

Cristina Menghini • Patrizio Righero

VIENI  
IN VACANZA  
CON ME

Itinerari spirituali per assaporare  
le meraviglie del creato



**EFFATA'**  
EDITRICE

© 2020 Effatà Editrice  
Via Tre Denti, 1  
10060 Cantalupa (Torino)  
Tel. 0121.35.34.52  
Fax 0121.35.38.39  
info@effata.it  
www.effata.it

ISBN 978-88-6929-539-3

Collana: *Il respiro dell'anima*

In copertina: foto con croce © Patrizio Righero; Depositphoto: © dimaberkut,

© Gorilla, © swisshippo

Grafica: Silvia Aimar, Vito Mosca, Laura Repetto

Stampa: Printbee.it – Noventa Padovana (Padova)

# Prefazione

Fare le vacanze non è una cosa facile, proprio perché sembra facile. Cambiare aria e vivere in un luogo e in modo diverso esige una consapevolezza che non sempre abbiamo. Di qui nascono «le peggiori vacanze della mia vita» e i «tanto valeva starsene a casa». Anche se tutto fila liscio, le vacanze possono rivelarsi un fallimento. Accade quando, al ritorno, ci ritroviamo esattamente gli stessi. O forse ancora peggiori. Non abbiamo colto l'occasione per vivere un'esperienza nuova. Abbiamo solo cambiato location, ma ci siamo portati appresso tutti i nostri stress, tutte le nostre relazioni malate, tutte le nostre pesantezze, tutti i nostri casini. E li abbiamo replicati sulla vetta di una montagna, sulla spiaggia del mare, o nel bel mezzo di una verdeggiante campagna. Da soli o con la nostra famiglia. Insomma, la vacanza non ci ha cambiati, non è servita a nulla e torniamo al ritmo quotidiano più affaticati di prima.

C'è un divertente film di Aldo, Giovanni e Giacomo che si intitola *Odio l'estate* e rappresenta molto bene questa situazione. Tre famiglie che non si conoscono, per un errore dell'agenzia, si ritrovano costrette a dividere la stessa casa al mare. Ovviamente saltano le dinamiche ordinarie. E tutto ciò che era stato previsto viene capovolto. In modo conflittuale in un primo momento. Ma poi...

Nel caso della storia narrata nel film deve intervenire un imprevisto affinché le vacanze possano innescare dei processi di rinnovamento positivo. Ma nella realtà spesso questo non accade. Anche le vacanze meglio programmate, quelle dove tutto funziona alla

perfezione, rischiano di essere solo una parentesi che nulla ha a che fare con la vita quotidiana. Essere consapevoli di tutto questo è il primo passo per iniziare a definire e organizzare le vacanze in modo diverso.

## Il settimo giorno

La natura e l'origine della vacanza si trova proprio là dove non si immaginerebbe mai di trovarla: nella Bibbia! Perfino Dio, al termine di una lunga e impegnativa settimana di lavoro, ha avuto la necessità di riposarsi. Leggiamo nel secondo capitolo del libro della Genesi: «Così Dio completò il cielo e la terra e ciò che vi si trova: tutto era in ordine. Il settimo giorno, terminata la sua opera, Dio si riposò. Il settimo giorno aveva finito il suo lavoro. Dio benedisse il settimo giorno e lo riservò per sé. Quel giorno si riposò dal suo lavoro: tutto era creato» (*Gen 2,1-3*).

