19-22).

Il ristoro di cui parla Gesù non è un semplice riposo. Da Gesù si trova lo «shalom», la pace e il riposo completo, che riguarda tutta la vita, anche il rapporto con altri e altre e il mondo intero.



«Venite a me, voi tutti che siete travagliati ed aggravati. Io vi darò riposo».

Chiesa Riformata di Uetikon, © Béatrice Battaglia

Il giogo di Gesù è leggero perché Egli aiuta a portarlo

Il giogo leggero di Gesù è in contrasto col giogo della Legge. Il giogo è un attrezzo usato in agricoltura per tenere insieme due buoi nei pesanti lavori nei campi. Nel giudaismo si parlava abitualmente del giogo della Legge. Nel suo invito Gesù usa quindi un'immagine familiare. In origine la Tora era intesa come saggia guida per la vita; col tempo divenne però un giogo rigido e pesante, soprattutto per i poveri che non riuscivano a osservare le numerose leggi relative alla purità. D'altra parte, il giudaismo parla anche della gioia della Legge, la *simchat Tora*.

Fanno parte del contesto dell'«invito del Signore» anche le apparenti contraddizioni delle richieste che Gesù fa nel Sermone sul Monte (Mt 5). Come è possibile che il suo giogo non pesi, che il suo fardello sia leggero?

Secondo Matteo, Gesù vuole che prendiamo su di noi il suo giogo perché Egli è mansueto e umile di cuore. A differenza degli scribi e dei farisei, per i quali conta solo il prestigio sociale (Mt 23,5-7), Gesù si distingue per la sua empatia, la sua compassione e misericordia, il suo spirito di servizio (Mt 20,28).

Allo stesso tempo, il giogo di Gesù è legato all'esperienza esistenziale: il rapporto con Gesù rende meno difficile la conduzione della nostra vita. La descrizione di sé stesso come «mansueto e umile di cuore» deve essere compresa quale invito a entrare in una relazione di amicizia con Lui. In questo legame affettuoso diventa logico e facile condurre una vita all'insegna della bontà e della misericordia.

Claudia Mennen, teologa cattolica, cofondatrice della Scuola di Bibliodramma e Cura Pastorale a Wislikofen
<https://www.bibliodramaundseelsorge.ch/>