BUONGIORNO TANTO PER COMINCIARE

Meravigliosa la solita vita

Signore, ieri sera ho chiesto all'amica "come va?"
Mi ha risposto con tono quasi annoiato "niente di nuovo,...la solita vita!".
Spesso si pensa che ciò che dà sapore alla vita è lo straordinario, un evento inatteso, l'avventura...! ...ma nella "solita vita"non c'è niente di bello? "la solita vita" non è forse meravigliosa?
Signore, aiutaci tu a scoprire che svegliarsi ogni mattina, vedere la luce del nuovo giorno è un fatto straordinario... riprendere al mattino la "solita vita" è un fatto nuovo perché ogni giorno tu ci dai la possibilità, al di là dell'età, di crescere in saggezza ed amore... di nutrirci di te, di riscaldarci al "sole" della tua Parola, di incontrare la gente, di ammirare gli occhi innocenti dei bambini... di fare del bene, di sentirci utili, di amare il nostro lavoro...
...quante possibilità ci offri Signore...!
E allora che dirti? Solo e semplicemente grazie!
Chiederti perdono se nella "solita vita" non sappiamo incontrarti, amarti nel volto dei fratelli, nella bellezza del creato, nel nostro cuore che è in pace solo se lì ci sei tu.
Aiutaci, Signore, nell'ordinarietà della vita a scoprire che tu ci salvi perché ci vuoi bene.
(Giuditta De Feo)

Lo sguardo

Adesso Signore, sto per chiudere le mie palpebre, perché i miei occhi questa sera hanno finito il loro lavoro, e il mio sguardo sta per rientrare nella mia anima dopo aver girato una giornata nel giardino degli uomini.

Grazie, Signore, per i miei occhi, finestre aperte sullo spazio. Grazie per lo sguardo che trasporta la mia anima come il raggio generoso conduce la luce e il calore del tuo sole.
Io ti prego nella notte, affinché domani, Signore, quando aprirò i miei occhi al chiarore del mattino, essi siano pronti a servire la mia anima e il suo Dio.
Fa' che i miei occhi siano chiari, Signore, e che il mio sguardo limpido dia fame di purezza.
Fa' che non sia sguardo deluso, disilluso, disperato. Ma che sappia ammirare, estasiarsi, contemplare.
Concedi ai miei occhi di sapersi chiudere per ritrovarti meglio, ma senza che si distolgano mai dal mondo perché essi ne hanno paura. Concedi al mio sguardo di essere profondo per riconoscere nel mondo la tua presenza.
E fa' che mai i miei occhi si chiudano sulla miseria degli uomini. Che il mio sguardo, Signore, sia pulito e saldo, ma sappia intenerirsi e che i miei occhi siano capaci di piangere.
Fa' che il mio sguardo non sporchi colui che tocca.
Che non disturbi ma plachi.
Che non rattristi ma comunichi Gioia.
Che non seduca per tener prigioniero,ma sia invitante e aiuti a superare se stessi.
Fa' che disturbi il peccatore affinché vi riconosca la tua luce, ma che sia solo un rimprovero per incoraggiare.
Fa' che il mio sguardo sconvolga, perché è un incontro, l'incontro con Dio.
Che sia l'appello, lo squillo di tromba che mobilita tutto il mondo sulla soglia di casa, non a causa mia, Signore, ma perché Tu stai per passare.
Affinché il mio sguardo sia tutto questo, Signore, una volta di più, questa sera, io ti offro la mia anima. Ti offro il mio corpo.
Ti offro i miei occhi così che guardando gli uomini, miei fratelli, sia tu a guardarli, e che attraverso me Tu faccia loro un richiamo.
(Michel Quoist)

Fretta

Hai mai guardato i bambini in un girotondo?
O ascoltato il rumore della pioggia quando cade a terra?
O seguito mai lo svolazzare irregolare di una farfalla?
O osservato il sole allo svanire della notte?
Faresti meglio a rallentare.
Non danzare così veloce.
Il tempo è breve.
La musica non durerà.

Percorri ogni giorno in volo?
Quando dici "Come stai?" ascolti la risposta?
Quando la giornata è finita ti stendi sul tuo letto con centinaia di questioni successive che ti passano per la testa?
Faresti meglio a rallentare.
Non danzare così veloce
Il tempo è breve.
La musica non durerà.

Hai mai detto a tuo figlio,"lo faremo domani?" senza notare nella fretta, il suo dispiacere?
Mai perso il contatto, con una buona amicizia che poi finita perché tu non avevi mai avuto tempo di chiamare e dire "Ciao"?
Faresti meglio a rallentare.
Non danzare così veloce
Il tempo è breve.
La musica non durerà.

Quando corri cosi veloce per giungere da qualche parte ti perdi la metà del piacere di andarci.
Quando ti preoccupi e corri tutto il giorno, come un regalo mai aperto . . .gettato via.
La vita non è una corsa.
Prendila piano.
Ascolta la musica.

A te che soffri

A te che in questo momento stai soffrendo: ti chiedo di essere forte, di scoprire la luce che brilla nella tua anima.
Sentiti avvolto dalla mia grazia che mai ti abbandona, il mio sguardo è su di te e ti amo infinitamente. Dalla croce pesante del tuo dolore grida il tuo amore verso di me, non perderti d'animo, colora la tua esistenza con i pastelli più incisivi, sappi scoprire la bellezza di essere un vero prodigio e non temere mai nulla, Io ti sono sempre vicino, ti sostengo e guido i tuoi passi dovunque tu andrai... a volte comprendo che ti senti solo e perso tra le mura di un ospedale o della tua casa, ma sappi che io sono seduto accanto a te, ti sussurro all'orecchio dolci parole, ti parlo come ad un amico, a un fratello, a un bimbo... sei una persona splendida per me e mai ti dimenticherò... sei nel mio cuore, ricco di amore e di tenerezza, a volte pensi che sia io a farti soffrire ma come potrei? Ti ho fatto di poco inferiore agli angeli, di gloria e di onore ti ho coronato, come potrei farti tutto questo e come mi potrei dimenticare di te?
Figlio mio carissimo, da tempo ho fissato i miei occhi su di te, sei amabile e ricco di tenerezza, soffro con te e per te, vivo con te il dolore che ti consuma e ti stringe dentro l'anima, ma tu sii forte, sii tenace nella tua impresa e a tutti devi saper donare un sorriso, anche quando ti costa... vedo anche come vivi la terapia, il disagio per le tante prestazioni che devi subire, ma abbandonati a me e non temere mai nulla, come un bimbo stretto tra le braccia della sua tenerissima madre, tale sei tu, stretto nell'abbraccio del mio amore e mai ti abbandonerò, perché so che tu mi sai ascoltare, mi sai amare...figlio mio tenerissimo, ho un amore speciale per te, credimi, come la pupilla dei miei occhi, così voglio proteggerti e stringerti a me...
Consegnami il tuo cuore, la tua anima, la tua persona e lasciati abitare dalla mia grazia, solo così potrai essere la mia dimora, abiterò in te e farò di te un raggio della mia presenza..
Grazie di quanto ogni giorno mi regali, grazie di ogni sorriso nella sofferenza e grazie perché nonostante tanto dolore, sai guardare a me con grande amore e speranza...
Tuo Padre Dio

Questo nuovo giorno
Questo nuovo giorno sia veramente tuo,
da te condotto nella mia vita,
secondo la tua volontà.
Che io sia guidata per mano da te.
A te affido quanto ho di più caro:
la famiglia, la vera amicizia,
il lavoro, le mie responsabilità,
i miei problemi, le mie sofferenze,
la mia città, la mia patria.
Affido a te la mia fede debole,
il mio coraggio incerto,
la mia fiducia spenta,
la mia volontà stanca,
il mio cammino disorientato.
Dammi tu l'energia per vivere con dignità,
per affrontare e superare le difficoltà
con coerenza e con coraggio.
Fammi, Signore,
strumento di pace dovunque sarò,
con chiunque mi incontrerò,
e in qualunque vicenda verrò a trovarmi.
Signore, sento che tu mi stai dicendo:
«Buon giorno!».
Grazie! Signore!
E questo l'unico augurio
di cui ho veramente bisogno,
non solo perché sincero,
ma perché onnipotente!
(Franca Angelini)

Semina

Semina, semina l'importante è seminare:
un po', molto, tutto il grano della speranza.
Semina il tuo sorriso, perché tutto splenda intorno a te.

Semina la tua energia, la tua speranza per combattere
e vincere la battaglia quando sembra perduta.
Semina il tuo coraggio per risollevare quello degli altri.
Semina il tuo entusiasmo per infiammare il tuo prossimo.
Semina i tuoi slanci generosi, i tuoi desideri,
la tua fiducia, la tua vita.
Semina tutto ciò che c'è di bello in te,
le piccole cose, i nonnulla.
Semina, semina e abbi fiducia,
ogni granellino arricchirà un piccolo angolo della terra.

ANEDDOTI

Il liutaio Martin Castelin era cieco nato, e tuttavia fabbricava benissimo i suoi strumenti musicali, e persino creava da sé gli utensili del suo mestiere. - Cosa desidererebbe vedere di più? - gli chiesero un giorno. - I colori - rispose. - Tutto il resto è come se lo avessi veduto. - Come? E non le piacerebbe per esempio di vedere il cielo? -No, quello mi piacerebbe più toccarlo!