Questo riposo Dio non lo tiene per sé, lo consegna all'uomo come un comando. Che sembra quasi esagerato. Ma Dio conosce a fondo la sua creatura e sa che gli uomini lasciati a se stessi non si fermerebbero mai. Proprio come i bambini che, anche se non riescono più a tenere gli occhi aperti, non vogliono saperne di andare a letto. Così gli adulti: «faccio solo più questo»; «sbrigo ancora quest'altra faccenda»; «l'appuntamento non si può rimandare»; «mi riposerò un'altra volta»... E così il sabato (che per i cristiani è la domenica) diventa addirittura un ordine, un comandamento: «Ricordati di consacrarmi il giorno di sabato: hai sei giorni per fare ogni tuo lavoro; ma il settimo giorno è il sabato consacrato al Signore, tuo Dio: in esso non farai nessun lavoro: né tu, né tuo figlio, né tua figlia, né il tuo schiavo, né la tua schiava, né il tuo bestiame e neppure il forestiero che abita presso di te. E farai così perché io, il Signore, ho fatto in sei giorni il cielo, la terra e il mare e tutto quello che contengono, ma poi mi sono riposato il settimo giorno; per questo ho benedetto il giorno di sabato e voglio che sia consacrato a me» (*Es 20,8-11*).

Per i cristiani questo giorno è la domenica. Proprio quella in cui anche loro non resistono alla tentazione di andare a fare la spesa al centro commerciale, di «passare un attimo» in ufficio, di sistemare ancora quella cosa, tanto che poi «magari in chiesa ci andiamo la prossima settimana».

Al tema della domenica papa Giovanni Paolo II aveva dedicato un'intera enciclica, la *Dies Domini*, in cui scriveva: «La domenica richiama, nella scansione settimanale del tempo, il giorno della risurrezione di Cristo. È la Pasqua della settimana, in cui si celebra la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, il compimento in lui della prima creazione, e l'inizio della “nuova creazione”».

Ed ecco che in un niente ci siamo trovati a parlare di Gesù partendo dalle vacanze. Ci siamo smarriti o ci siamo ritrovati?

## Il tempo e la vita

Il riposo settimanale ha una forte valenza antropologica, perché scandisce il ritmo della vita. Un tempo continuo, senza pause e senza momenti speciali, sarebbe invivibile, perché appiattirebbe l'esistenza in un presente sempre uguale a se stesso. Un incubo. La scansione della settimana, invece, mette un punto fermo nel tempo. Così come le feste di famiglia (compleanno, onomastico, anniversari), le ricorrenze religiose e quelle nazionali e sociali. Nell'arco dell'anno le vacanze sono uno spazio utile a darsi del “tempo buono” per se stessi, per le relazioni interpersonali, per arricchire il proprio bagaglio culturale ed esperienziale.

Lo dice perfino la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani, nell'articolo 24: «Ogni individuo ha diritto al riposo ed allo svago, comprendendo in ciò una ragionevole limitazione delle ore di lavoro e ferie periodiche retribuite».

Non resta quindi che guardare le vacanze dritto negli occhi e provare a pensarle in questa prospettiva: non alienazione e fuga, ma rigenerazione per “concimare” il quotidiano che verrà.

## E Dio?

Già. E Dio? Lo abbiamo incontrato a proposito del settimo giorno. Ma ora dove è finito? Il rischio che corriamo tutti è di partire per le vacanze lasciando a casa la nostra fede e la nostra spiritualità. La parcheggiamo da qualche parte, in attesa di rimettercela addosso al ritorno, quasi fosse un cappotto in naftalina. Le vacanze, invece, colte nel loro significato di “tempo buono”, sono l’occasione per dare una rinfrescata anche alla nostra fede. E gli input sono tanti. Molti di più di quanto si potrebbe immaginare. Ripartiamo, ancora una volta, dal libro della Genesi. Questa volta dal primo giorno: «In principio Dio creò il cielo e la terra. Il mondo era vuoto e deserto, le tenebre coprivano gli abissi e un vento impetuoso soffiava sulle acque. Dio disse: “Vi sia la luce!” E apparve la luce. Dio vide che la luce era bella e separò la luce dalle tenebre. Dio chiamò la luce giorno e le tenebre notte. Venne la sera, poi venne il mattino: primo giorno» (*Gen 1,1-5*).

