

## **INCONTRARTI NELLA QUIETE**

Abbi pietà  
di noi.  
Abbi pietà  
dei nostri sforzi,  
così che noi  
dinanzi a Te,  
in amore e fede,  
giustizia e umiltà,  
possiamo seguirTi,  
in disciplina, lealtà e coraggio,  
e incontrarTi,  
nella quiete.  
Dacci  
sensi puri  
per vederTi,  
sensi umili  
per udirTi,  
sensi d'amore  
per servirTi,  
sensi di fede  
per viverTi.  
Tu  
che io non conosco  
ma a cui appartengo.  
Tu  
che io non intendo  
ma che hai votato me  
al mio destino.  
Tu...

**(Dag Hammarskjöld)**

## **IO GRIDO: SIGNORE**

Egli si rivelò a me e mi diede la luce,  
e spezzò le catene che mi tenevano avvinto.  
Con la sua grazia calmò le brame della mia anima  
e mi unì al gruppo dei suoi servitori.  
Io non riesco a comprendere questo grande miracolo della grazia.  
Tutto il mio animo si scioglie in questo desiderio violento.  
Io desidero: la corrente dell'amore supera gli argini.  
Tutto il mio desiderio è diretto verso di Lui,  
e io grido: Signore!  
Tremando in tutto il corpo, balbettando, adorandoLo

io afferro la sua mano e il mio cuore si apre come un fiore.  
Gli occhi mi risplendono di gioia e le lacrime scorrono;  
l'amore che non ha tregua, né giorno, né notte,  
dura ininterrottamente.  
Come la cera si strugge al fuoco, così si strugge l'anima mia.  
Con quest'anima io Lo adoro, io piango, io m'inchino,  
danzo, invoco ad alta voce e prego.

**(Preghiera indù)**

## **SIGNORE, SE NON TI VEDRÒ**

Signore, se non Ti vedrò  
in questa vita,  
possa io ricordare  
che non Ti ho veduto:  
che mai lo dimentichi e provi dolore  
nel sogno e nella veglia.

Mentre i miei giorni passano  
sul mercato del mondo,  
mentre mi riempio le mani di tesori  
possa io ricordare  
che nulla ho ricevuto:  
che mai lo dimentichi e provi dolore  
nel sogno e nella veglia.

Quando stanco  
siederò lungo la strada  
e stenderò il giaciglio sulla polvere,  
possa io ricordare  
che ho ancora tanta strada da fare:  
che mai lo dimentichi e provi dolore  
nel sogno e nella veglia.

Tra le risa di gioia,  
il suono del flauto,  
tra le bellezze di questo mondo  
possa io ricordare  
che non Ti ho invitato in casa:  
che mai lo dimentichi e provi dolore  
nel sogno e nella veglia.

**(Tagore)**

## PREGHIERA EUCARISTICA IV

E' veramente giusto renderti grazie,  
è bello cantare la tua gloria,  
Padre santo, unico Dio vivo e vero:  
prima del tempo e in eterno tu sei,  
nel tuo regno di luce infinita.

Tu solo sei buono e fonte della vita,  
e hai dato origine all'universo,  
per effondere il tuo amore su tutte le creature  
e allietarle con gli splendori della tua luce.

Schiere innumerevoli di angeli  
stanno davanti a te per servirti,  
contemplano la gloria del tuo volto,  
e giorno e notte cantano la tua lode.

Insieme con loro anche noi,  
fatti voce di ogni creatura, esultanti cantiamo:

*Santo, Santo, Santo il Signore Dio dell'universo.*

*I cieli e la terra sono pieni della tua gloria.*

*Osanna nell'alto dei cieli.*

*Benedetto colui che viene nel nome del Signore.*

*Osanna nell'alto dei cieli.*

Noi ti lodiamo, Padre santo, per la tua grandezza:

tu hai fatto ogni cosa con sapienza e amore,  
a tua immagine hai formato l'uomo,  
alle sue mani operose hai affidato l'universo  
perché nell'obbedienza a te, suo creatore,  
esercitasse il dominio su tutto il creato.

E quando, per la sua disobbedienza,  
l'uomo perse la tua amicizia,  
tu non l'hai abbandonato in potere della morte,  
ma nella tua misericordia a tutti sei venuto incontro,  
perché coloro che ti cercano ti possano trovare.

Molte volte hai offerto agli uomini la tua alleanza,  
e per mezzo dei profeti  
hai insegnato a sperare nella salvezza.

Padre santo,

hai tanto amato il mondo da mandare a noi,  
nella pienezza dei tempi,  
il tuo unico Figlio come salvatore.

Egli si è fatto uomo per opera dello Spirito Santo  
ed è nato dalla Vergine Maria;

ha condiviso in tutto, eccetto il peccato,  
la nostra condizione umana.

