



**Nulla esiste  
fuori del  
QUOTIDIANO**



## **Esposizione Eucaristica**

Canto: **GLORIA A TE O LUCE DEL MONDO**

**Gloria a te o luce del mondo,  
che la terra intera ti adori. Alleluia.**

Del Signore è la terra e quanto contiene,  
l'universo e i suoi abitanti,  
è lui che l'ha fondata sui mari  
e sui fiumi l'ha stabilita.

Chi salirà il monte del Signore,  
chi starà nel suo luogo santo?  
Chi ha mani innocenti e cuore puro,  
chi non pronunzia menzogna.

## **Adorazione silenziosa**

### ***Nulla esiste fuori del quotidiano***

Tutto avviene nel quotidiano. Ciò che è familiare non per questo è sempre conosciuto. Il quotidiano ci avvolge e proprio perché vi siamo immersi, esso richiede attenzione e riflessione. Occorre dunque rendersi coscienti e farsi presenti alle relazioni e agli incontri del quotidiano che spesso sono sviliti dall'abitudine, o attraversati dalla noia, o minati dalla superficialità, o semplicemente rimossi, considerati senza importanza. Squalificati perché feriali, banali, scontati.

Noi spesso fuggiamo dal quotidiano e aneliamo a ciò che eccede la normalità. Ma è proprio il quotidiano che interpella la nostra umanità e anche la nostra fede. **Il quotidiano è il luogo**

**in cui realizziamo la nostra umanità**, ci costruiamo come persone, costruiamo le relazioni che danno senso e sapore al nostro vivere. Il giorno feriale, il quotidiano, per il cristiano è anche **l'ambito della fede**, la scuola della sobrietà, l'esercizio della pazienza, lo smascheramento salutare delle parole grosse e degli ideali fittizi, l'occasione silenziosa per il vero amore e per l'autentica fedeltà, il misurarsi sulla realtà, che è il seme della vera sapienza.

Come viviamo il quotidiano? Nel banale scorrere dei giorni spesso si preparano le nostre 'sventure' esistenziali e relazionali, personali e comunitarie. Ci succede, di fronte all'incrinarsi e allo spezzarsi di una relazione coniugale, alla fine traumatica di un'amicizia, al suicidio di una persona cara ma anche alla fine di un fidanzamento, all'andata via dalla comunità di una sorella o di un fratello, di ritrovarci a pensare a dirci "avrei dovuto". Anche ciò che quando avviene è inevitabile, può essere stato preparato più o meno coscientemente dai nostri gesti, dai nostri comportamenti, dalle nostre parole o dalle nostre omissioni.

Dice Gesù nel discorso escatologico in Matteo: *"Come furono i giorni di Noè, così sarà la venuta del Figlio dell'uomo. Infatti, come nei giorni che precedettero il diluvio mangiavano e bevevano, prendevano moglie e prendevano marito, fino al giorno in cui Noè entrò nell'arca e non si accorsero di nulla finché venne il diluvio e travolse tutti: così sarà anche la venuta del Figlio dell'uomo"* (Mt 24,37-39). Prima di annegare nel diluvio, la generazione di Noè è annegata nella propria incoscienza, nella non vigilanza, nell'inconsapevolezza di ciò che si stava preparando. È annegata in un quotidiano capace di intontire e inebetire, perché vissuto senza consapevolezza. Quella generazione non viene accusata di particolari malvagità, ma di non essersi resa conto di nulla, di non aver capito niente. Ciò si verifica quando ciò che viene vissuto esteriormente non viene rivissuto interiormente e ci si sottrae al **lavoro di profondità dell'interpretazione**, quando ci si getta nelle braccia del demone

della facilità e ci si rifiuta alla fatica di ciò che è difficile. **Non è nella profondità che si annega, ma nella superficialità.** La catastrofe di un'esistenza si può celare nelle pieghe apparentemente innocue o banali del quotidiano.

*Cantiamo a cori alterni (Sap 9,1-6.9-11):*

Dio dei padri, Signore di misericordia \*  
con la tua parola hai creato l'universo,  
con la tua sapienza hai plasmato l'uomo \*  
perché regni sulle creature da te chiamate all'esistenza

governi il mondo in santità e giustizia\*  
e pronunci giudizi con animo retto.