Per 35 anni Paul Cezanne visse nell'ombra, producendo capolavori che regalava ai suoi vicini ignari. Amava tanto il suo lavoro, che non lo sfiorava neppure l'idea che avrebbe potuto ottenere dei riconoscimenti e non sospettava che un giorno sarebbe stato considerato il padre della pittura moderna. Egli deve la sua celebrità ad un commerciante di Parigi il quale ebbe occasione di vedere alcuni

suoi dipinti, ne raccolse un certo numero e fece una mostra. Tutti ebbero così la sorpresa di trovarsi davanti ad un grande maestro. Quest'ultimo era altrettanto stupito. Arrivò alla galleria d'arte appoggiato al braccio del figlio e quando vide i suoi quadri in esposizione non riuscì a trattenere tutta la sua meraviglia. Rivolgendosi al figlio esclamò: "Guarda li hanno incorniciati!".

Sulla tomba di Chateaubriand, a Saint-Malò sul lido atlantico, non c'è nome, né data, né iscrizione, nulla. Vi si innalza solo una croce. Il grande pensatore l'aveva chiesto al sindaco di Saint-Malò in una lettera del 1831: "La croce dirà che l'uomo riposante ai suoi piedi era un suddito di Cristo, questo sarà sufficiente al mio ricordo".

Il Card. Dechamps, famoso arcivescovo di Malines, raccontò così la storia della sua conversione al seguito di Gesù. «Ero fanciullo. Assistevo all'ingresso trionfale del re del Belgio nel giorno della sua incoronazione. Da una finestra vedevo tutto il meraviglioso corteo regale, tra una folla di popolo in festa. Passato il re, a poco a poco, il viale tornò deserto. Allora così ragionai nel mio piccolo cuore: - Questo è un re che passa! È meglio mettersi con un re, che non 'passa'mai! E mi feci prete ».

S. Filippo Neri, camminando un giorno per le vie di Roma, andava dicendo: "Sono disperato! Sono disperato!". Un certo religioso, quasi scandalizzato, lo corresse; ma il santo allora disse: "Padre mio, sono disperato di me, ma confido in Dio!"

All’inizio del 1900 la famosa attrice Irma Grammatica diede a Pietroburgo in Russia uno spettacolo in italiano. Alla fine, il pubblico che non aveva capito il significato delle parole, chiese ancora un pezzo. A corto di soggetti Irma decise di recitare i numeri da 1 a 100, colorandoli di tutte le emozioni possibili: amore, passione, angoscia, rabbia, delusione, gioia. Fu uno strepitoso successo. Ecco la prova di come non basta che la parola sia collegata al cervello: deve essere anche collegata al cuore.

LETTURE

Succede....

La vita è così... Sono cose che capitano. Succede...
Sì.
Succede che io stia bene e quell'altro languisce in un sanatorio.
Succede che io rischi l'indigestione e l'indiano muore di fame.
Succede che io tenga il mio bravo conto in banca e il vicino di casa vada a impegnare una coperta al Monte di Pietà.
Succede che io mi preoccupi per scegliere la villeggiatura e la famiglia di fronte si disperi per il pagamento dell'affitto (due camere in otto).
Succede che io vada in ufficio con l'utilitaria - è più maneggevole della coupé - e lo scaricatore si presenti alle 6 di mattino sulla banchina del porto a vedere se qualcuno ha bisogno delle sue braccia.
Succede che i miei figli ricevano per Natale dei doni favolosi e quella bambina sarda scriva: "Caro Gesù Bambino, vorrei una mela...".
Succede.
Succede che io sia un buon cristiano e quegli altri no.
Succede che io faccia l'elemosina e quegli altri la ricevano.
Succede che io abbia (o mi illuda di avere) Cristo senza la Croce, e quegli altri la croce senza il Cristo.
Succede.
Il gioco della vita è bizzarro. "A chi tocca tocca" (purché tocchi sempre agli altri).

Ma ho già i miei fastidi, io! Perché occuparmi di quelli degli altri? Che c'entro io?
C'entri, eccome! Dal momento che c'entra anche Dio.
Ecco, ora mi sembra sia possibile rispondere a una semplicissima domanda del catechismo: "Dov'è Dio?".
"Dio è all'altro capo della croce".
La mia croce. Proprio questa. E anche quella dell'altro.
Dovunque ci sia una croce, non c'è che da afferrarla con le mie mani. Da un lato qualsiasi. Dall'altro c'è sempre Lui.
D'ora in poi so dove trovarlo.
(Alessandro Pronzato)

La preziosita' della vita

C'era una volta un uomo che viveva in una grande metropoli. Ogni sera si recava allo stesso ristorante e si sedeva al medesimo tavolo. Si sentiva molto solo. Ma un giorno vide sul suo tavolo una bellissima rosa, e fu pervaso da una sensazione di gioia. E ogni giorno tornava, e durante il pasto rimirava quella rosa. A volte era triste, altre felice, altre ancora indifferente o irritato. Ma benché il suo stato d'animo mutasse e il tempo passasse, notò che la rosa era sempre la stessa. Com'era possibile? Non se ne capacitava.
Poi, con tanto riguardo, la toccò - non aveva mai osato farlo, prima - - Ma sentendo quant'erano rigidi i margini delle foglie, si rese conto che la rosa non era viva: era finta. Allora, infuriato, la strappò da quel vaso senz'acqua e la fece a pezzi. Poi pianse e si sentì più solo che mai.
Non non siamo fatti per amare cose immortali. Solo ciò che è insostituibile, unico e mortale può toccare la nostra sensibilità umana più profonda ed esser fonte di speranza e consolazione. Dio divenne amabile solo quando divenne mortale. Egli divenne il nostro Salvatore perché la sua mortalità non fu fatale ma fu l'accesso alla speranza.
(da "Muta il mio Dolore in Danza" di Henri Nouwen - Edizioni S. Paolo)

Se siamo un mondo senza pace

Se siamo un mondo senza pace, la colpa non è di questi o di quelli, ma di tutti. Se dopo venti secoli di Vangelo siamo un mondo senza pace, i cristiani devono avere la loro parte di colpa.
Tutti abbiamo peccato e veniamo ogni giorno peccando contro la pace. Se qualcuno osa tirarsi fuori dalla comune colpevolezza e farla cadere soltanto sugli avversari, egli pecca maggiormente, poiché, invelenendo gli animi, fa blocco e barriera col suo fariseismo.
Se la colpa di un mondo senza pace è di tutti, e dei cristiani in modo particolare, l'opera della pace non può essere che un'opera comune, nella quale i cristiani devono avere un compito precipuo, come precipua è la loro responsabilità.
Ogni sforzo verso la pace ha una sua validità: chiunque vi provi dev'essere guardato con fiducia e benevolenza. Il politico può far delle cernite, porre delle pregiudiziali: il cristiano mai. Il cristiano non può rifiutare che il male, per comporre universalmente ogni cosa buona.
La pace è un bene universale, indivisibile: dono e guadagno degli uomini di buona volontà.
La pace non s'impone ("Non ve la do come la dà il mondo"); la pace si offre ("Lascio a voi la pace"). Essa è il primo frutto di quel comandamento sempre "nuovo", che la germina e la custodisce: "Vi do un comandamento nuovo: amatevi l'un l'altro".
(Primo Mazzolari, "Tu non uccidere")

Mille campane

C'era un tempio costruito su un'isola, a circa tre chilometri dal continente. In quel tempio c'erano mille campane d'argento, grandi e piccole. Campane forgiate dai migliori artigiani del mondo. Ogni volta che il vento soffiava o c'era tempesta, le campane suonavano. Si diceva che chiunque ascoltasse quelle campane sarebbe stato illuminato e preso da una profonda esperienza di Dio.

Passarono i secoli e l'isola sprofondò nell'oceano. L'isola, il tempio e le campane. Si continuò però a tramandare la tradizione, secondo cui di tanto in tanto, quando le campane suonavano, chi avesse avuto il dono di sentirle, sarebbe stato trasportato fino a Dio. Attratto dalla leggenda, un giovane intraprese un viaggio di molti chilometri fino ad arrivare al luogo dove, si diceva, molti anni prima stava il tempio. Si sedette al primo posticino all'ombra che trovò e si mise in atteggiamento di intenso ascolto per cogliere il suono di quelle campane. Per quanto si sforzasse, tutto ciò che riuscì ad ascoltare fu il rumore delle onde che andavano a spezzarsi sulla spiaggia o che si infrangevano sugli scogli. Questo lo irritò, perchè tentava di allontanare quel rumore per udire il suono delle campane. Provò una settimana, quattro
settimane, otto settimane... trascorsero tre mesi. Quando stava per desistere, una notte sentì gli anziani del villaggio parlare della tradizione e delle persone che avevano ricevuto la grazia. Il suo cuore si infiammò. Ma sapeva che un cuore entusiasta non poteva sostituire il suono di quelle campane.

Dopo aver tentato per sei o otto mesi, decise di lasciar perdere. Forse si trattava solo di una leggenda, forse la grazia non era riservata a lui. Salutò le persone con cui aveva vissuto e andò alla spiaggia per accomiatarsi dall'albero che gli aveva dato ombra, dal mare e dal cielo. Mentre stava li, cominciò ad ascoltare il suono delle onde e scoprì per la prima volta che era un suono piacevole, rilassante; e il suono lo condusse al silenzio. E mentre il silenzio si faceva sempre più profondo, avvenne qualcosa.

Udì il tintinnare di una piccola campana. Si spaventò e pensò: "Deve trattarsi di una suggestione. Sto producendo io questo suono". Di nuovo si mise ad ascoltare il rumore del mare, si rilassò, e rimase in silenzio. Il silenzio si fece più denso e di nuovo udì il tintinnio di una campana. Prima di spaventarsi, un'altra campana suonò e poi un'altra e un'altra e un'altra... E poi una sinfonia delle mille campane del tempio che suonavano all'unisono. Venne portato fuori di sè e ricevette la grazia dell'unione con Dio.