Le vacanze ci offrono l’opportunità di vedere il mondo, la creazione di Dio, sotto una nuova luce. Lontani dallo stress del lavoro ogni cosa appare “bella” ed inizia a parlare. A dire il vero la creazione parla sempre, ma spesso facciamo fatica ad ascoltarla, perché troppo distratti, troppo stanchi, troppo indaffarati. In vacanza, invece, non abbiamo scuse. Le onde del mare e l’orizzonte incendiato da un tramonto, il cielo azzurro che accarezza le vette, il profumo del fieno, il silenzio di un pomeriggio assolato, il firmamento ricamato di stelle... tutto ci parla del Creatore e ci invita alla preghiera: di gratitudine, di lode, di contemplazione.

Alla creazione di Dio si aggiunge anche l’opera dell’uomo. Pensiamo alle chiese: scrigni di arte e di fede che stanno lì, a porte aperte, pronte ad accoglierci per un momento di orazione silenziosa o per la messa domenicale. Ed eccoci di nuovo al settimo, anzi all’ottavo giorno.

«Essendo l'Eucaristia il vero cuore della domenica», leggiamo nell'enciclica *Dies Domini*, «si comprende perché, fin dai primi secoli, i Pastori non abbiano cessato di ricordare ai loro fedeli la necessità di partecipare all'assemblea liturgica. “Lasciate tutto nel giorno del Signore – dichiara per esempio il trattato del III secolo intitolato *Didascalìa degli Apostoli* – e correte con diligenza alla vostra assemblea, perché è la vostra lode verso Dio. Altrimenti, quale scusa avranno presso Dio quelli che non si riuniscono nel giorno del Signore per ascoltare la parola di vita e nutrirsi dell'alimento divino che rimane eterno?»».

E lo ripete spesso anche papa Francesco: «Ogni celebrazione dell'Eucaristia è un raggio di quel sole senza tramonto che è Gesù risorto. Partecipare alla Messa, in particolare alla domenica, significa entrare nella vittoria del Risorto, essere illuminati dalla sua luce, riscaldati dal suo calore. Attraverso la celebrazione eucaristica lo Spirito Santo ci rende partecipi della vita divina che è capace di trasfigurare tutto il nostro essere mortale. E nel suo passaggio dalla morte alla vita, dal tempo all'eternità, il Signore Gesù trascina anche noi con Lui a fare Pasqua. Nella Messa si fa Pasqua. Noi, nella Messa, stiamo con Gesù, morto e risorto e Lui ci trascina avanti, alla vita eterna. Nella Messa ci uniamo a Lui. Anzi, Cristo vive in noi e noi viviamo in Lui».

Le vacanze ci permettono anche di conoscere altre comunità, magari all'estero dove i cattolici sono in minoranza. Ho un bellissimo ricordo della messa degli italiani ad Amsterdam. Una piccola comunità, quasi domestica. La funzione celebrata in una piccola cappella, e poi caffè e biscotti per tutti. Quel tanto che basta per farti sentire a casa, parte di una comunità di fratelli che non conosce confini.

## Un libro per pregare. Anche in vacanza

A questo punto è chiaro l'obiettivo di questo libro. Proporre, anche in vacanza, qualche spunto per lasciarci illuminare dalla luce del "primo giorno".

Abbiamo riunito in un solo volume tre precedenti pubblicazioni dedicate ad ambienti molto diversi tra loro: montagna, campagna e mare.

Per ognuno di questi ambienti, che spesso fanno da scenario alle nostre ferie, proponiamo una riflessione introduttiva e alcuni capitoli strutturati in modo semplice e chiaro. Si possono pregare personalmente, in coppia, in famiglia oppure in gruppo (ad esempio durante i campi estivi).

In ogni capitolo troverete un testo letterario, un brano dell'Antico o del Nuovo Testamento, un salmo e una preghiera conclusiva. La Parola di Dio, ovviamente, è al centro.