Donami la sapienza che condivide il tuo regno \*  
non mi escludere dal numero dei tuoi figli:  
sono tuo servo, figlio della tua serva \*  
uomo debole, con una vita che fugge.

Se anche uno tra gli uomini fosse perfetto †  
ma fosse privo della sapienza che viene da te, \*  
sarebbe stimato un nulla.

La sapienza è con te e conosce le tue opere \*  
era presente quando creavi l'universo  
conosce ciò che è gradito ai tuoi occhi \*  
e ciò che è conforme ai tuoi comandi.

Inviata dai cieli del tuo Santo \*  
mandala dal tuo trono glorioso,  
perché mi assista nel mio operare \*  
e mi insegni ciò che a te è gradito:

essa conosce e discerne ogni cosa \*  
mi guiderà con discernimento nelle mie azioni.      Gloria...

## ***Il rapporto con il tempo***

La crisi spirituale contemporanea riguarda essenzialmente il tempo, un rapporto con il tempo che, nella nostra ipermodernità, si nutre di accelerazione. *L'accelerazione* tecnica, delle trasformazioni sociali, del ritmo di vita, è constatazione quotidiana di ciascuno di noi: e l'accelerazione produce anche l'annientamento dello spazio, la scomparsa delle distanze, della geografia. "*Non ho tempo*" è il nostro quotidiano ritornello, ma quando non c'è più spazio per il tempo anche lo spazio non è più vissuto né goduto e diviene un luogo di transito, un non-luogo, un luogo non abitato. Il mondo intero ci è offerto in un secondo o con qualche ora di aereo, e noi non abbiamo mai il tempo di goderne. Non abbiamo più a che fare con il tempo, ma con *tempi*, successivi, incalzanti, che non costruiscono una storia ma che si sovrappongono. Corriamo da un presente a un altro, non conosciamo più soglie e passaggi, intervalli e pause, attese e sedimentazioni.

La tecnologia che regola il tempo e domina le nostre vite tende a creare una simultaneità e una prossimità costante rendendo **tutto disponibile immediatamente**, qui e ora, abolendo i 'tempi morti' delle attese, facendo scomparire spazi e tempi intermedi. Per quell'essere temporale che è l'uomo, frammentazione e disintegrazione del tempo diventano anche frammentazione dei processi di individuazione e disintegrazione delle identità personali.

## ***Il bisogno di contemplazione***

Questa distorsione del rapporto con il tempo si manifesta nell'imperativo del *consumo* che è l'esatto contrario della *contemplazione*. Nella società dei consumi si disimpara ad attardarsi. Gli oggetti di consumo non permettono minimamente

che ci si attardi nella contemplazione. Essi sono consumati e utilizzati il più in fretta possibile per poter far posto a nuovi bisogni. Solo con il coraggio di soffermarci sulle cose possiamo scoprirne la durata, solo dando tempo al pensare e al riflettere possiamo **fare unità tra passato e presente**. Solo con un atteggiamento ascetico verso il mondo e le cose queste possono consegnarci la loro bellezza.

**L'esperienza della durata è contemplativa.** Dimensione che richiede un rapporto altro con il tempo, ma anche una rinnovata capacità di solitudine. Ma qui ci dobbiamo chiedere: siamo ancora capaci di solitudine? Oggi la solitudine non coincide con l'essere fisicamente soli, con il non avere nessuno accanto: non basta questo per essere veramente soli. Con *Internet* il mondo invade la nostra stanza e abita la nostra intimità; attraverso la rete gli altri sono presenti anche nella nostra solitudine; le diverse tecnologie sembrano obbedire all'imperativo di evitarci la solitudine. Vivere qualche giorno senza telefono e senza connessione Internet è ormai esperienza eccezionale. Il senso di disagio che ci coglie quando ci troviamo in situazioni in cui non c'è campo per il cellulare e non c'è possibilità di collegamento *Internet* dice come ci siamo disabituati in fretta alla solitudine e allo stare senza far niente. Anzi, dice che la tecnologia ci sta portando via non solo l'intimità e la concentrazione, ma anche la **capacità di stare da soli**. Insomma, diversi segnali inducono a parlare di scomparsa della solitudine, o almeno di crescente incapacità dei contemporanei di stare soli, di vivere e abitare la solitudine. Nel nostro mondo occidentale la solitudine appare come situazione a cui siamo sempre meno abituati, e nei cui confronti saremo balbettanti e disarmati quando essa si imporrà nella nostra vita, vuoi per una malattia, vuoi per un abbandono, vuoi per la vecchiaia o per altre cause.