Ai poveri annunciò il vangelo di salvezza,

la libertà ai prigionieri,  
agli afflitti la gioia.

Per attuare il tuo disegno di redenzione  
si consegnò volontariamente alla morte,  
e risorgendo distrusse la morte e rinnovò la vita.

E perché non viviamo più per noi stessi  
ma per lui che è morto e risorto per noi,  
ha mandato, o Padre, lo Spirito Santo,  
primo dono ai credenti,  
a perfezionare la sua opera nel mondo  
e compiere ogni santificazione.

Ora, Padre, ricordati di tutti quelli  
per i quali noi ti offriamo questo sacrificio:  
di coloro che si uniscono alla nostra offerta,  
dei presenti, del tuo popolo  
e di tutti gli uomini che ti cercano con cuore sincero.  
Ricordati anche dei nostri fratelli  
che sono morti nella pace del tuo Cristo,  
e di tutti i defunti, dei quali tu solo hai conosciuto la fede.

## ALTRI TESTI

### Dal Talmud (Classici Utet)

- Le benedizioni (pp. 406-408)
- 

#### *Benedizioni serali e mattutine.*

Uno che entra nel letto, per dormire, deve dire da: « Ascolta Israele » fino a: «E sarà se ascolterai», e deve dire ancora: « Benedetto Colui che fa cadere i lacci del sonno sui miei occhi, e la sonnolenza sulle mie palpebre e conferisce luce alla pupilla. Sia la Tua volontà, Signore Dio mio, che Tu mi faccia coricare in pace, e che Tu ponga la mia parte nella Tua Legge; abituami a compiere i Comandamenti, e non abituarmi a compiere trasgressioni, e non darmi in potere del peccato, né in potere dell'iniquità, né in potere della tentazione, né in potere dell'umiliazione; mi domini l'indole buona e non mi domini l'indole cattiva; salvami da cattivi incidenti, da malattie brutte; non mi turbino né sogni né pensieri cattivi, e sia il mio letto incontaminato davanti a Te. Illumina i miei occhi per timore che io mi addormenti nella morte». In Palestina si dica: «Benedetto Colui che illumina tutto il mondo con il Suo splendore».

Quando si desta, dica: « Dio mio, l'anima che Tu mi hai dato è pura; Tu l'hai formata in me, Tu l'hai spirata in me, e Tu la conservi in me, e Tu in avvenire me la

toglierai, e me la ridarai nel tempo avvenire; per tutto il tempo che l'anima è dentro di me, io rendo grazie al Tuo cospetto, Signore Iddio mio, e Iddio dei miei padri, Signore di tutte le anime. Benedetto Tu, o Signore, che fai tornare le anime ai corpi morti ».

Quando si sente il canto del gallo, si dica: «Benedetto Colui che diede al gallo intelligenza, per distinguere fra giorno e notte».

Quando apre gli occhi, dica: «Benedetto Colui che rende veggenti i ciechi».

Quando uno si alza a sedere (sul letto), dica: «Benedetto Colui che libera i prigionieri».

Quando si veste, dica: «Benedetto Colui che veste gli ignudi».

Quando si erge, dica: «Benedetto Colui che rialza i curvi».

Quando scende (toccando) terra, dica: «Benedetto Colui che distese la terra sulle acque».

Quando sta tutto eretto, dica: «Benedetto Colui che dispone i passi dell'uomo».

Quando si è messo le scarpe, dica: «Benedetto Colui che soddisfa le mie necessità».

Quando stringe la cintura, dica: «Benedetto Colui che cinge Israele di forza».

Quando avvolge il sudario sul capo, dica: «Benedetto Colui che incorona Israele di maestà».

Quando si avvolge (con una veste provvista) di frange, dica: «Benedetto Colui che ci ha santificato con i Suoi precetti e ci ha comandato di avvolgerci (in vesti fornite) di frange».

Quando mette i filatteri sul braccio, dica: «Benedetto Colui che ci ha santificato con i Suoi precetti, e ci ha comandato di mettere i filatteri»; (quando mette i filatteri sulla testa) dica: «Benedetto Colui che ci ha santificato con i Suoi precetti, e ci ha dato il precetto dei filatteri».

Quando si lava le mani, dica: «Benedetto Colui che ci ha santificato con i Suoi precetti e ci ha comandato l'abluzione delle mani».