Se volete ascoltare il suono di una campana, ascoltate il suono del mare. Se volete riconoscere il ballerino, guardate la danza.

Se volete ascoltare la voce di un cantante, ascoltate la canzone. Guardate, ascoltate, nutrite la speranza che un giorno vi sarà concesso di vedere e riconoscere interiormente...
(Antony De Mello)

Mi hai fatto proprio bene!

Signore, nel realizzare il tuo disegno eterno, mi hai chiamato all'esistenza in quel contesto di dati che sono la mia storia. Perché così e non in altro modo?Ti sei forse sbagliato? No.
Tu non mi hai creato per sbaglio, né per distrazione, né per contrattempo. Al momento giusto, all'ora tua, secondo il tuo disegno e la tua volontà, secondo la tua scelta, tu mi hai formato. Sono fatto bene per essere santo. Se dicessi di no mi parrebbe di mancarti di riguardo, di dire che neppure a te riescono le cose come le vuoi, che anche a te capitano gli infortuni.
Signore, sono fatto bene per te.
Alle volte perdonami se te lo dico, mi trovo fatto un po' meno bene per me. Ma confesso, sia pure con un po' di fatica, che è più importante essere fatto bene per te che per me.
I miei limiti non devono essere motivo di cruccio per la mia superbia, né motivo di malumore quando gli altri li vedono.
Signore, ti benedico e ti ringrazio che mi hai fatto come mi hai fatto.
Gli altri possono dire quello che vogliono. Io ho solo da dirti: grazie.
Ho solo da benedirti, ho solo da sentire una riconoscenza eterna perché mi hai fatto come mi hai fatto.
E quando gli altri trovano che sono uno sgorbio, più che una cosa buona, io, Signore, credo a te.
Alle volte mi prende la voglia di vedere come te la caverai con questa povera creatura che io sono.
E penso che la vita eterna sarà beata anche per questo: perché là capirò quello che adesso non capisco e mi spiegherò ciò che adesso è un mistero.
(Card. Ballestrero)

Mi ami tu?

"Mi ami tu?": è l'ultima domanda di Gesù a Pietro, Pietro era triste al pensiero di aver rinnegato tre volte Gesù, prima della sua crocifissione. Ed ecco il Risorto sta dinanzi a lui. Gesù non lo condanna per il suo rinnegamento. Non prende l'atteggiamento del forte. Non tira sulla corda della cattiva coscienza già attaccata al collo di Pietro.
Nel Cristo vi sono viscere d'umanità: Lui pure durante la sua vita terrena ha percorso cammini d'oscurità.
A Pietro, Cristo dice solo queste tre parole: "Mi ami tu?" e Pietro risponde: "Signore, tu sai che ti amo". Una seconda volta Gesù riprende: "MI ami tu?". E Pietro di nuovo: "Ma lo sai che ti amo". Una terza volta Gesù insiste: "Mi ami più di tutti costoro?" E Pietro scosso: "Signore, tu conosci ogni cosa, tu sai che ti amo":
Da quel giorno ad ogni essere umano sulla terra, il Cristo instancabilmente domanda: "Mi ami tu?".
Vi sono giorni in cui ci turiamo le orecchie: la domanda ci è insopportabile. Essa è intollerabile per colui che non ha mai sperimentato l'amore umano, per chi esperimenta solo l'abbandono, o la ferita ricevuta nell'innocenza della sua infanzia.
Essa è intollerabile per noi tutti quando ci rivela quella parte di solitudine che nessuna intimità umana può colmare, quella parte di solitudine nella quale Dio ci aspetta. E quando la rivolta si esaspera, la domanda ci appare come una condanna poiché per amare non basta un atto della volontà.
Lo sappiamo abbastanza? Il Cristo non obbliga mai ad amarlo. Ma Lui, il Vivente, rimane al fianco di ciascuno, come un povero, come un oscuro. E' presente anche negli eventi più squallidi, nella fragilità dell'esistenza. Il suo amore è presenza non d'un solo istante ma di sempre. Quell'amore d'eternità apre un aldilà al nostro vivere. Senza quell'altrove, senza quell'aldilà, l'uomo non ha più speranza... e svanisce il gusto di procedere. Di fronte a quell'amore d'eternità, lo sentiamo, la nostra risposta concreta non può essere fuggitiva, per un periodo soltanto, con la possibilità di ritornare sulle nostre decisioni in seguito. La nostra risposta non può neppure essere uno sforzo della volontà; taluni vi si infrangerebbero. Essa è innanzitutto un abbandonarsi.
Rimanere dinanzi a Lui, con o senza parole, significa sapere dove riposare il nostro cuore, significa rispondergli da poveri. In questo consiste la molla segreta dell'esistenza, il rischio del Vangelo.

"Anche se talvolta io non so più se ti amo o no, o Cristo, tu sai tutto, tu sai che ti amo".
Grandi felicità sono offerte a colui che corre il rischio di un tale amore, senza calcolarne troppo le conseguenze. Quando ricerchiamo in primo luogo la felicità per noi stessi, essa a breve o lunga scadenza ci abbandona. Quanto più ardentemente la inseguiamo, tanto più lontano se ne fugge da noi.
Cercatore appassionato del suo amore d'eternità, chiunque tu sia saprai dove riposare il tuo cuore? Attraverso le tue stesse ferite, egli apre la porta della pienezza: la lode del suo amore. Abbandonati, donati. In questo consiste la guarigione delle ferite, e non solo delle tue: già, in Lui, ci guariamo reciprocamente.
Roger Schutz

HANNO DETTO

Su: Lavoro
"Se si escludono istanti prodigiosi e singoli che il destino ci può donare,
l'amare il proprio lavoro, che purtroppo è privilegio di pochi, costituisce la migliore approssimazione concreta alla felicità sulla terra. Ma questa è una verità che non molti conoscono."
(Primo Levi)

"In ogni attività la passione toglie gran parte della difficoltà."
(Erasmo da Rotterdam)

"Recessione è quando il tuo vicino perde il lavoro. Depressione è quando lo perdi tu. Panico quando lo perde anche tua moglie."
(Boris Makaresko)

Su : Risata
Cani che abbaiano, talora mordono; uomini che ridono non sparano mai. (Konrad Lorenz)

Le risate sono marmellata spalmata sul pane della vita. Le danno più gusto, la rendono meno arida e più facile da mandar giù. (Diane Johnson)

La risata è il sole che scaccia l'inverno dal viso di una persona. (Victor Hugo)

E per finire due proverbi:

Da chi non ride mai, sta' lontano come dai guai.

Ogni volta che uno ride, toglie un chiodo dalla bara.

Su : Vizi
Quando i vizi ci lasciano, ci lusinga la credulità che siam noi, che lasciam loro (Machiavelli)

La mente prigioniera del proprio piacere, la volontà schiava del proprio desiderio non possono accogliere i semi di un piacere più alto, di un desiderio soprannaturale.(T.Merton)

Spesso gli uomini scambiano la notorietà con la fama, e preferiscono imporsi all'attenzione degli altri per i propri vizi e le proprie stravaganze piuttosto che passare inosservati.(Harry S. Truman)

Coloro che disprezzano la passione sono anche i più incapaci di provarla. (Lavelle)

Su : Violenza
"Restituire violenza alla violenza moltiplica la violenza, aggiungendo una più profonda oscurità a una notte ch'è già priva di stelle.
L'oscurità non può allontanare l'odio; solo l'amore può farlo."
"Abbiamo imparato a volare come gli uccelli, a nuotare come i pesci, ma non abbiamo imparato l'arte di vivere come fratelli."
(Martin Luther King)

La violenza è un metodo di lotta inferiore, brutale, illusorio soprattutto, figlio di debolezza, fonte di debolezza, malgrado, anzi in ragione dei suoi effimeri trionfi. (Filippo Turati)

Chi è nell'errore compensa con la violenza ciò che gli manca in verità e forza. (Johann Wolfgang von Goethe)

Su : Umiltà

Grande uomo è colui che non ha perduto il suo cuore di fanciullo. (Meng-Tsè)

Quando un uomo orgoglioso pensa di essere umile, il suo caso è senza speranza. (T.Merton)

I santi sono lieti di essere santi non perché la loro santità li renda mirabili agli altri, ma perché il dono della santità rende loro possibile di ammirare tutti gli altri. Essa dà loro una vista che può scorgere il bene nei più terribili criminali. Essa li libera dal peso di giudicare gli altri uomini, di condannarli. (T.Merton)

Fa bene, ogni tanto, sentirsi terribilmente piccoli.(Lin Yutang)

Su : Collera

Quando scoppia la collera tra due uomini, quello che non risponde è il più saggio. (Euripide)

Vincere la collera è trionfare del proprio più grande nemico (Publilio Siro)

Le conseguenze della collera sono molto più gravi delle sue cause. (Marco Aurelio)

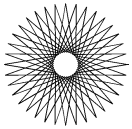
PENSIERI DEI PADRI DELLA CHIESA

POLICARCO DA SMIRNE : LA PREGHIERA DI UN MARTIRE SUL ROGO

Signore, Dio onnipotente, Padre di Gesù Cristo, Figlio tuo diletto e benedetto, che ci ha insegnato a conoscerti.
Dio degli angeli, di tutta la creazione e della discendenza dei giusti che vive alla tua presenza, ti benedico perché mi hai giudicato degno di questo giorno e di questa ora; degno di essere annoverato nel numero dei martiri; degno di accostarmi al calice del tuo Cristo per risorgere alla vita eterna con l'anima e il corpo, nell'incorruttibilità dello Spirito santo.
Possa io insieme ai martiri essere oggi ammesso alla tua presenza come vittima preziosa e gradita; porta a termine ciò che il tuo volere mi ha preparato e mi ha mostrato.
Tu, Dio della fedeltà e della verità, per questa grazia e per tutte le altre, ti lodo, ti benedico, ti glorifico, per mezzo del sacerdote eterno e celeste, Gesù Cristo, tuo Figlio diletto.
Per lui, con lui, e con lo Spirito santo sia gloria a te, ora e nei secoli futuri.

