

### Matteo 11

**28** Venite a me, voi tutti,  
che siete affaticati e oppressi,  
ed 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.

### Luca 10

**38** Mentre erano in cammino,  
entrò in un villaggio

e una donna, di nome Marta,  
lo accolse nella sua casa.

**39** Essa aveva una sorella, di nome **Maria**,  
la quale, sedutasi ai piedi di Gesù,  
**ascoltava la sua parola;**

**40** Marta invece  
**era tutta presa dai molti servizi.**

Pertanto, fattasi avanti, disse:  
«Signore, non ti curi che mia sorella  
mi ha lasciata sola a servire?

**Dille dunque che mi aiuti».**

**41** Ma Gesù le rispose: «Marta, Marta,  
tu ti preoccupi e ti agiti per molte cose,

**42** ma una sola è la cosa di cui c'è bisogno.

**Maria si è scelta la parte migliore,  
che non le sarà tolta».**

### 1 Samuele 9,27

Samuele disse a Saul: . . . . .

**«Tu fermati un momento,  
perché io ti faccia intendere la parola di Dio».**

### Siracide 51

**23** Avvicinatevi,  
voi che siete senza istruzione,

**prendete dimora nella mia scuola.**

**24** Fino a quando volete rimanerne privi,  
mentre la vostra anima ne è tanto assetata?

**25** Ho aperto la bocca e ho parlato:  
**«Acquistatela senza denaro.**

**26** Sottoponete il collo al suo giogo,  
accogliete l'istruzione.

Essa è vicina e si può trovare.

**27** Vedete con gli occhi che poco mi faticai,  
**e vi trovai per me una grande pace».**

### Salmo 1

**1** Beato l'uomo che  
**non segue** il consiglio degli empi,

**non indugia** nella via dei peccatori  
**e non siede** in compagnia degli stolti;

**2** ma si compiace della legge del Signore,  
**la sua legge medita giorno e notte.**

**3** Sarà come albero  
**piantato lungo corsi d'acqua,**

che darà frutto a suo tempo  
e le sue foglie non cadranno mai;

riusciranno tutte le sue opere.

**4** Non così, non così gli empi:  
ma come pula che il vento disperde;

**5** perciò non reggeranno gli empi nel giudizio,  
né i peccatori nell'assemblea dei giusti.

**6** Il Signore veglia sul cammino dei giusti,  
ma la via degli empi andrà in rovina.

## **Giovanni 6**

**60** Molti dei suoi discepoli,  
dopo aver ascoltato, dissero:

**«Questo linguaggio è duro;  
chi può intenderlo?».**

**61** Gesù, conoscendo dentro di sé  
che i suoi discepoli  
proprio di questo mormoravano,

disse loro: «Questo vi scandalizza?

**62** E se vedeste il Figlio dell'uomo salire  
là dov'era prima?

**63** È lo Spirito che dà la vita,  
la carne non giova a nulla;

**le parole che vi ho dette  
sono spirito e vita.**

**64** Ma vi sono alcuni tra voi  
che non credono».

Gesù infatti sapeva fin da principio  
chi erano quelli che non credevano

e chi era colui che lo avrebbe tradito.

**65** E continuò: «Per questo vi ho detto  
che nessuno può venire a me,  
se non gli è concesso dal Padre mio».

**66** Da allora molti dei suoi discepoli  
si tirarono indietro  
e non andavano più con lui.

**67** Disse allora Gesù ai Dodici:  
«Forse anche voi volete andarvene?».

**68** Gli rispose Simon Pietro:  
**«Signore, da chi andremo?  
Tu hai parole di vita eterna;**

**69** noi abbiamo creduto e conosciuto  
che tu sei il Santo di Dio».

## **Salmo 119 (118)**

**97** Quanto amo la tua legge, Signore;  
tutto il giorno la vado meditando.

**98** Il tuo precetto  
mi fa più saggio dei miei nemici,  
perché sempre mi accompagna.

**99** Sono più saggio di tutti i miei maestri,  
perché medito i tuoi insegnamenti.

**100** Ho più senno degli anziani,  
perché osservo i tuoi precetti.

**101** Tengo lontano i miei passi  
da ogni via di male,  
per custodire la tua parola.

**102** Non mi allontano dai tuoi giudizi,  
perché sei tu ad istruirmi.

**103** Quanto sono dolci al mio palato  
le tue parole:  
più del miele per la mia bocca.

**104** Dai tuoi decreti ricevo intelligenza,  
per questo odio ogni via di menzogna.

**105** Lampada per i miei passi è la tua parola,  
luce sul mio cammino.

**106** Ho giurato, e lo confermo,  
di custodire i tuoi precetti di giustizia.

.....  
**109** La mia vita è sempre in pericolo,  
ma non dimentico la tua legge.

**110** Gli empi mi hanno teso i loro lacci,  
ma non ho deviato dai tuoi precetti.

**111** Mia eredità per sempre  
sono i tuoi insegnamenti,  
**sono essi la gioia del mio cuore.**

**112** Ho piegato il mio cuore  
ai tuoi comandamenti,  
in essi è la mia ricompensa per sempre.