Non resta quindi che partire, senza dimenticare questo piccolo libro: occuperà poco spazio nella valigia, ma potrà offrire orizzonti infiniti al "tempo buono" delle vostre vacanze.



# SIGNORE, MIA ROCCIA





# Sul monte di Dio

Di primo acchito si sarebbe tentati di credere che questo mondo solenne ed imponente sia troppo greve per gli uomini di oggi. Abituati come siamo a tuffarci nel rumore per non dover rientrare in noi stessi, per non dover risolvere ciò che urge irrisolto nel profondo dell'anima.

Ma questo silenzio maestoso è la prima terapia che ci viene offerta, a noi, uomini spesso frettolosi, confusi, deviati e superficiali. Chi vuole ascoltare il messaggio delle montagne deve abbandonarsi fiducioso a questa terapia.

Reinhold Stecher, *Il messaggio delle montagne*

## Esodo 3,1-15

Ora Mosè stava pascolando il gregge di Ietro, suo suocero, sacerdote di Madian, e condusse il bestiame oltre il deserto e arrivò al monte di Dio, l'Oreb.

L'angelo del Signore gli apparve in una fiamma di fuoco in mezzo a un roveto. Egli guardò ed ecco: il roveto ardeva nel fuoco, ma quel roveto non si consumava.

Mosè pensò: «Voglio avvicinarmi a vedere questo grande spettacolo: perché il roveto non brucia?». Il Signore vide che si era avvicinato per vedere e Dio lo chiamò dal roveto e disse: «Mosè, Mosè!» Rispose: «Eccomi!». Riprese: «Non avvicinarti! Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo sul quale tu stai è una terra santa!». E disse: «Io sono il Dio di tuo padre, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe». Mosè allora si velò il viso, perché aveva paura di guardare verso Dio.



Il Signore disse: «Ho osservato la miseria del mio popolo in Egitto e ho udito il suo grido a causa dei suoi sorveglianti; conosco infatti le sue sofferenze.

[...] Ora dunque il grido degli Israeliti è arrivato fino a me e io stesso ho visto l'oppressione con cui gli Egiziani li tormentano.

Ora va'! Io ti mando dal faraone. Fa' uscire dall'Egitto il mio popolo, gli Israeliti!».

Mosè disse a Dio: «Chi sono io per andare dal faraone e per far uscire dall'Egitto gli Israeliti?».

Rispose: «Io sarò con te. Eccoti il segno che io ti ho mandato: quando tu avrai fatto uscire il popolo dall'Egitto, servirete Dio su questo monte».

Mosè disse a Dio: «Ecco io arrivo dagli Israeliti e dico loro: Il Dio dei vostri padri mi ha mandato a voi. Ma mi diranno: Come si chiama? E io che cosa risponderò loro?».

Dio disse a Mosè: «Io sono colui che sono!». Poi disse: «Dirai agli Israeliti: Io-Sono mi ha mandato a voi».

Dio aggiunse a Mosè: «Dirai agli Israeliti: Il Signore, il Dio dei vostri padri, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe mi ha mandato a voi. Questo è il mio nome per sempre; questo è il titolo con cui sarò ricordato di generazione in generazione».

# COME I GIGLI DEL CAMPO





# Come i gigli del campo

Il piccolo principe traversò il deserto e non incontrò che un fiore. Un fiore a tre petali, un piccolo fiore da niente...

«Buon giorno», disse il piccolo principe.

«Buon giorno», disse il fiore.

«Dove sono gli uomini?», domandò gentilmente il piccolo principe.

Un giorno il fiore aveva visto passare una carovana:

«Gli uomini? Ne esistono, credo, sei o sette. Li ho visti molti anni fa. Ma non si sa mai dove trovarli. Il vento li spinge qua e là. Non hanno radici, e questo li imbarazza molto».

«Addio», disse il piccolo principe.