TEODORO STUDITA : CROCE
O dono preziosissimo della croce! Quale splendore appare alla vista! Tutta bellezza e tutta magnificenza. Albero meraviglioso all'occhio e al gusto e non immagine parziale di bene e di male come quello dell'Eden.
E' un albero che dona la vita, non la morte, illumina e non ottenebra, apre l'udito al paradiso, non espelle da esso.
Su quel legno sale Cristo, come un re sul carro trionfale. Sconfigge il diavolo padrone della morte e libera il genere umano dalla schiavitù del tiranno. Su quel legno sale il Signore, come un valoroso combattente. Viene ferito in battaglia alle mani, ai piedi e al divino

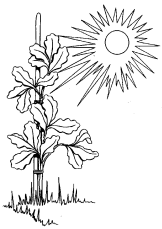
costato. Ma con quel sangue guarisce le nostre lividure, cioè la nostra natura ferita dal serpente velenoso.
Prima venimmo uccisi dal legno, ora invece per il legno recuperiamo la vita. Prima fummo ingannati dal legno, ora invece con il legno scacciamo l'astuto serpente. Nuovi e straordinari mutamenti! Al posto della morte ci viene data la vita, invece della corruzione l'immortalità, invece del disonore la gloria.
La morte fu uccisa dalla croce e Adamo fu restituito alla vita. Della croce tutti gli apostoli si sono gloriati, ogni martire ne venne coronato, e ogni santo santificato. Con la croce abbiamo rivestito Cristo e ci siamo spogliati dell'uomo vecchio. Per mezzo della croce noi, pecorelle di Cristo, siamo stati radunati in un unico ovile e siamo destinati alle eterne dimore.



TERTULLIANO : IL CANTO DELLA TENEREZZA DIVINA

La Bontà divina ha creato l'uomo: « Facciamo l'uomo a nostra immagine e somiglianza» (Gn 1,26). La Bontà parlò, la Bontà plasmò l'uomo dal fango, fino a farlo diventare sostanza unica. La Bontà «soffiò» fino a farlo diventare un'anima, non morta, ma « vivente ».

La Bontà lo fece signore di tutte le cose, per goderne e dominarle e anche per dar loro il nome. La Bontà diede inoltre delle gioie all'uomo, sicché, pur possessore di tutto il mondo, dimorasse in luoghi anche più ameni: lo trasferì nel giardino — già allora dal mondo alla Chiesa.



TEOFILO D'ANTIOCHIA : IL VOLTO DI DIO

Ascolta, o uomo; il volto di Dio è ineffabile, indescrivibile, non può essere visto da occhi di carne. Egli è infinito nella sua gloria, incomprensibile per grandezza, irraggiungibile da mente umana per altezza, incommensurabile per potenza, incomparabile per sapienza, inimitabile per bontà, inesprimibile per beneficenza.

Se lo chiamo « Luce », nomino una sua creatura,
se lo chiamo «Verbo », nomino il suo principio,
se lo chiamo «Mente », dico la sua saggezza,
se «Spirito », nomino il suo respiro,
se lo chiamo «Sapienza», nomino ciò che egli genera,
se «Forza», il suo dominio,
se « Potenza», la sua attività,
se lo chiamo «Provvidenza », nomino la sua bontà,
se «Sovranità », dico la sua gloria,
se « Giudice », lo dico giusto,
se lo chiamo«Padre», dico che egli è il tutto.

ORIGENE : L'AUTORITÀ DELLO SPIRITO SANTO

Per quanto riguarda lo Spirito santo, numerosi passi della Scrittura ci ragguagliano circa la sua esistenza, come dice Davide nel salmo: «Non togliere da me il tuo santo Spirito» (Sal 50, 13); e in Daniele si dice: «Lo Spirito santo è in te» (Dn 4,6).

Nel Nuovo Testamento abbiamo numerose testimonianze: quando viene descritta la discesa dello Spirito santo su Cristo, oppure quando il Signore, dopo la risurrezione, alita sugli apostoli dicendo: «Ricevete lo Spirito santo» (Gv 20,22) e quando l'angelo dice a Maria: «Lo Spirito santo scenderà su dite» (Lc 1,35).

Paolo insegna che «nessuno può dire: Signore Gesù, se non nello Spirito santo» (1Cor 12,3) e secondo gli Atti degli Apostoli lo Spirito santo veniva conferito durante il battesimo mediante l'imposizione delle mani degli apostoli. Da tutte queste testimonianze abbiamo imparato quale sia l'autorità e la dignità dello Spirito santo.

RACCONTI

I bruchi (Bruno Ferrero)
C'era una volta un gelso centenario, pieno di rughe e di saggezza, che ospitava una colonia di piccoli bruchi. Erano bruchi onesti, laboriosi, di poche pretese. Mangiavano, dormivano e, salvo qualche capatina al bar del penultimo ramo a destra, non facevano chiasso.
La vita scorreva monotona, ma serena e tranquilla. Faceva eccezione il periodo delle elezioni, durante il quale i bruchi si scaldavano un po' per le insanabili divergenze tra la destra, la sinistra e il centro. I bruchi di destra sostengono che si comincia a mangiare la foglia da destra, i bruchi di sinistra sostengono il contrario, quelli di centro cominciano a mangiare dove capita. Alle foglie naturalmente nessuno chiedeva mai un parere. Tutti trovavano naturale che fossero fatte per essere rosicchiate.
Il buon vecchio gelso nutriva tutti e passava il tempo sonnecchiando, cullato dal rumore delle instancabili mandibole dei suoi ospiti. Bruco Giovanni era tra tutti il più curioso, quello che con maggiore frequenza si fermava a parlare con il vecchio e saggio gelso.
"Sei veramente fortunato, vecchio mio", diceva Giovanni al gelso.
"Te ne stai tranquillo in ogni caso. Sai che dopo l'estate verrà l'autunno, poi l'inverno, poi tutto ricomincerà. Per noi la vita è così breve. Un lampo, un rapido schioccar di mandibole e tutto è finito".
Il gelso rideva e rideva, tossicchiando un po': "Giovanni, Giovanni, ti ho spiegato mille volte che non finirà così! Diventerai una creatura stupenda, invidiata da tutti, ammirata...".
Giovanni agitava il testone e brontolava: "Non la smetti mai di prendermi in giro. Lo so bene che noi bruchi siamo detestati da tutti. Facciamo ribrezzo. Nessun poeta ci ha mai dedicato una poesia.
Tutto quello che dobbiamo fare è mangiare e ingrassare. E basta".
"Ma Giovanni", chiese una volta il gelso, "tu non sogni mai?". Il bruco arrossì. "Qualche volta", rispose timidamente. "E che cosa sogni?".
"Gli angeli", disse, "creature che volano, in un mondo stupendo".

"E nel sogno sei uno di quelli?". "...Sì", mormorò con un fil di voce il bruco Giovanni, arrossendo di nuovo. Ancora una volta, il gelso scoppiò a ridere. "Giovanni, voi bruchi siete le uniche creature i cui sogni si avverano e non ci credete!". Qualche volta, il bruco Giovanni ne parlava con gli amici. "Chi ti mette queste idee in testa?", brontolava Pierbruco.
"Il tempo vola, non c'è niente dopo! Niente di niente. Si vive una volta sola: mangia, bevi e divertiti più che puoi! "Ma il gelso dice che ci trasformeremo in bellissimi esseri alati...". "Stupidaggini. Inventano di tutto per farci stare buoni", rispondeva l'amico. Giovanni scrollava la testa e ricominciava a mangiare. "Presto tutto finirà...scrunch... Non c'è niente dopo...scrunch... Certo, io mangio..scrunch, bevo e mi diverto più che posso...scrunch... ma...scrunch...non sono felice...scrunch... I sogni resteranno sempre sogni. Non diventeranno mai realtà. Sono sono illusioni", bofonchiava, lavorando di mandibole.
Ben presto i tiepidi raggi del sole autunnale cominciarono ad illuminare tanti piccoli bozzoli bianchi tondeggianti sparsi qua e là sulle foglie del vecchio gelso. Un mattino, anche Giovanni, spostandosi con estrema lentezza, come in preda ad un invincibile torpore, si rivolse al gelso. "Sono venuto a salutarti. È la fine. Guarda sono l'ultimo. Ci sono solo tombe in giro. E ora devo costruirmi la mia!". "Finalmente! Potrò far ricrescere un po' di foglie! Ho già incominciato a godermi il silenzio! Mi avete praticamente spogliato! Arrivederci, Giovanni!", sorrise il gelso. "Ti sbagli gelso. Questo...sigh...è...è un addio, amico!", disse il bruco con il cuore gonfio di tristezza. "Un vero addio. I sogni non si avverano mai, resteranno sempre e solo sogni. Sigh!".
Lentamente, Giovanni cominciò a farsi un bozzolo. "Oh", ribatté il gelso, "vedrai". E cominciò a cullare i bianchi bozzoli appesi ai suoi rami. A primavera, una bellissima farfalla dalle ali rosse e gialle volava leggera intorno al gelso. "Ehi, gelso, cosa fai di bello? Non sei felice per questo sole di primavera?". "Ciao Giovanni! Hai visto, che avevo ragione io?"sorrise il vecchio albero.
"O ti sei già dimenticato di come eri poco tempo fa?".
Parlare di risurrezione agli uomini è proprio come parlare di farfalle ai bruchi.
Molti uomini del nostro tempo pensano e vivono come i bruchi.
Mangiano, bevono e si divertono più che possono: dopotutto non si vive una volta sola? Nulla di male, sia ben chiaro. Ma la loro vita è

tutta qui. Per loro, la parola risurrezione non significa nulla. Eppure non sono felici...

