

Vivere secondo sapienza: consigli per una vita equilibrata.

- Invocazione allo Spirito Santo

Fa' che ricordandomi di te e di questo tuo cielo senza fine
io sappia anche ricordarmi dei tanti volti amati
e dei tanti altri, indifferenti o sconosciuti,
per capire che nessuno è estraneo a te
e il valore infinito d'ogni persona umana
sta in questo Amore eterno che l'avvolge.
Ma tu vuoi che io ridiscenda
verso il piccolo, grande mondo
dove hai posto la tua tenda e la mia:
tu vuoi che io stia nel villaggio e condivida la vita in comunione.
Sì, tu mi fai gustare la bellezza del cielo,
ma tu mi vuoi fedele alla terra.
Comunicare con te mi mette nel cuore l'urgenza
di comunicare con gli uomini, miei compagni di strada.
Scendo allora con te verso la terra,
mentre vedo le sagome lontane diventare figure precise,
disegni e geometrie della vita quotidiana del mondo.
Spiccano su tutto le antenne e i campanili della mia città.
Venendo da tanto lontano mi sembra di guardarli con nuova simpatia;
è come se la luce dei tuoi occhi mi avesse reso capace
di riconoscere in tutto l'impronta del tuo amore.
Fa', o Signore, che le antenne e i campanili sappiano dialogare tra loro.
Aiuta la tua Chiesa a essere il popolo del dialogo,
capace di dire e di praticare la comunicazione al suo interno e con tutti.

(Carlo Maria Martini)

- In ascolto della Parola di Dio

Dal libro del Siracide (37,27-31)

²⁷ Figlio, nella tua vita prova te stesso, vedi quanto ti nuoce e non concedertelo.

²⁸ Difatti non tutto conviene a tutti e non tutti approvano ogni cosa.

²⁹ Non essere ingordo per qualsiasi ghiottoneria, non ti gettare sulle vivande,

³⁰ perché l'abuso dei cibi causa malattie, l'ingordigia provoca coliche.

³¹ Molti sono morti per ingordigia, chi si controlla vivrà a lungo.

Dal libro del Siracide (28,13-18)

¹³ Maledici il delatore e l'uomo di doppia lingua, perché fa perire molti che vivono in pace.

¹⁴ Una lingua malèdica ha sconvolto molti, li ha scacciati di nazione in nazione;
ha demolito forti città e ha rovinato casati potenti.

¹⁵ Una lingua malèdica ha fatto ripudiare donne eccellenti, privandole del frutto delle loro fatiche.

¹⁶ Chi le presta attenzione non trova pace, dalla sua dimora scompare la serenità.

¹⁷ Un colpo di frusta produce lividure, ma un colpo di lingua rompe le ossa.

¹⁸ Molti sono caduti a fil di spada, ma non quanti sono periti per colpa della lingua.

Dal libro del Siracide (26,1-4)

- ¹ Beato il marito di una donna virtuosa; il numero dei suoi giorni sarà doppio.
² Una brava moglie è la gioia del marito, questi trascorrerà gli anni in pace.
³ Una donna virtuosa è una buona sorte, viene assegnata a chi teme il Signore.
⁴ Ricco o povero il cuore di lui ne gioisce, in ogni tempo il suo volto appare sereno.

Dal libro del Siracide (3,1-5)

- ¹ Figli, ascoltatevi, sono vostro padre; agite in modo da essere salvati.
² Il Signore vuole che il padre sia onorato dai figli, ha stabilito il diritto della madre sulla prole.
³ Chi onora il padre espia i peccati;
⁴ chi riverisce la madre è come chi accumula tesori.
⁵ Chi onora il padre avrà gioia dai propri figli e sarà esaudito nel giorno della sua preghiera.

Dal libro del Siracide (6,7-10)

- ⁷ Se intendi farti un amico, mettilo alla prova; e non fidarti subito di lui.
⁸ C'è infatti chi è amico quando gli fa comodo, ma non resiste nel giorno della tua sventura.
⁹ C'è anche l'amico che si cambia in nemico e scoprirà a tuo disonore i vostri litigi.
¹⁰ C'è l'amico compagno a tavola, ma non resiste nel giorno della tua sventura.

Dal libro del Siracide (7,32-36)

- ³² Al povero stendi la tua mano, perché sia perfetta la tua benedizione.
³³ La tua generosità si estenda a ogni vivente e al morto non negare la tua grazia.
³⁴ Non evitare coloro che piangono e con gli afflitti mostrati afflitto.
³⁵ Non indugiare a visitare un malato, perché per questo sarai amato.
³⁶ In tutte le tue opere ricordati della tua fine e non cadrai mai nel peccato.

- Preghiera

O amore puro, sincero e perfetto!
O luce sostanziale!
Dammi la luce affinché in essa io riconosca la tua luce.
Dammi la tua luce affinché io veda il tuo amore.
Dammi la tua luce affinché io veda le tue viscere di Padre.

Dammi un cuore per amarti,
dammi occhi per vederti,
dammi orecchi per udire la tua voce,
dammi labbra per parlare di te,
il gusto per assaporarti.
Dammi l'olfatto per sentire il tuo profumo,
dammi mani per toccarti e piedi per seguirti.

Sulla terra e nel cielo
non desidero che te, mio Dio!
Tu sei il mio solo desiderio,
la mia consolazione,
la fine di ogni angoscia e sofferenza.

(Tichon di Zadonsk)