«Addio», disse il fiore.

Antoine de Saint-Exupéry, *Il piccolo principe*

*Tu parlavi, Mamma: la melodia  
della voce suscitava alla mia mente  
la visione del tuo sogno perduto. Or  
ecco: ho imprigionato il sogno con  
una sottile malia di sillabe e di versi  
e te lo rendo perché tu riviva le  
gioie della giovinezza.*

Non turbate il silenzio. Tutto tace verso la donna rivestita a lutto: la campagna, lo stagno, il cielo, tutto illude la dolente... O pace! pace! O pace, pace! Poiché nulla spera ormai la donna declinante. Invano fiorisce di viole il colle e il piano: non ritorna per lei la primavera. Oh antiche primavere! Oh i suoi vent'anni oimè per sempre dileguati. Quanto, oh quanto ella ha sofferto e come ha pianto! Atroci sono stati i suoi affanni.

Nulla più spera ormai: però la bella timida primavera che sorride dilegua la mestizia che la uccide, e un sogno antico in lei si rinnova.



Non pure ieri il piede ella volgea allo stagno che l'isola circonda?  
Ella recava un libro ove la bionda reina per il paggio si struggea:  
(avea il volume incisioni rare dove il bel paggio con la mano manca  
alla donna offeria la rosa bianca e s'inclinava in atto d'adorare).

O sogni d'altri tempi, o tanto buoni sogni d'ingenuità e di candore,  
non sapevate il vuoto e il vostro errore o innocenti d'allor decameroni!

Ella col libro qui venia leggendo e a quando a quando in terra s'inclinava la mammola, l'anemone, e la flava primula prestamente raccogliendo.

Oh tutto Ella ricorda: le turchine rose trapunte della bianca veste,  
la veste bianca in seta, e la celeste fascia che le gonfiava il crinoline.

Poi apriva il cancello, e il ponte stesso dove or riposa la persona stanca allora trascorreva agile e franca né s'indugiava come indugia adesso.

Poi entrava nell'isola, e furtiva in fra il tronco del tremulo e del faggio guatava se al boschivo romitaggio l'amico del suo sogno conveniva.

Oh tutto Ella ricorda! Ecco apparire l'Amato: giunge al margine del vallo dell'acque, e raffrenato il suo cavallo il cancello la supplica d'aprire.

«Non dunque accetta è l'umile dimanda del vostro paggio, o bella castellana? Combattuto ha per voi; fatto gualdana egli ha per voi, magnifica Jolanda».

Egli disse per gioco. D'un soave sorriso ella rispose: assai le piacque il madrigale, ed al di là dell'acque, sorridendo d'amor, getta la chiave.

Oh tutto Ella rammemora. Non fu ieri? No, non fu ieri. Il lungo affanno ella dunque già scorda? O atroce inganno quel dolce aprile non verrà mai più...

Non turbate il silenzio. Tutto tace verso la donna rivestita a lutto, la campagna, lo stagno, il cielo, tutto illude la dolente... O pace, pace!

Guido Gozzano, *Primavere romantiche*



## Matteo 6,26-34

Perciò vi dico: per la vostra vita non affannatevi di quello che mangerete o berrete, e neanche per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né ammassano nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non contate voi forse più di loro? E chi di voi, per quanto si dia da fare, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? E perché vi affannate per il vestito? Osservate come crescono i gigli del campo: non lavorano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani verrà gettata nel forno, non farà assai più per voi, gente di poca fede? Non affannatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo? Di tutte queste cose si preoccupano i pagani; il Padre vostro celeste infatti sa che ne avete bisogno. Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta. Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ciascun giorno basta la sua pena.

## Salmo 89

Signore, tu sei stato per noi un rifugio  
di generazione in generazione.

Prima che nascessero i monti  
e la terra e il mondo fossero generati,  
da sempre e per sempre tu sei, Dio.