Salvarsi (Tratto dal messalino Gam "In Ascolto", dicembre 2009)

Alcuni fratelli fecero visita ad abba Antonio e gli dissero: «Dacci una parola: come potremo essere salvati?». Disse loro l'anziano: «Avete ascoltato la scrittura? È quello che fa per voi!». Ma questi risposero: «Anche da te vogliamo sentire qualcosa, padre?». Disse loro l'anziano: «Dice il Vangelo: «Se uno ti percuote sulla guancia destra, porgigli anche l'altra? (Mt 5, 39)». Dissero: «Questo non siamo in grado di farlo». Disse loro l'anziano: «Se non potete porgere l'altra guancia, sopportate almeno di essere percossi su una». Gli dissero: «Neppure questo siamo in grado di fare». E l'anziano: «Se non potete fare neppure questo, almeno non restituite lo schiaffo che avete ricevuto (cf Rm 12, 17)». Dissero: «Non possiamo fare neppure questo». Allora l'abba Antonio disse al suo discepolo: «Prepara loro un brodino perché sono malati».
E a loro: «Se questo non potete farlo, quest'altro non lo volete, che cosa posso fare per voi? Bisogna solo pregare! ».

Storia della goccia d'acqua
Allora disse il gran Padre, il Padre di tutte le cose: "Vai, vai e non ritornare da me prima di aver mostrato agli esseri la mia presenza!" E ne fu spaventata. Non era che una piccola goccia d'acqua. Come avrebbe potuto dimostrare la potenza di Dio? Voleva tornare indietro ma non poteva. Era stata mandata.
Quando cadde dal cielo altissimo l'avvolse l'aria e quasi la consumò. Poi fu impastata dalla terra. Si vergognava perché prima era stata un piccolo specchio del cielo, ora invece, era piena di polvere attaccaticcia. E sentì una radice vicina. E la radice l'afferrò. Divenne parte di una pianta. Fu una fibra, un velo verde, un goccio di frutto. Si sentì bere più volte. Spesso soffiata via nel vapore, si rapprese col freddo e ricadde giù. Una lunga storia. Imparò a sentirsi terra e

vegetale. Visse molte volte pulsazioni nel sangue dei viventi. E fu fiume, lago, filo di perle quando cadeva nella rugiada del mattino. Le sembrò di perdersi, di sparire. Soffrì molto. Ora cercata con rabbia, ora pestata e dimenticata.
Poi un giorno, il sole la prese con più forza del solito, e la portò con sé in alto. Le disse: "Sono finite le tue stagioni, gocciolina, sali di nuovo. Ti aspetta il Gran Padre!". La goccia salì e le sembrò di essere felice. Ma quando vide protendersi in alto, verso di lei, rami, lingue vive, ebbe nostalgia.
Il Padre delle cose le sorrise: "Hai fatto bene, piccola mia - le disse - ora cosa vuoi?". "Ritornare giù, papà, ritornare giù! Qui vicino a te, sono un cristallo di gioia, ma laggiù, nel mondo pieno di sete, io sono molto di più: sono la tua presenza"

Lo studente e l'anello

Un alunno presentò al suo professore un problema: "Sono qui, professore, perché sono tanto debole, e non ho la forza per fare niente. Dicono che non servo a nulla, che non faccio bene niente, che sono lento e molto stupido. Come posso migliorare? Che posso fare per valorizzarmi di più?".
Il professore senza guardarlo, disse: "Sono molto spiacente mio caro, ma ora non posso aiutarti, devo prima risolvere il mio problema. Forse dopo. E facendo una pausa parlò: Se mi aiuterai, potrò risolvere il mio problema con più rapidità e dopo forse potrò aiutarti a risolvere il tuo".
"Chiaro, professore", balbettò il giovane, ma si sentì un'altra volta sminuito.
Il professore prese un anello che portava al mignolo, lo dette al ragazzo e disse: "Monta a cavallo e vai fino al mercato. Devi vendere questo anello perché devo pagare un debito. È necessario che tu ottenga per l'anello il massimo possibile, ma non accettare meno di una moneta d'oro. Va e torna con la moneta il più velocemente possibile".
Il giovane prese l'anello e partì. Arrivò al mercato e cominciò a offrire l'anello ai commercianti. Essi lo guardavano con interesse, fino a quando il giovane diceva quanto pretendeva per l'anello.

Quando il giovane menzionava una moneta d'oro, alcuni ridevano, altri andavano via senza nemmeno guardarlo, e solo un vecchietto fu amabile al punto di spiegargli che una moneta d'oro era molto preziosa per comprare un anello.
Tentando di aiutare il giovane, arrivarono a offrire una moneta d'argento e una tazza di rame, ma il giovane ricusava le offerte seguendo le istruzioni di non accettare meno di una moneta d'oro.
Dopo aver offerto il gioiello a tutti coloro che passavano al mercato e abbattuto per l'insuccesso, montò a cavallo e ritornò. Il giovane avrebbe desiderato avere una moneta d'oro per comprare egli stesso l'anello, liberando così il suo professore dalla preoccupazione e poter poi ricevere il suo aiuto e i suoi consigli.
Entrò in casa e disse: "Professore, mi dispiace molto, ma è impossibile ottenere ciò che ha chiesto. Forse si potrebbero ottenere 2 o 3 monete d'argento, ma non credo che si possa ingannare nessuno sul valore dell'anello".
"È importante quello che mi dici, ragazzo", obiettò sorridendo. "Prima si deve sapere il valore dell'anello. Prendi il cavallo e vai dal gioielliere. Chi meglio di lui può sapere il valore esatto dell'anello? Digli che vuoi venderlo e domanda quanto ti può dare. Ma non importa quanto ti offre, non lo vendere. Torna qui con il mio anello".
Il giovane arrivò dal gioielliere e gli dette l'anello da esaminare. Il gioielliere lo esaminò con una lente d'ingrandimento, lo pesò e disse: "Dica al suo professore che, se vuole venderlo ora, non posso dargli più di 58 monete d'oro".
"58 monete d'oro!", esclamò il giovane.
"Sì", replicò il gioielliere, "io so che col tempo potrei offrire circa 70 monete, ma se la vendita è urgente...".
Il giovane corse emozionato a casa del professore per raccontare quelle che era successo. Il professore dopo aver udito quanto offerto dal gioielliere, disse: "Lei è come questo anello, una gioia preziosa e unica. Può essere valutata solo da uno specialista. Pensava che chiunque potesse scoprire il suo vero valore? E così dicendo tornò a collocare il suo anello nel dito"
Tutti noi siamo come questa gioia. Preziosi e unici e andiamo per tutti i mercati della vita pretendendo che persone inesperte ci valorizzino. Ripensa al tuo valore!

Un vecchietto che da molto tempo si era allontanato dalla Chiesa, un giorno andò dal parroco. Sperava di essere aiutato finalmente a risolvere i suoi problemi di fede. Quando entrò nella canonica, c'era già una persona a parlare con lui. Il sacerdote intravide il vecchietto in piedi in corridoio, e subito, uscì a portargli una sedia.
Quando l'altro si congedò, il parroco fece entrare il vecchio signore. Conosciuto il problema, gli parlò a lungo e dopo un fitto dialogo, l'anziano, soddisfatto, disse che sarebbe tornato alla Chiesa. Il parroco, contento, ma anche un po' meravigliato, gli chiese: «Senta, mi dica, di tutto il nostro incontro, qual è l'argomento che più l'ha convinta a tornare a Dio?». «Il fatto che sia uscito a portarmi una sedia», rispose il vecchietto.

CAROTE, UOVA O CAFFE'?
Una figlia si lamentava con suo padre circa la sua vita e di come le cose le risultavano tanto difficili. Non sapeva come fare per proseguire e credeva di darsi per vinta. Era stanca di lottare. Sembrava che quando risolveva un problema, ne apparisse un altro.
Suo padre, uno chef di cucina, la portò al suo posto di lavoro. Lì riempì tre pentole con acqua e le pose sul fuoco. Quando l'acqua delle tre pentole stava bollendo, in una collocò carote, in un'altra collocò uova e nell'ultima collocò grani di caffè;. Lasciò bollire l'acqua senza dire parola.
La figlia aspettò impazientemente, domandandosi cosa stesse facendo il padre. Dopo venti minuti egli spense il fuoco. Tirò fuori le carote e le collocò in una scodella. Tirò fuori le uova e le collocò in un altro piatto. Finalmente, colò il caffè; e lo mise in un terzo recipiente. Guardando sua figlia, le chiese:'Cara figlia mia, carote, uova o caffè?'
La fece avvicinare e le chiese che toccasse le carote: ella lo fece e notò che erano soffici. Le chiese quindi di prendere un uovo e di romperlo: mentre lo tirava fuori dal guscio, osservò l'uovo sodo. Poi le chiese che provasse il caffè;, ed ella sorrise mentre godeva del suo ricco aroma.
Umilmente la figlia domandò:'Cosa significa questo, padre?'
Egli le spiegò che i tre elementi avevano affrontato la stessa avversità, 'l'acqua bollente', ma avevano reagito in maniera differente. La carota arrivò all'acqua forte, dura, superba; ma dopo

avere passato per l'acqua, bollendo era diventata debole, facile da disfare. L'uovo era arrivato all'acqua fragile, il suo guscio fine proteggeva il suo interno molle, ma dopo essere stato in acqua, bollendo, il suo interno si era indurito. Invece, i grani di caffè, erano unici: dopo essere stati in acqua, bollendo, avevano cambiato l'acqua.
'Quale sei tu, figlia?', le chiese. 'Quando l'avversità suona alla tua porta, come rispondi?
Sei una carota che sembra forte, ma quando l'avversità ed il dolore ti toccano, diventi debole e perdi la tua forza? Sei un uovo che comincia con un cuore malleabile e buono di spirito, ma che dopo una morte, una separazione, un licenziamento, una pietra durante il tragitto diventa duro e rigido? Esternamente ti vedi uguale, ma sei amareggiata ed aspra, con uno spirito ed un cuore indurito?O sei come un grano di caffè? Il caffè cambia l'acqua, l'elemento che gli causa dolore. Quando l'acqua arriva al punto di ebollizione, il caffè raggiunge il suo miglior sapore. Se sei come il grano di caffè, quando le cose si mettono peggio, tu reagisci in forma positiva, senza lasciarti vincere, e fai si che le cose che ti succedono migliorino, che esista sempre una luce che illumina la tua strada davanti all'avversità e quella della gente che ti circonda. Per questo motivo non mancare mai di diffondere con la tua forza e positività il dolce aroma del caffè!

