

# Abitare la vita

*Lunedì*



## LODE DEL MATTINO

Meglio aggiungere vita ai giorni, che non giorni alla vita.

Rita Levi Montalcini

Tu sei la vita  
che dona semi in pace perché noi li curiamo in bellezza,  
che schiarisce il pensiero tra le carezze,  
che trae in salvo il passato e lo risemina nel futuro.

Tu sei il pane  
e davanti a Te è il grano trebbiato di tutta una vita.  
Tu sei il buon pastore  
sussurri il mio nome e mi precedi,  
e quando mi smarrisco mi cerchi e mi dici:  
«Torna, ricostruiremo la casa».

Tu sei la via  
della mia ricerca inquieta, la distanza del mio fuggire.

Tu sei la porta  
che ci invita ad andare oltre la soglia,  
perché sai che il vento è pericoloso in uno stretto.

Tu sei il figlio dell'uomo  
che ami il mio contorto cuore,  
tenerezza di figlio che mi toglie al mio guscio.

Tu ci sei,  
portaci l'ora della sincerità e del fuoco e ricordaci  
che ogni cosa che vive è santa.

## **SALMO** sl 23,1-4. 6

Il Signore è il mio pastore:  
nulla manca ad ogni attesa,  
in verdissimi prati mi pasce,  
mi disseta a placide acque.

È il ristoro dell' anima mia,  
in sentieri dritti mi guida  
per amore del santo suo nome,  
dietro lui mi sento sicuro.

Pur se andassi per valle oscura  
non avrò a temere alcun male  
perché sempre mi sei vicino.

Bontà e grazia mi sono compagne  
quanto dura il mio cammino  
io starò nella casa di Dio  
lungo tutto il migrare dei giorni.

## **LA PAROLA** Dt 30, 15. 19b-20

Vedi, io pongo oggi davanti a te la vita e il bene, la morte e il male. Io ti ho posto davanti la vita e la morte, la benedizione e la maledizione. Scegli dunque la vita, perché viva tu e la tua discendenza, amando il Signore, tuo Dio, obbedendo alla sua voce e tenendoti unito a lui, poiché è lui la tua vita e la tua longevità per poter così abitare nel paese che il Signore ha giurato di dare ai tuoi padri, Abramo, Isacco e Giacobbe.



## Con gli INDUISTI

lo so questa vita è piena di gioie e dolori, di risa e di pianto.  
lo non so perché tutto questo; quali saranno i frutti del  
susseguirsi laborioso di tutto l'universo.  
lo non so che avverrà poi in questo mondo tanto oscuro...  
se avrà o non avrà fine il dolore dell'universo, se le stesse  
speranze dell'assetato di giustizia saranno o meno appagate.  
lo non domando ai dotti di conoscere il mistero della vita, né  
pretendo di sciogliere da solo i nodi che legano l'universo.  
lo credo d'essere legato ad un solo destino assieme a  
miriadi di vite; mi consegno perduto all'amore che  
conduce il mondo.

Rabindranath Tagore

### PREGHIERA COMUNE

Per ogni alba che schiarisce nel cielo,  
per ogni uccello che si sveglia  
io ti ringrazio, Signore.

Per ogni mucca che si lascia mungere  
per regalarci il latte del mattino,  
io ti ringrazio (e la ringrazio), Signore.

Per ogni netturbino che pulisce le strade,  
per ogni vigile che facilita il traffico,  
io ti ringrazio (e lo ringrazio), Signore.

Per tutti quelli che vorrebbero pregarti e non sanno:  
e per quelli che saprebbero pregarti e non vogliono,  
in loro favore e al loro posto,  
io ti prego, Signore.

Adriana Zarri



## LODE DELLA SERA

C'è un tesoro, il senso della vita,  
che si può trovare solo là dove ci  
si trova quotidianamente.

Martin Buber

Abito la vita carezzo la realtà  
Nutro questa vita amo ciò che dà.

Vivo qui nel mio presente portato dentro il cuore,  
vivo senza scappare per vie senza tane  
le parole e le azioni non si incontrano più  
nel correre dei giorni, nella fretta dei gesti.

La vita morde il pane, voglia di arrivare  
fino alla sostanza fino alle radici.  
All'amore non bastano parole ma silenzio e verità,  
miele di molte estati vedrai maturerà,

I miei muri crollino e che il nuovo arrivi  
innocente e nudo risvegli la mia vita,  
speranze taciute pensieri troppo chiusi  
il vento li profumi soffiando su di me.

Mi tocchi la tua voce prima delle parole  
e la tua tenerezza a placare la mia sete.  
Mi parli sussurrando apri i miei misteri,  
vedi ciò che vale, fai uscire la mia luce.

Luigi Verdi

**SALMO** sl 16, 2.5.8-9. 11

Ho detto a Dio: Signore,  
tu sei il mio unico bene.

È lui, il Signore, la mia porzione,  
mio calice, mio destino.

Sono fissi al Signore gli occhi miei per sempre,  
con lui a fianco, incertezza non scuote.

Gioiscono cuore e sensi per questo e tripudiano:  
tutto il mio essere riposa sicuro.

Tu la via alla vita m'insegnerai:  
oh, la gioia al vedere il tuo volto,  
solo gioia lo starti vicino!

**LA PAROLA** Lc 18, 18.22

Un notabile lo interrogò: «Maestro buono, che cosa devo fare per avere in eredità la vita eterna?». Gesù gli disse: «Una cosa ancora ti manca: vendi tutto quello che hai, distribuiscilo ai poveri e avrai un tesoro nei cieli; e vieni! Seguimi!».



## *Con gli* INDUISTI

Vita della mia vita, cercherò di conservare puro il mio corpo sempre, sapendo che la tua carezza vivente sfiora tutte le mie membra.

Sempre cercherò di allontanare ogni falsità dai miei pensieri, sapendo che tu sei la verità che ha acceso la luce della ragione nella mia mente.

Tagore,

### **PREGHIERA COMUNE**

Signore insegnaci ad indossare ogni giorno la nostra condizione umana come un vestito da ballo, che ci farà amare per Te tutti i particolari, come gioielli che non possono mancare.

Facci vivere la nostra vita, non come un gioco di scacchi in cui ogni mossa è calcolata, non come una partita in cui tutto è difficile, non come un teorema che ci fa rompere la testa, ma come una festa senza fine in cui si rinnova l'incontro con Te.

Come un ballo, come una danza, tra le braccia della tua grazia, nella musica universale dell'amore. Signore, vieni ad invitarci.

Madeleine Delbrêl