Canto: SPIRITO DI EMMAUS

Spirito di Dio, che fai ricordare  
gli eventi della vita di Gesù.

Spirito che irrompi dentro la tristezza,  
cammini accanto a chi è smarrito.

Spirito di Dio, dai vita alla Parola,  
realizzi le promesse in Gesù.

Spirito richiedi l'annuncio della Pasqua,  
trasforma la paura in coraggio.

Spirito di Dio, tu ci precedi sempre,  
guida i nostri passi troppo incerti.

Spirito che chiedi la forza della fede,  
fortifica i gesti e le parole.

Spirito di Dio, che apri i nostri occhi  
e sveli la presenza del Risorto.

Spirito che accogli l'invito di chi chiede,  
vieni ad abitare dentro noi.

## ***Il seme che cresce da sé***

Ci soffermiamo allora su un aspetto dell'**insegnamento di Gesù sul tempo** insito nella parabola di Mc 4,26-29:

*«Diceva: “Così è il regno di Dio: come un uomo che getta il seme sul terreno; dorma o vegli, di notte o di giorno, il seme germoglia e cresce. Come, egli stesso non lo sa. Il terreno produce spontaneamente prima lo stelo, poi la spiga, poi il*



*chicco pieno nella spiga; e quando il frutto è maturo, subito egli manda la falce, perché è arrivata la mietitura”».*

E' la parabola del contadino che lavora sia con l'azione (seminare, mietere) che con il non-agire, con il lasciar maturare, con il non interferire nel processo per cui il seme germoglia, poi cresce, poi produce il frutto e infine il frutto diventa maturo.

**Tra la semina e la mietitura c'è un tempo di inattività del contadino.** Inattività necessaria affinché il seme spunti da solo, senza il suo intervento. Infatti, c'è un evento che egli non può determinare e dunque deve respingere la tentazione di farlo: che il contadino dorma o si alzi, egli nemmeno sa come il seme germina e cresce fino alla maturazione. Condizione dunque del maturare del frutto è l'inazione del contadino, **il non forzare i tempi della crescita.** Ma questa inattività non è indifferente, non è disimpegnata: è colma di attesa, di quell'azione interiore che è l'*attenzione*; è colma di quell'azione spirituale che è la *pazienza*. Chi semina attende il raccolto.

Queste cose dovrebbero indurci a interrogarci su questa ideologia della fretta, dell'ottimizzazione dei tempi, che di fatto altro non è che l'eliminazione del tempo. Un'ennesima versione della nostra inimicizia con il tempo. Nella parabola, il contadino è chiamato all'azione interiore, alla *vigilanza* di chi dovrà essere pronto a cogliere l'attimo in cui il frutto è maturo per mietere: *“Quando il frutto è maturo, subito manda la falce, perché è giunta la mietitura”*. La parabola suggerisce anche a noi una modalità di lavoro che è la non-azione, l'acconsentire alla maturazione dell'altro senza forzare i tempi, l'acconsentire all'azione di Dio nell'altro senza fretta. Si tratta di imparare la faticosa arte di non agire, di aiutare ciò che procede da solo, di porre un freno alla nostra impazienza. Occorre *lasciar fare* senza trascurare ma avendo cura, pazienza, aiutando la crescita con un atto veramente generante: la *fiducia* profonda nell'altro fino ad attenderne la maturazione. Del resto, è la stessa divina logica del

Regno narrata da Gesù che obbedisce ai tempi umani e vi si sottomette.

**Canone:**

Il Signore è la mia forza  
e io spero in lui.

Il Signore è il salvator,  
in lui confido non ho timor,  
in lui confido non ho timor.