RIFLESSIONI

Schiavi o liberi?
Schiavi quando pensiamo di fare da soli, quando contiamo solo sulle nostre forze.
Schiavi quando le nostre competenze, la nostra cosiddetta esperienza, sono la nostra sicurezza.
Schiavi quando crediamo che la nostra ragione debba essere affermata e non confrontata.
Schiavi quando le nostre azioni si basano sul nostro poter fare e spesso sulle incapacità degli altri.
Schiavi quando nemmeno ce ne rendiamo conto di esserlo.
Schiavi proprio quando ci sentiamo liberi di affermare che non siamo schiavi di nessuno.

Schiavi quando guardiamo male l'obbedienza, l'umiltà dei servi, la sofferenza che toglie dignità.
Schiavi quando ci ripugna l'agnello immolato, lo scandalo e la stoltezza della croce.
Il nostro Mar Rosso, il nostro passaggio è il giardino del Getsemani.
L'abbandono nell'amore del Padre, il primato della volontà di Dio,
l'accettazione del calice, essere fatti partecipi della stessa cena, ci dona libertà.
Liberi di sentirci amati.
Liberi di saperci accolti per quello che siamo e non per quello che ci piacerebbe essere senza riuscirci.
Liberi di aderire al Signore sciogliendo ogni vincolo che non ci permette di seguirlo.
Liberi perfino di sbagliare e di sentirci amati anche per questo.
Liberi di rendere grazie.
Liberi di partecipare al progetto di Dio.
Liberi di affrontare la sofferenza senza sapere prima come fare.
Liberi di vivere una fede che è dono e non conquista.
Liberi di abbandonarci conoscendo l'ampiezza delle braccia che ci accoglieranno.
Liberi di gioire davanti ad un sepolcro che è rimasto vuoto per sempre.
Liberi di annunciare a tutti che ci possiamo fidare di Lui.
Gesù risorto è la verità che ci rende liberi, colui che nella sua vita di figlio ha inserito anche noi perché possiamo sentirci nuovamente liberi e amati dal Padre

Speranza

Siamo tutti pieni di ferite e screpolature, ma se lo vogliamo, Dio sa fare meraviglie con le nostre ímperfezioni.
Ho fatto tanti sogni che non si sono mai avverati. Li ho visti svanire all'alba. Ma quel poco che grazie a Dio si è attuato, mi fa venire voglia di sognare ancora.
Ho formulato tante preghiere senza ricevere risposta, pur avendo atteso a lungo e con pazienza, ma quelle poche che sono state esaudite mi fanno venire voglia di pregare ancora.
Mi sono fidato di tanti amici che mi hanno abbandonato e mi hanno lasciato a piangere da solo, ma quei pochi che mi sono stati fedeli mi fanno venire voglia di avere ancora fiducia.

Ho sparso tanti semi che sono caduti per la strada e sono stati mangiati dagli uccelli, ma i pochi covoni dorati che ho portato fra le braccia, mi fanno venire voglia di seminare ancora.

Annuncio (Del Brel)
L'obbligo di annunciare la buona novella ci costringe a camminare simultaneamente al passo di Dio e al nostro: perciò avremo il più delle volte l'andatura dello zoppo o quella esitante di un cieco. Con tutte le nostre forze, il nostro spirito, il nostro cuore faremo dell'evangelizzazione l'applicazione del programma di Gesù Cristo. Ma questo programma che noi conosciamo affonda tutto in un piano che ci è oscuro. Del nostro lavoro di ogni giorno, sia pure perfetto, noi non sappiamo ciò che il Signore ne farà... e se molto maldestro o imperfetto, noi non sappiamo a che cosa servirà. Sappiamo soltanto che non andrà perduto ciò che si dona a Dio.

Mandati (Nouwmen)
Ciascuno di noi ha una missione nella vita.
Gesù prega il Padre per i suoi seguaci, dicendo: «Come tu mi hai mandato nel mondo, anch'io li ho mandati nel mondo» (Giovanni17,18).
Di rado ci rendiamo pienamente conto che siamo mandati per adempiere i compiti che Dio ci ha dato.
Agiamo come se fossimo noi a scegliere come, dove e con chi vivere.
Agiamo come se fossimo gettati allo sbaraglio nella creazione e dovessimo decidere come passare il tempo finché moriremo.
Ma siamo stati mandati nel mondo da Dio, proprio come Gesù.
Quando cominciamo a vivere con questa convinzione la nostra vita, scopriamo subito che cosa siamo stati mandati a fare.

PROPOSTE
Un grande maestro di chitarra, Doc Watson, era diventato cieco da quando aveva appena due anni, I suoi familiari, però, non gli diedero mai la sensazione di considerarlo un minorato. "I miei fratelli mi portavano fuori a giocare con loro", dice. "Io mi arrampicavo sugli alberi e cadevo come tutti gli altri. Imparai così il concetto di spazio e a trovare le cose orientandomi sull'eco dei suoni Suo padre ebbe un'importanza fondamentale nell'aiutarlo ad aumentare la fiducia in se stesso. "Avevo undici anni", ricorda Watson, "poco prima che la chitarra entrasse nella mia vita. Papà mi porse un piccolo "banjo" e mi disse: "Prendi, figliolo. Se imparerai a suonare bene questo strumento, potrà aiutarti ad affrontare il mondo". Invece di relegarmi in un angolino dicendomi: "Figlio mio, sei un povero cieco", mi lanciava delle sfide". Quante ali tarpate per mancanza di proposte! Non c'è niente che faccia crescere, quanto affidare ad uno un compito e credere che abbia le qualità per portarlo a termine.

Dio ci comanda la continenza (Agostino)
Tutta la mia speranza è riposta nell'ampiezza della tua misericordia. Concedimi ciò che comandi e comanda ciò che vuoi. Tu ci comandi la continenza, e c'è chi ha detto: «Sapendo che nessuno può essere continente se Dio non glielo concede, già era un segno di sapienza sapere da chi ci viene un simile dono» (Sap 8,21).
E grazie alla continenza che ci riportiamo a quell'Uno, da cui ci siamo allontanati disperdendoci nel molteplice. Ti ama meno chi, con te, ama qualche altra cosa non per causa tua. O Amore che ardi sempre e non estingui mai, Carità, Dio mio, infiammami. Mi comandi la continenza: concedimi ciò che comandi e comanda ciò che vuoi.

PAROLE DI SANTI

FRANCESCO D'ASSISI :
Tu sei santo, Signore solo Dio,
che operi cose meravigliose
Tu sei forte, Tu sei grande, Tu sei altissimo
Tu sei re onnipotente, Tu, Padre santo,
re del cielo e della terra
Tu sei trino ed uno, Signore Dio degli dei,
Tu sei il bene, ogni bene, il sommo bene,
il Signore Dio vivo e vero
Tu sei amore e carità, Tu sei sapienza,
Tu sei umiltà, Tu sei pazienza,
Tu sei bellezza, Tu sei mansuetudine
Tu sei sicurezza, Tu sei quiete.
Tu sei gaudio e letizia, Tu sei nostra speranza
Tu sei giustizia.
Tu sei temperanza,
Tu sei tutta la nostra ricchezza a sufficienza.
Tu sei bellezza, Tu sei mansuetudine.
Tu sei protettore, Tu sei custode e nostro difensore,
Tu sei fortezza, Tu sei refrigerio.
Tu sei la nostra speranza, Tu sei la nostra fede.
Tu se la nostra carità.
Tu sei tutta la nostra dolcezza,
Tu sei la nostra vita eterna, grande e ammirabile
Signore, Dio onnipotente, misericordioso Salvatore.

GIUSEPPINA BAKHITA

"Santa Giuseppina Bakhita, di origine Sudanese, rapita, venduta schiava, liberata e diventata cristiana e religiosa Canossiana. In un convegno di giovani, uno studente bolognese chiese: “Cosa farebbe se incontrasse i suoi rapitori?”. Senza un attimo di esitazione, rispose: “Se incontrassi quei negrieri che mi hanno rapita, e anche

quelli che mi hanno torturata, mi inginocchierei a baciare loro le mani; perché, se non fosse accaduto ciò, non sarei ora cristiana e religiosa”.

