क. "हे सब परिश्रम करने वालों और बोझ से दबे लोगों, मेरे पास आओ; मैं तुम्हें विश्राम दूँगा।"

- इस पद के तात्कालिक संदर्भ के अनुसार (मत्ती 11:27), हम यह निष्कर्ष निकाल सकते हैं कि यीशु हमें विश्राम दे सकता है क्योंकि वह परमेश्वर है, और वह पिता के साथ एक है।
- यीशु अपने आप और बिना शर्त आराम नहीं देता है। एक साधारण शर्त है: "आओ।"
- यीशु के पास आने के लिए हमें दो काम करने होंगे। पहला सबसे आसान है: थका हुआ और दबा होना, और आराम की आवश्यकता महसूस करना।
- दूसरा यह है कि हम अपने बोझ को स्वयं नियंत्रित करने से इंकार करें, और उन्हें यीशु के पास लाएँ ताकि वह उन्हें संभाल सके।

ख. "मेरा जूआ अपने ऊपर उठा लो; और मुझ से सीखो,"

- एक जूआ आमतौर पर जानवरों के कंधों पर रखा जाता था ताकि उनका काम आसान हो सके (जैसे कि जुताई)।
- हालाँकि, जूए की एक सीमा भी होती है। जानवर आज़ाद नहीं है, लेकिन उसे वह करना पड़ता है जो उसका मालिक चाहता है कि वह करे।
- यीशु अपना जूआ हमारे ऊपर रखता है, ताकि हमारा बोझ उठाना आसान हो। दूसरी ओर, हम उसका जूआ स्वीकार करके उसकी इच्छा के अधीन हो जाते हैं, और फिर हम उस तरह से काम करना सीखते हैं जैसे वह हमसे चाहता है।
- हम उसका जूआ लेकर मसीह के सहयोगी बन जाते हैं। हमें उसके साथ और उसके लिए काम करना है।

ग. "क्योंकि मैं नम्र और मन में दीन हूँ: और तुम अपने मन में विश्राम पाओगे।"

- पौलुस ने लिखा कि यीशु मूसा की तरह (गिनती 12:3) नम्र है (2 कुरिथियों 10:1)। नम्रता पवित्र आत्मा का फल है (गलातियों 5:22-23)। प्रत्येक विश्वासी को नम्रता से कार्य करना चाहिए (कुलुसियों 3:12; 1 तीमुथियुस 6:11; तीतुस 3:2)।
- यीशु की नम्रता और विनयशीलता का अर्थ यह नहीं था कि वह अपने विरोधियों को मुँहतोड़ जवाब नहीं दे सकता था। उसने दयालुता से कार्य किया और बलपूर्वक अपनी इच्छा नहीं थोपी।
- उसकी नम्रता स्पष्ट रूप से तब दिखाई दी जब उसने क्रूस पर चढ़ने की पेशकश की (फिलिपियों 2:8)। वह तब हमारा उद्धारकर्ता बन गया। केवल वही था जो हमें पाप के बोझ से मुक्त कर सकता था, हमारे दुखों को कम कर सकता था, और हमारी आत्मा को विश्राम दे सकता था।

घ. "क्योंकि मेरा जूआ सहज है"

- जूए का उपयोग गुलामी या अधीनता की छवि के रूप में किया गया है।
- इस संदर्भ में, हमें ऐसे जुए मिल सकते हैं जो भारी हैं और गुलाम बनाते हैं। उदाहरण के लिए, खतना (प्रेरितों के काम 15:10) या कर्मों द्वारा उद्धार पाना (गलातियों 5:1)।
- उन जूओं के विपरीत, यीशु का जूआ आसान है। उसका जूआ "स्वतंत्रता की व्यवस्था" का प्रतीक है (याकूब 2:12)। जब हम परमेश्वर की आज्ञाओं के उद्देश्य को समझते हैं, तो वे "कठिन नहीं" होती हैं। (1 यूहन्ना 5:3)।
- जब हम उसकी धार्मिकता से आच्छादित हो जाते हैं और उसके साथ चलते हैं तो यीशु हमें थामे रहता है। जब हम गिरते हैं तो वह हमें उठाता है और हमें धार्मिकता की ओर ले जाता है।

ङ. "और मेरा बोझ हल्का है।"

- जूआ आमतौर पर दो जानवरों द्वारा पहना जाता था, इसलिए व्यक्तिगत प्रयास कम हो जाता था। यदि एक जानवर कमजोर होता था, तो दूसरा अपनी ताकत से मदद कर सकता था।
- यीशु मजबूत हिस्सा है, और हम उस पर भरोसा कर सकते हैं। वह हमारे लिए बोझ को हल्का करता है।
- यीशु हमारा उदाहरण है। यित्रो ने मूसा को दूसरों के साथ बोझ बाँटना सिखाया (निर्गमन 18:13-22), और हमें भी दूसरों की मदद करनी चाहिए: "तुम एक दूसरे के भार उठाओ, और इस प्रकार मसीह की व्यवस्था को पूरी करो " (गलातियों 6:2)।
- दुसरों का बोझ उठाने का मतलब है गिरे हुओं को वापस लाना, मुश्किल समय में एक दूसरे की मदद करना, एक दुसरे को सहारा देना... अपने बोझ को साझा करना कुछ ऐसा है जिसे परमेश्वर ने हमें एक चर्च के रूप में करने की आज्ञा दी है। इसके लिए नम्रता की आवश्यकता होती है और करुणा उत्पन्न होती है।