## ***Parlare è un atto etico***

Il nostro quotidiano è segnato dal parlare. La comunicazione è un problema decisivo: la qualità delle relazioni si gioca sulla qualità della comunicazione e, in particolare, del parlare. Pensiamo a come avviene lo scambio verbale nelle nostre comunità sociali e religiose e soprattutto alle sue patologie: alla violenza verbale, alle menzogne, all'adulazione, al dire le mezze verità, alla mormorazione, allo sparlare dell'una e dell'altra, ai giudizi. L'etica della parola non demonizza l'altro, non soffoca le sue parole gridando più forte di lui, non nega di aver detto ciò che ha appena detto, né getta sugli altri la colpa del fraintendimento, ma esige che l'interlocutore sia considerato con rispetto. L'etica del dialogo e del confronto dice che l'opinione dell'altro, **l'opinione diversa dalla mia è per me importante tanto quanto la mia.** Quale verità, dunque? Quella costruita con il faticoso lavoro del dialogo e dello scambio, del confronto e della discussione. Ovvero la verità lontana dall'assolutezza e prossima alla mitezza. È il metodo di **cercare insieme la verità** e di edificare insieme un senso che non considera l'altro come mero terminale della propria opera di convinzione o di propaganda.

In particolare, poiché la parola instaura relazioni ed è apertura verso l'alterità, essa deve sempre accompagnarsi all'attitudine fondamentale dell'*ascolto*. Del resto, ricorda Lévinas: "*Parlare e ascoltare sono una sola cosa, non si alternano*". Questa parola, che è al contempo anche ascolto, e dunque silenzio per lasciare spazio all'altro, è la parola comunicativa che edifica relazioni.

C'è soprattutto un male della parola che riguarda da vicino il rapporto individuo-comunità. Il **male della mormorazione**. La mormorazione, tipico peccato comunitario, come mostra la vicenda di Israele nel deserto, è una "*parola contro*", ma una parola non apertamente pronunciata, bensì bisbigliata, sussurrata. È discorso ostile, che esprime disaccordo, malessere, malumore ma non viene detto ad alta voce, chiaramente, bensì tenuta nascosto, celato, sussurrato; si nutre di non chiarezza. Evoca occhiate di intesa, ammiccamenti, un clima di complicità e di nascondimento. Già nella Bibbia è il peccato contro le guide del popolo, contro Mosè (Es 15,24; 16,2.8; Nm 14,2.27) e, in definitiva, contro Dio stesso. In questo senso la mormorazione è la tipica parola che si può rivestire di ideologia, di rivendicazione di giustizia, o almeno di lamento contro l'ingiustizia (contro ciò che viene sentito come ingiusto). Spesso nella vita comunitaria una buona comunicazione può spegnere sul nascere le mormorazioni, prevenirne il nascere. La pratica *quotidiana* di una parola mite, attenta agli altri, è fondamentale per creare nella comunità un clima positivo, vivibile, in cui ciascuno si sente visto, considerato e riconosciuto dagli altri.

Il primo ed elementare luogo di parola nei confronti degli altri è allora **il saluto**. Il saluto è il primo passo da rinnovarsi ogni giorno per passare da "io" a "noi", da sé agli altri e costruire così la comunità. Il saluto, con la sua gratuità, è la parola che riconosce l'altro e, normalmente, si accompagna a un sorriso, cioè a un dire sì all'altro, ed equivale a un'espressione di gioia per la presenza dell'altro. Non dimentichiamo che la radice del saluto è

**la benedizione**, è un *benedire* (si pensi al saluto biblico *shalom*). Sottolineiamo questo perché le prime forme di emarginazione in comunità si manifestano con l'escludere dal saluto, con il togliere il saluto a qualche membro della comunità, così come le forme di sottrazione all'incontro con l'altro si esprimono con lo sfuggire, lo scantonare, l'evitare di incontrare l'altro e la sua parola, il suo saluto. Il saluto mi sembra una parola di amore, che crea un clima di amore. **La qualità della parola rivela la qualità della persona**. E questo è molto chiaro anche per il vangelo: “*La bocca parla dalla pienezza del cuore*” (Mt 12,34).

## **La collera**

Dal Vangelo possiamo considerare tanto la mitezza e la pazienza quanto la collera. Ci succede di arrabbiarci, di andare in collera. La collera è un'emozione. Come tale essa non è né buona né cattiva. Eppure nella nostra tradizione culturale e religiosa l'ira gode di cattiva fama. Ed è annoverata tra i peccati capitali perché viene spesso equiparata *tout court* alla violenza, perché viene sentita come incompatibile con l'amore. Eppure per la tradizione biblica la collera è ambivalente. Può certamente essere peccaminosa, ma anche santa.