Tu fai ritornare l'uomo in polvere  
e dici: «Ritornate, figli dell'uomo».  
Ai tuoi occhi, mille anni  
sono come il giorno di ieri che è passato,  
come un turno di veglia nella notte.



Li annienti: li sommergi nel sonno;  
sono come l'erba che germoglia al mattino:  
al mattino fiorisce, germoglia,  
alla sera è falciata e dissecca.

Perché siamo distrutti dalla tua ira,  
siamo atterriti dal tuo furore.  
Davanti a te poni le nostre colpe,  
i nostri peccati occulti alla luce del tuo volto.

Tutti i nostri giorni svaniscono per la tua ira,  
finiamo i nostri anni come un soffio.  
Gli anni della nostra vita sono settanta,  
ottanta per i più robusti,  
ma quasi tutti sono fatica, dolore;  
passano presto e noi ci dileguiamo.

Chi conosce l'impeto della tua ira,  
tuo sdegno, con il timore a te dovuto?  
Insegnaci a contare i nostri giorni  
e giungeremo alla sapienza del cuore.

Volgiti, Signore; fino a quando?  
Muoviti a pietà dei tuoi servi.  
Saziaci al mattino con la tua grazia:  
esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni.

Rendici la gioia per i giorni di afflizione,  
per gli anni in cui abbiamo visto la sventura.  
Si manifesti ai tuoi servi la tua opera  
e la tua gloria ai loro figli.

Sia su di noi la bontà del Signore, nostro Dio:  
rafforza per noi l'opera delle nostre mani,  
l'opera delle nostre mani rafforza.

Padre celeste, sono sempre indietro!  
Sempre un gradino più sotto di dove vorrei essere.  
Lavoro sodo, ce la metto tutta  
eppure ciò che raggiungo mi lascia insoddisfatto  
perché vorrei essere già oltre.  
È una corsa che toglie il fiato.  
Mi chiedo – e Ti chiedo – spesso:  
– Ce la farò?  
– Riuscirò a raggiungere i miei obiettivi?  
– Riuscirò a raggiungerli in tempo?  
– Riuscirò ad essere all'altezza della situazione?  
Sono queste le mie ansie di ogni giorno,  
ansie che tolgono il sapore alla vita,  
che fanno perdere il gusto delle cose belle.  
Per questo, in mezzo a questa campagna,  
lungo i filari delle viti,  
sul ciglio della strada sterrata,  
davanti ai fiori che colorano i campi e i pascoli,  
ti chiedo la saggezza del cuore.  
Insegnami, Padre celeste,  
la lezione dei gigli e dei passerii,  
che si lasciano cullare dalla primavera.  
Insegnami la lezione dell'erba del fossato,  
che non invidia la bellezza delle rose selvatiche.  
Ma insegnami anche la lezione delle rose selvatiche  
che non si fanno vanto dei loro colori,  
ma li donano a chiunque  
povero o ricco, ingenuo o sapiente.  
Insegnami il passo lento della natura  
che non rincorre le stagioni  
ma le attende con pazienza.  
Ammaestrato dalla tua Provvidenza,  
Padre celeste,  
saprò gustare i miei giorni,  
abbandonandomi nelle tue mani,  
e condividendo con i fratelli  
i doni che, senza merito, ho ricevuto.





# CAMMINANDO SULL'ACQUA





# Lo Spirito di Dio sulle acque

Già da più notti s'ode ancora il mare,  
lieve, su e giù, lungo le sabbie lisce.  
Eco d'una voce chiusa nella mente  
che risale dal tempo; ed anche questo  
lamento assiduo di gabbiani: forse  
d'uccelli delle torri, che l'aprile  
sospinge verso la pianura. Già  
m'eri vicina tu con quella voce;  
ed io vorrei che pure a te venisse,  
ora, di me un'eco di memoria,  
come quel buio murmure del mare.