TERESA DI CALCUTTA SANTA :
Oggi fra i giovani del mondo, Gesù vive la propria passione nei giovani sofferenti, affamati, handicappati... in quel bambino che mangia un pezzo di pane, briciola dopo briciola, perché sa che, quando quel tozzo di pane sarà finito, non ce ne sarà più e avrà di nuovo fame.
Ecco una stazione della Via Crucis. Siete lì con quel bambino?
E quelle migliaia che muoiono, non solo per un tozzo di pane, ma per un po' d'amore, di considerazione...
Ecco una stazione della Via Crucis. Siete lì?
E quando i giovani cadono, come Gesù è caduto più e più volte per noi, noi siamo lì come Simone il Cireneo, a risollevarli, a prendere su di noi la croce? I barboni, gli alcolizzati, i senzatetto vi guardano. Non siate come quelli che guardano senza vedere. Guardate e vedete.
Possiamo iniziare a percorrere la Via Crucis, passo dopo passo, con gioia.
Gesù si è fatto pane della vita per noi. Abbiamo Gesù, sotto forma di pane della vita a darci forza

LEONE MAGNO SANTO PAPA:
La misericordia del Signore riempie la terra e la vittoria di Cristo è sempre al nostro fianco, perché si compia la sua parola: «Coraggio! io ho vinto il mondo» (Gv 16,33). Ogni qualvolta combattiamo le ambizioni del mondo o la concupiscenza della carne, sempre armiamoci della croce del Signore. Non ci distaccheremo dalla festività della Pasqua se ci asteniamo sempre dal lievito della vecchia malizia con vera sincerità.
In tutte le varietà di questa vita, che sono piene di differenti passioni, dobbiamo tener presente l’esortazione con cui l’Apostolo ci istruisce: « Abbiate in voi lo stesso sentire che fu in Cristo Gesù...» (Fil 2,5).

Imitate quello che Cristo ha operato, amate quello che egli ha amato e vi troverete in grazia di Dio. Riamate in lui la vostra natura.

GIUSTINO SANTO:
La necessità del pentimento
Ma se la parola di Dio ha rivelato in anticipo che alcuni angeli e uomini sarebbero certamente stati puniti, lo ha fatto perché sapeva prima che essi sarebbero diventati dei malvagi impenitenti, ma non è che Dio ha fatto sì che diventassero tali.
Cosicché tutti, se si pentono, possono, volendo, ottenere la misericordia di Dio, e la parola li proclama in anticipo beati dicendo: «Beato colui al quale il Signore non imputerà il suo peccato» (Sal 32,2), cioè colui che, pentendosi dei suoi peccati, ne avrà ottenuto da Dio la remissione, e non invece — come dite voi, e altri come voi, ingannandovi su questo punto — che anche se fossero peccatori, dato che conoscono Dio, il Signore non imputerà loro il peccato.

SANTO CURATO D'ARS :
C'è chi dice: «Ho fatto troppo male, il buon Dio non può perdonarmi». Figlioli miei, è una grossa bestemmia; è mettere un limite alla misericordia di Dio, ed essa non ne ha affatto; è infinita. Pur avendo fatto così tanto male quanto ne serve perché un'intera parrocchia si perda, se voi vi confessate, siete pentiti di aver fatto questo male e non vorrete più rifarlo, il buon Dio ve lo perdonerà. Nostro Signore è come una madre che porta il suo bambino tra le sue braccia. Questo bambino è cattivo; le dà dei calci, la morde, la graffia; ma la madre non ci fa caso, ella sa che se lo lascia cadrà, egli non potrà camminare da solo,.. Ecco come è nostro Signore. Egli subisce tutti i maltrattamenti, sopporta la nostra arroganza; perdona tutte le nostre sciocchezze, ha pietà di noi malgrado noi stessi. Il buon Dio è così pronto ad accordarci il perdono, quando glielo chiediamo, quanto una madre è pronta a ritrarre suo figlio dal fuoco.

SCHEGGE DI PSCOLOGIA SPICCIOLA

NON CAMBIARE

Per anni sono stato un nevrotico. Ero ansioso, depresso ed egoista. E tutti continuavano a dirmi di cambiare. E tutti continuavano a dirmi quanto fossi nevrotico. E io mi risentivo con loro, ed ero d'accordo con loro, e volevo cambiare, ma non ci riuscivo, per quanto mi sforzassi. Ciò che mi faceva più male era che anche il mio migliore amico continuava a dirmi quanto fossi nevrotico. Anche lui continuava a insistere che cambiassi. E io ero d'accordo anche con lui, e non riuscivo ad avercela con lui. E mi sentivo così impotente e intrappolato.

Poi un giorno mi disse: Non cambiare. Rimani come sei.

Non importa se cambi o no. lo ti amo così come sei; non posso fare a meno di amarti.

Quelle parole suonarono come una musica per le mie orecchie: Non cambiare. Non cambiare. Non cambiare... Ti amo".

E mi rilassai E mi sentii vivo. E, oh meraviglia delle meraviglie, cambiai! Ora so che non potevo cambiare davvero finché non avessi trovato qualcuno che mi avrebbe amato, che fossi cambiato o meno.

È così che mi ami, Dio?

NON ASPETTARE

Non aspettare un sorriso per diventare un amico...

Non aspettare di essere amato per amare.

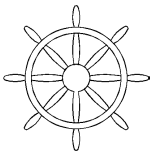
Non aspettare che il tuo amico abbia problemi, per incominciare a pregare per lui.

Non aspettare di restare solo, per riconoscere quanto il tuo amico è importante.

Non aspettare di avere tempo, per offrire il tuo aiuto agli amici.

Non aspettare che il tuo amico sia triste per trascorrere del tempo con lui.

Non aspettare che il tuo amico cada, per potergli offrire la tua mano amica.
Non aspettare di possedere molto, per condividere un poco.
Non aspettare che il tuo amico ti domandi scusa se prima tu non gli hai chiesto perdono...
... né aspettare fino a domani per seppellire i vostri rancori.
Non aspettare...



MOTIVI DI GRATITUDINE

Sono grata per mio marito, che si lamenta, quando la sua cena non è pronta, perché è a casa con me.
Per mia figlia, che si sta lamentando, perché deve lavare i piatti, perché questo significa che è a casa e non per strada.
Per le tasse che pago, perché questo significa che ho un impiego.
Per il caos da pulire dopo una festa, perché questo significa che sono stata circondata da amici.
Per i vestiti che sono stretti, perché questo significa che ho abbastanza da mangiare.
Per la mia ombra che mi guarda lavorare, perché questo significa che sono fuori, al sole.
Per il prato che ha bisogno di essere tagliato, le finestre che hanno bisogno di essere pulite e le grondaie che hanno bisogno di essere aggiustate, perché questo significa che ho una casa.
Per tutte le lamentele che sento sul governo, perché questo significa che abbiamo libertà di parola.
Per il parcheggio che trovo lontano da casa, perché questo significa che posso camminare e che sono stata benedetta con un mezzo di trasporto.
Per la cara bolletta del riscaldamento, perché questo significa che sono al caldo.
Per la donna che sì seduta dietro di me in chiesa, che canta stonata, perché questo significa che posso sentire.
Per il mucchio di vestiti da stirare, perché questo significa che ho vestiti da indossare.
Per la stanchezza e i muscoli che mi fanno male alla fine della giornata, perché questo significa che ho potuto lavorare duramente.
Per la sveglia che suona presto di mattina, perché questo significa che sono in vita.

E finalmente, per questa lettera, perché questo significa che ho amici che stavano pensando a me!

IL PARADOSSO DEL NOSTRO TEMPO (George Carlin)
Il paradosso del nostro tempo nella storia è che:
abbiamo edifici sempre più alti, ma moralità più basse,
autostrade sempre più larghe, ma orizzonti più ristretti.
Spendiamo di più, ma abbiamo meno,
comperiamo di più, ma godiamo meno.
Abbiamo case più grandi e famiglie più piccole,
più comodità, ma meno tempo.
Abbiamo più istruzione, ma meno buon senso,
più conoscenza, ma meno giudizio,
più esperti, ed ancora più problemi,
più medicine, ma meno benessere.
Beviamo troppo, fumiamo troppo, spendiamo senza ritegno, ridiamo troppo poco,
guidiamo troppo veloci, ci arrabbiamo troppo, facciamo le ore piccole,
ci alziamo stanchi, vediamo troppa TV, e preghiamo di rado.
Abbiamo moltiplicato le nostre proprietà,
ma ridotto i nostri valori.
Parliamo troppo, amiamo troppo poco
ed odiamo troppo spesso.
Abbiamo imparato come guadagnarci da vivere,
ma non come vivere.
Abbiamo aggiunto anni alla vita, ma non vita agli anni.
Siamo andati e tornati dalla Luna, ma non riusciamo ad attraversare la strada per incontrare un nuovo vicino di casa.
Abbiamo conquistato lo spazio esterno, ma non lo spazio interno.
Abbiamo creato cose più grandi, ma non migliori.
Abbiamo pulito l'aria, ma inquinato l'anima.
Abbiamo dominato l'atomo, ma non i pregiudizi.
Scriviamo di più, ma impariamo meno.
Pianifichiamo di più, ma realizziamo meno.
Abbiamo imparato a sbrigarci, ma non ad aspettare.
Costruiamo computers più grandi per contenere più informazioni,

per produrre più copie che mai, ma comunichiamo sempre meno.
Questi sono i tempi del fast food e della digestione lenta,
grandi uomini e piccoli caratteri,
ricchi profitti e povere relazioni.
Questi sono i tempi di due redditi e più divorzi,
case più belle ma famiglie distrutte.
Questi sono i tempi dei viaggi veloci, dei pannolini usa e getta,
della moralità a perdere, delle relazioni di una notte,
dei corpi sovrappeso e delle pillole che possono farti fare di tutto,
dal rallegrarti al calmarti, all'ucciderti.
E' un tempo in cui ci sono tante cose in vetrina
e niente in magazzino.
RICORDA SEMPRE:
la vita non si misura da quanti respiri facciamo,
ma dai momenti che ci tolgono il respiro.