Gesù è modello di mitezza e dolcezza (Mt 11,29), ma è anche colui che “*fatta una sferza di cordicelle, scacciò tutti fuori dal tempio con le pecore e i buoi, gettò a terra il denaro dei cambiavalute e ne rovesciò i banchi*” (Gv 2,15). Un aspetto della collera di Gesù è la sua dimensione profetica per cui **si deve parlare male del male**, si deve svegliare chi ha la coscienza addormentata e diviene complice del male, si deve rimproverare chi commette il male. La violenza verbale poi non è solo quella dei toni gridati e aggressivi, ma anche quella dell'uso

interessato e disonesto della parola altrui, della **manipolazione della parola** per i propri fini, della menzogna, fino alla calunnia.

Così la Scrittura e la Tradizione parlano anche di una santa collera, di una collera-virtù. La collera di Giobbe, ad esempio, esprime la sua volontà di non fare a meno di Dio, di non staccarsi da lui; essa lo mette in un rapporto di opposizione talmente personale con Dio che non può certo accontentarsi di spiegazioni di seconda mano. Rischio della collera è quello di condurmi a troncare la relazione con la persona con cui sono adirato: non esprimo la collera, ma faccio come se l'altro non esistesse più.

*Ci alziamo in piedi e recitiamo insieme:*

***È santa la collera** che non si arroga il diritto di fare vendetta dando così il via a una spirale di violenze e ritorsioni senza fine.*

*È santa la collera che non ha in se stessa il proprio fine, ma tende a ritrovare la pienezza della relazione con l'altro.*

*È santa la collera che si accende di fronte all'ingiustizia, all'oppressione.*

*Ed è santa la collera che mi separa da situazioni di violenza subita che rischierebbero di trascinarmi nella confusione e che mi separa da persone che mi manipolano e mi usano. Qui la collera è anche capacità di dire di no, di dire basta!*

*È santa la collera che si scaglia contro immagini colpevolizzanti o distorte di Dio e che rompe con sistemi ideologici o religiosi che contraddicono l'umano, come fa Giobbe che rifiuta il principio della retribuzione.*

*È santa e paradossalmente mite la collera che si dà un limite: "Adiratevi, ma non peccate. Non tramonti il sole sopra la vostra ira" (Ef 4,26).*

*Così sia.*

Canto: STRUMENTI DI PACE

**Signore, fa' di me uno strumento  
della tua pace:  
con la tua forza accendi in noi  
il fuoco della carità.**

*Dove l'odio prevale nel mondo:  
fa' che io porti l'amore;  
quando gli uomini arrecano offesa:  
fa' che io porti il perdono.*

*Ch'io non cerchi la consolazione  
ma sappia darla ai fratelli;  
non mi ostini ad esser compreso  
ma mi apra a comprendere sempre.*

## **La bontà disarmata**

*di Ernesto Olivero*

Ci sono fatti che tolgono il respiro. Negli ultimi tempi mi è successo con **la morte di Louisa e Maren**, le due giovani turiste europee uccise qualche settimana fa in Marocco. Avevano portato in un Paese lontano sogni e speranza e la certezza che la diversità non è mai nemica. Pensando a loro, mi sono nate nel cuore queste parole: «Non vi hanno creduto, vi hanno ingannate, uccise brutalmente. Le vostre lacrime hanno incontrato un muro d'odio e non c'è stato spazio per la pietà. Vi hanno offese, vi hanno uccise. Non c'era bisogno di conoscere la vostra lingua per interpretare le grida e le lacrime. Bastava un po' di umanità ma gli uomini brutali che vi hanno prese non l'hanno avuta. La vostra morte non può segnare la fine. Voglio credere che sarà l'inizio di una resurrezione e un esame di coscienza terribile per tutti noi».

Ciascuno personalmente e tutti insieme dovremmo desiderare un mondo in cui violenze come questa e ogni violenza venga eliminata. Ma per portare avanti questo progetto grande e impegnativo, bisogna entrare in una mentalità diversa fatta di rispetto dell'altro, accettare **che la bontà sia il modo nuovo di porsi, il modo nuovo di parlare**. Nel cortile dell'Arsenale della Pace c'è un muro costruito con i mattoni del vecchio arsenale militare. Reca la scritta: La bontà è disarmante. Esprime i nostri desideri. Non è una frase, è il nostro impegno ad affrontare ogni situazione partendo dal rispetto della persona, dal rispetto della sua vita. È una scelta personale ma può diventare anche la scelta di una comunità, la scelta di tanti fino a contagiare il tessuto sociale, le istituzioni, può diventare lo stile della politica, dell'economia, di ogni fede. È la scelta che nasce dal rispetto dell'altro. L'altro, come un mondo da conoscere.

