

# INDICE

**Presentazione** 5

## **Capitolo I**

Sulle orme di Cristo che ci ha lasciato  
il suo esempio 9

1. Chiamata di Dio: mistero di gratuità 9

2. In adesione totale alla volontà di Dio  
per il bene di tutta l'umanità 18

3. Tenere lo sguardo fisso su Gesù  
per contemplare il volto del Padre 27

4. Conformi a Cristo per seminare bontà e pace 36

5. Farsi «servi» per amore di Cristo e dei fratelli 45

6. Rimanere in Cristo come scelta  
del più grande amore 52

## **Capitolo II**

Imitatori di Cristo in cui c'è stato solo il sì 63

1. Pregare per comprendere la volontà di Dio 63

2. Vivere nell'obbedienza in unione a Cristo 71

3. Guardare a Cristo e al suo amore per noi,  
per servirlo con gioia nei fratelli 80

### Capitolo III

#### Seguendo Gesù mite e umile di cuore 91

1. Umiltà: un dono da chiedere al Signore  
ogni giorno 91
2. Umili per amare con cuore libero Dio  
e i fratelli 95
3. Un cammino permanente di umiltà  
per obbedire a Dio e ai fratelli 99
4. Umili per vivere nel dono di sé  
e nella gratitudine 103
5. In umiltà e carità al servizio gli uni degli altri 104
6. Imparare da Gesù il silenzio dell'umiltà 106
7. Conformarsi a Cristo nell'umiltà e nell'amore 109
8. Contenti di avere poco per poter ricevere  
Cristo 112
9. Con lo sguardo a Maria mite e umile icona  
della Chiesa 116

### Capitolo IV

#### Con lo sguardo a Cristo nulla anteponendo al suo amore 119

1. Veramente poveri per accogliere tutto  
con gratitudine 119
2. Attendere in silenzio la salvezza del Signore 127
3. Accogliere il fiume della grazia divina  
per farla straripare nel mondo 138
4. Vivere in attesa dell'incontro con colui  
che viene in mezzo a noi 145

- |                                                                       |     |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|
| 5. Conoscere Gesù per diventarne<br>un'icona splendente               | 156 |
| 6. Vivere nell'obbedienza sull'esempio di Gesù                        | 160 |
| 7. Stabiliti sulla roccia che è Cristo<br>per vivere nella pace       | 169 |
| 8. Accogliere il dono dello Spirito Santo<br>per irradiarlo nei cuori | 178 |