FIN QUANDO...

Fin quando l'individuo permette alla propria mente dì trattenere pensieri di odio - di condanna di invidia - di gelosia di critica - di paura di dubbio - di sospetto,
e permette a questi pensieri di generare irritazione dentro di lui, otterrà come risultato certo: disordine e infelicità nella sua vita, delusione nei suoi sogni, disastri nella sua mente, nel suo corpo, nell'ambiente, al quale è legato da sottili fili di azione e reazione.

Fin quando l'uomo continua a trattenere nella sua mente questi pensieri negativi, verso: le persone che gli sono vicine, le condizioni di vita, il lavoro, le persone amate, la nazione,
lui stesso, inconsciamente, obbliga le sue energie a creare situazioni negative, che col pensiero attrae e alimenta.
Lui solo è responsabile della sua infelicità e dell'infelicità in cui trascina gli altri.
E' quindi responsabile di "quel grigiore" che pesa sul mondo e che lui stesso è il primo a condannare.

UN DECALOGO PER IL PAPÀ (Bruno Ferrero)

1°. Il primo dovere di un padre verso i suoi figli è amare la madre. La famiglia è un sistema che si regge sull'amore. Non quello presupposto, ma quello reale, effettivo. Senza amore è impossibile sostenere a lungo le sollecitazioni della vita familiare. Non si può fare i genitori "per dovere". E l'educazione è sempre un "gioco di squadra". Nella coppia, come con i figli che crescono, un accordo profondo, un'intima unione danno piacere e promuovono la crescita, perché rappresentano una base sicura. Un papà può proteggere la mamma dandole in "cambio", il tempo di riprendersi, di riposare e ritrovare un po' di spazio per sé.

2°. Il padre deve soprattutto esserci. Una presenza che significa "voi siete il primo interesse della mia vita". Affermano le statistiche che, in media, un papà trascorre meno di cinque minuti al giorno in modo autenticamente educativo con i propri figli. Esistono ricerche che hanno riscontrato un nesso tra l'assenza del padre e lo scarso profitto scolastico, il basso quoziente di intelligenza, la delinquenza e l'aggressività. Non è questione di tempo, ma di effettiva comunicazione. Esserci, per un papà vuol dire parlare con i figli, discorrere del lavoro e dei problemi, farli partecipare il più possibile alla sua vita. E' anche imparare a notare tutti quei piccoli e grandi segnali che i ragazzi inviano continuamente.

3°. Un padre è un modello, che lo voglia o no. Oggi la figura del padre ha un enorme importanza come appoggio e guida del figlio. In primo luogo come esempio di comportamenti, come stimolo a scegliere determinate condotte in accordo con i principi di correttezza e civiltà. In breve, come modello di onestà, di lealtà e di benevolenza. Anche se non lo dimostrano, anche se persino lo negano, i ragazzi badano molto di più a ciò che il padre fa', alle ragioni per cui lo fa. La dimostrazione di ciò che chiamiamo "coscienza" ha un notevole peso quando venga fornita dalla figura paterna.

4°. Un padre dà sicurezza. Il papà è il custode. Tutti in famiglia si aspettano protezione dal papà. Un papà protegge anche imponendo delle regole e dei limiti di spazio e di tempo, dicendo ogni tanto "no", che è il modo migliore per comunicare: "ho cura di te".

5°. Un padre incoraggia e dà forza. Il papà dimostra il suo amore con la stima, il rispetto, l'ascolto, l'accettazione. Ha la vera tenerezza di chi dice: "Qualunque cosa capiti, sono qui per te!". Di qui nasce nei figli quell'atteggiamento vitale che è la fiducia in se stessi. Un papà è sempre pronto ad aiutare i figli, a compensare i punti deboli.

6°. Un padre ricorda e racconta. Paternità è essere l'isola accogliente per i "naufraghi della giornata". E' fare di qualche momento particolare, la cena per esempio, un punto d'incontro per la famiglia, dove si possa conversare in un clima sereno. Un buon papà sa creare la magia dei ricordi, attraverso i piccoli rituali dell'affetto. Nel passato il padre era il portatore dei "valori", e per trasmettere i valori ai figli basta imporli. Ora bisogna dimostrarli. E la vita moderna ci impedisce di farlo. Come si fa a dimostrare qualcosa ai figli, quando non si ha neppure il tempo di parlare con loro, di stare insieme tranquillamente, di scambiare idee, progetti, opinioni, di palesare speranze, gioie o delusioni?
7°. Un padre insegna a risolvere i problemi. Un papà è il miglior passaporto per il mondo " di fuori". Il punto sul quale influisce fortemente il padre è la capacità di dominio della realtà, l'attitudine ad affrontare e controllare il mondo in cui si vive. Elemento anche questo che contribuisce non poco alla strutturazione della personalità del figlio. Il papà è la persona che fornisce ai figli la mappa della vita.
8°. Un padre perdona. Il perdono del papà è la qualità più grande, più attesa, più sentita da un figlio. Un giovane rinchiuso in un carcere minorile confida: "Mio padre con me è sempre stato freddo di amore e di comprensione. Quand'ero piccolo mi voleva un gran bene; ci fu un giorno che commisi uno sbaglio; da allora non ebbe più il coraggio di avvicinarmi e di baciarmi come faceva prima. L'amore che nutriva per me scomparve: ero sui tredici anni... Mi ha tolto l'affetto proprio quando ne avevo estremamente bisogno. Non avevo uno a cui confidare le mie pene. La colpa è anche sua se sono finito così in basso. Se fossi stato al suo posto, mi sarei comportato diversamente. Non avrei abbandonato mio figlio nel momento più delicato della sua vita. Lo avrei incoraggiato a ritornare sulla retta via con la comprensione di un vero padre. A me è mancato tutto questo".
9°. Il padre è sempre il padre. Anche se vive lontano. Ogni figlio ha il diritto di avere il suo papà. Essere trascurati, trascurati o abbandonati dal proprio padre è una ferita che non si rimargina mai.
10°. Un padre è immagine di Dio. Essere padre è una vocazione, non solo una scelta personale. Tutte le ricerche psicologiche dicono che i bambini si fanno l'immagine di Dio sul modello del loro papà. La preghiera che Gesù ci ha insegnato è il Padre Nostro. Una mamma che prega con i propri figli è una cosa bella, ma quasi normale. Un papà che prega con i propri figli lascerà in loro un'impronta indelebile.

MARIA

Preghiera di Graindmaison

Santa Maria, Madre di Dio, conservami un cuore di fanciullo,
puro e limpido come sorgente.
Ottienimi un cuore semplice, che non si ripieghi sulle proprie tristezze;
un cuore generoso nel donarsi, pieno di tenera compassione;
un cuore fedele e aperto, che non dimentichi alcun bene,
e non serbi rancore di alcun male.
Creami un cuore dolce e umile, che ami senza esigere d'essere riamato,
felice di sparire in altri cuori sacrificandosi davanti al tuo Figlio divino.
Un cuore grande e indomabile, che nessuna ingratitudine possa chiuderlo e nessuna indifferenza stancare.
Un cuore tormentato dalla gloria di Gesù Cristo,
con una piaga che non rimargini se non in cielo.

Giovanni Paolo II°

Santa Madre del Redentore, mostrati Madre di unità e di pace.
Cessino ovunque la violenza e l'ingiustizia,
crescano nelle famiglie la concordia e l'unità,
e fra i popoli il rispetto e l'intesa;
regni sulla terra la pace, la pace vera!
Mostrati Madre della speranza!
Veglia sulla strada che ancora ci attende.
Veglia sugli uomini e sulle nuove situazioni dei popoli minacciati ancora oggi dalla guerra.
Veglia sui responsabili delle Nazioni e su quanti reggono le sorti dell'umanità.
Veglia sulla Chiesa sempre insidiata dallo spirito del mondo.
A te con fiducia tutti ci affidiamo.

Giovanni Damasceno
Incarnato nel seno della Vergine, tu apparisti a nostra salvezza; perciò sapendo che tua Madre è Genitrice di Dio, con gratitudine gridiamo: o Dio dei Padri nostri, sei benedetto.
Tu sei, o Vergine, la verga spuntata dalla radice di lesse, che beatissima maturasti il frutto salutare per quelli che con fede gridano ai tuo Figlio: O Dio dei Padri nostri, sei benedetto.
Riempi di sapienza ed energia divina, o Sapienza personale dell'Altissimo, per mezzo della Madre di Dio, tutti quelli che con fede a te cantano: O Dio dei Padri nostri, sei benedetto.

Bernardo di Chiaravalle
«E anche a te una spada trafiggerà l'anima»(Lc 2,35).
E davvero, o Madre beata, davvero una spada trafisse la tua anima, altrimenti, se non l'avesse trafitta, non avrebbe potuto penetrare la carne di tuo Figlio.
Infatti, dopo che il tuo Gesù — il Gesù di tutti, sì, ma specialmente tuo — emise l'ultimo respiro, la crudele lancia che aperse il suo costato—non volendo perdonare neppure a chi ormai morto non poteva più nuocere — la crudele lancia, dico, non trapassò la sua anima, ma la tua. La sua, ormai, non era più lì; ma la tua non poteva esserne strappata.
Fu dunque la tua anima che la forza del dolore penetrò, cosicché giustamente noi ti consideriamo più che martire, poiché l'intensità del tuo patire con lui ha superato di molto la sofferenza del corpo.