Quando ero giovane volevo viaggiare, conoscere il mondo. Invece ho conosciuto l'anima dell'uomo, persone inchiodate ad un letto per tutta la vita, persone dalla mente smarrita che vagano nel loro vuoto notte e giorno, bambine e bambini violati che non hanno mai conosciuto un sorriso, sofferenze che non avrei immaginato. Ho capito così che la mia vita sarebbe stata senza sosta, senza riposo. **Ho capito che potevo camminare quando non avevo più forza, consolare quando non avevo più fiato, morire a me stesso completamente**. Ho capito che le meraviglie del mondo le avrei viste in un mondo diverso: negli occhi degli ultimi. Solo con Dio che mi consolava, solo con Dio che mi dava forza, solo con Dio in me.

Qui mi ha portato la scelta di **mettere la persona dell'altro prima di me**, di entrare in dialogo, di conoscere l'altro, il suo mondo, la sua vita. Se l'altro è il metro non arriverò mai a fargli violenza, nemmeno a vendicare un torto subito, non arriverò mai ad ucciderlo. La mia scelta sarà sempre di salvargli la vita. Allo

stesso modo non potrò mai accettare la guerra, nemmeno come male minore. In questo senso posso dire che **la guerra dipende anche da me.**

*Ci alziamo in piedi e recitiamo insieme:*

### ***Viviamo come fratelli***

*(Papa Francesco, 25 dicembre 2018)*

*Il messaggio universale del Natale è che Dio è buono e noi siamo tutti fratelli.*

*Questa verità sta alla base della visione cristiana dell'umanità.*

*Senza la fraternità che Gesù Cristo ci ha donato, i nostri sforzi per un mondo più giusto hanno il fiato corto, e anche i migliori progetti rischiano di diventare strutture senz'anima.*

*Per questo il nostro augurio di buon Natale è un augurio di fraternità.*

*Fraternità tra persone di ogni nazione e cultura.*

*Fraternità tra persone di idee diverse, ma capaci di rispettarci e di ascoltare l'altro.*

*Fraternità tra persone di diverse religioni. Gesù è venuto a rivelare il volto di Dio a tutti coloro che lo cercano.*

*E il volto di Dio si è manifestato in un volto umano concreto. Non è apparso in un angelo, ma in un uomo, nato in un tempo e in un luogo.*

*E così, con la sua incarnazione, il Figlio di Dio ci indica che la salvezza passa attraverso l'amore, l'accoglienza, il rispetto per questa nostra povera umanità che tutti condividiamo in una grande varietà di etnie, di lingue, di culture... ma tutti fratelli in umanità!*



*Allora le nostre differenze non sono un danno o un pericolo,  
sono una ricchezza.*

*Così sia*

## **Benedizione Eucaristica**

Benedetto il Dio dei nostri Padri

*Benedetto il Suo Nome Santo*

Benedetto Gesù, Misericordia del Padre

*Benedetto Gesù, Unico Salvatore*

Benedetto Gesù, Pane per il nostro viaggio

*Benedetto Gesù, Acqua per la nostra sete*

Benedetto Gesù, Eterno Riconciliatore

*Benedetto lo Spirito Santo, Sorgente di ogni ministero*

Benedetto lo Spirito Santo, Anima della Comunità

*Benedetta la Vergine Maria, Madre di Cristo e dei Popoli*

Benedetta la Vergine Maria, Modello dei Cristiani

*Benedetta la Vergine Maria, Sede della Sapienza*

Benedetti Voi, Uomini e Donne, Amici del Signore

*Il nostro Dio sia annunziato a tutti.*

Canto: ECCO COM'E' BELLO

**Ecco com'è bello e com'è dolce  
che i fratelli vivano insieme**

E' come olio prezioso e profumato  
versato sul capo  
che scende sulla barba di Aronne,  
sull'orlo della sua veste.

E' come la rugiada dell'Ermon  
sui monti di Sion:  
là il Signore dà la vita,  
la vita per sempre.

*11 Gennaio 2019*





[www.clarissefarnese.it](http://www.clarissefarnese.it)