Salvatore Quasimodo, *S'ode ancora il mare*

Sovente per trastullo, gli uomini d'equipaggio  
fan prigioniero un albatro, grande uccello dei mari,  
mentre segue, indolente compagno di viaggio,  
il vascello che scorre sopra i gurgiti amari.  
Ma l'han deposto appena sopra le tavole ingrato,  
che quel re dell'azzurro, intimidito e stanco,  
lascia pietosamente l'ali dismisurate  
arrancar come remi, candide a ciascun fianco.  
Oh, com'è goffo e imbello il viatore alato!  
Splendido poco innanzi, ora grottesco e monco.  
Chi con la pipa mozza provoca il becco alzato;  
chi zoppicando, imita l'ansia del volo cionco.  
Il poeta somiglia a quel re degli spazi,  
che aduso alle tempeste va sfidando il destino.  
Esule sulla terra, tra le beffe e gli strazi,  
l'ali sue di gigante gl'incepmano il cammino.

Charles Baudelaire, *L'albatro*



## Genesi 1,1-10

In principio Dio creò il cielo e la terra. Ora la terra era informe e deserta e le tenebre ricoprivano l'abisso e lo spirito di Dio aleggiava sulle acque.

Dio disse: «Sia la luce!». E la luce fu. Dio vide che la luce era cosa buona e separò la luce dalle tenebre e chiamò la luce giorno e le tenebre notte. E fu sera e fu mattina: primo giorno.

Dio disse: «Sia il firmamento in mezzo alle acque per separare le acque dalle acque». Dio fece il firmamento e separò le acque, che sono sotto il firmamento, dalle acque, che son sopra il firmamento. E così avvenne.

Dio chiamò il firmamento cielo. E fu sera e fu mattina: secondo giorno.

Dio disse: «Le acque che sono sotto il cielo, si raccolgano in un solo luogo e appaia l'asciutto». E così avvenne. Dio chiamò l'asciutto terra e la massa delle acque mare. E Dio vide che era cosa buona.

NOTE .....

.....

.....

.....

.....

.....



## Salmo 104,24-35

Quanto sono grandi, Signore, le tue opere!  
Tutto hai fatto con saggezza,  
la terra è piena delle tue creature.

Ecco il mare spazioso e vasto:  
lì guizzano senza numero  
animali piccoli e grandi.

Lo solcano le navi,  
il Leviatàn che hai plasmato  
perché in esso si diverta.

Tutti da te aspettano  
che tu dia loro il cibo in tempo opportuno.  
Tu lo provvedi, essi lo raccolgono,  
tu apri la mano, si saziano di beni.

Se nascondi il tuo volto, vengono meno,  
togli loro il respiro, muoiono  
e ritornano nella loro polvere.  
Mandi il tuo spirito, sono creati,  
e rinnovi la faccia della terra.

La gloria del Signore sia per sempre;  
gioisca il Signore delle sue opere.  
Egli guarda la terra e la fa sussultare,  
tocca i monti ed essi fumano.

Voglio cantare al Signore finché ho vita,  
cantare al mio Dio finché esisto.  
A lui sia gradito il mio canto;  
la mia gioia è nel Signore.

Scompaiano i peccatori dalla terra  
e più non esistano gli empi.  
Benedici il Signore, anima mia.



Signore,  
il mare mi affascina e sgomenta.  
La distesa delle acque  
mi fa sentire solo  
di fronte a Te.  
M'inebrio d'infinito.  
e quasi ne sento il profumo.

Ti prego, Signore:  
Tu, che nel Verbo  
hai tratto dal nulla tutto ciò che esiste  
e hai messo ordine nel caos primordiale,  
metti ordine nella mia vita,  
zattera in balia dei flutti.

Spirito di amore,  
respiro del mio respiro,  
rafforza in me il tuo soffio di vita  
che orienta i desideri e la volontà  
verso la sconfinata bontà del tuo abbraccio.

NOTE .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....