Quando si lava il viso, dica: «Benedetto Colui che toglie i legami del sonno dai miei occhi, e la sonnolenza dalle mie palpebre, e sia Tua volontà, o Signore mio Dio, che Tu mi abitui nella Tua Legge e fa che io sia attaccato ai Tuoi precetti; e non farmi venire in potere del peccato, dell'iniquità, della tentazione e della vergogna e piega la mia indole, perché ti sia sottomessa; allontanami da un uomo cattivo, da un compagno cattivo, e rendimi attaccato all'indole buona, a un compagno buono nel Tuo mondo, e fa sì che io oggi e ogni giorno trovi grazia, carità e misericordia agli occhi Tuoi, e agli occhi di chiunque mi vede; e compi nei miei riguardi opere buone. Benedetto Tu, o Signore, che compi opere buone a beneficio del popolo d'Israele!».

- Lo Shema Israel (pp. 439-440)

## « ASCOLTA »

(*Shema*)

Lo «Ascolta» è considerato il «Credo» degli ebrei, perché nella prima parte, (*Deut.*, 6, 4-9) contiene l'annuncio dell'unicità di Dio; a tale solenne enunciazione segue l'espressione dell'amore dell'uomo verso Dio, quale naturale risposta della riconoscenza della creatura verso Dio che si è fatto conoscere. La seconda parte (*Deut.*, II, 13-21: «E sarà: se ascolterete») parla della ricompensa a chi osserva i precetti e della pena in caso di inadempienza. La terza parte (*Num.*, 15, 37-41: «Disse il Signore») contiene il precetto riguardante le frange (*sisith*) da apporsi al manto di preghiera (*tallith*), come memoriale del Patto.

«Ascolta, Israele, il Signore nostro Dio, il Signore è unico.

Tu ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, e con tutta la tua anima e con tutte le tue forze. Siano queste parole che io ti comando oggi sul tuo cuore. Tu le ripeterai ai tuoi figli e ne parlerai quando stai in casa e quando vai per via, nel tuo coricarti e nel tuo alzarti. Le legherai come segno sul tuo braccio, e saranno segnacolo fra i tuoi occhi. Le scriverai sugli stipiti della tua casa e entro le tue porte.

E sarà; se ascolterete i miei precetti che io vi ordino oggi - di amare il Signore Dio vostro e di servirlo con tutto il vostro cuore e con tutta la vostra anima - io darò la pioggia alla vostra terra a suo tempo, pioggia primaverile e autunnale, e tu raccoglierai il tuo grano e il tuo mosto e il tuo olio. Io darò l'erba nei tuoi campi e ai tuoi animali, e tu mangerai e ti sazierai.

Fate attenzione che il vostro cuore non vi seduca e voi vi allontaniate, così che serviate dei stranieri e vi prostrate ad essi. L'ira del Signore arderebbe contro di voi e chiuderebbe i cieli, e non ci sarebbe pioggia e la terra non darebbe il suo prodotto; e voi perireste in breve tempo dalla terra buona che io vi do.

Mettete queste mie parole nei vostri cuori e nelle vostre anime; legatele come segno al vostro braccio e siano segnacolo fra i vostri occhi. Insegnatele ai vostri figli, parlando di esse quando stai in casa e quando vai per via, nel tuo coricarti e nel tuo alzarti. Scrivile sugli stipiti della tua casa e entro le tue porte, affinché i tuoi giorni e i giorni dei tuoi figli, sulla terra che il Signore ha giurato ai tuoi padri di dar loro, siano molti come i giorni dei cieli sopra la terra.

Disse il Signore a Mosè, dicendo: Parla ai figli d'Israele e di' loro: si facciano delle frange agli angoli delle loro vesti per tutte le generazioni e mettano alla frangia dell'angolo un filo celeste, e sia per essi una frangia; guardatela e ricordatevi tutti i precetti del Signore ed eseguiteli. Non deviate dietro il vostro cuore e dietro i vostri occhi, dietro i quali vi prostituite; affinché ricordiate ed eseguiate tutti i miei precetti e siate santi per il vostro Dio. Io sono il Signore Dio vostro che vi ho fatto uscire dalla Terra d'Egitto, per essere per voi Dio. Io sono il Signore Dio vostro».

## **Dal libro dei Salmi**

- Il Salmo 8

1. *Al maestro del coro. Su «I torchi». Salmo. Di Davide.*

2. O Signore, Signore nostro,  
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!  
Voglio innalzare sopra i cieli la tua magnificenza,
3. con la bocca di bambini e di lattanti:  
hai posto una difesa contro i tuoi avversari,  
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.
4. Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita,  
la luna e le stelle che tu hai fissato,
5. che cosa è mai l'uomo perché di lui ti ricordi,  
il figlio dell'uomo, perché te ne curi?
6. Davvero l'hai fatto poco meno di un dio,  
di gloria e di onore lo hai coronato.
7. Gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,  
tutto hai posto sotto i suoi piedi:
8. tutte le greggi e gli armenti  
e anche le bestie della campagna,
- 9 gli uccelli del cielo e i pesci del mare,  
ogni essere che percorre le vie dei mari.
10. O Signore, Signore nostro,  
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!

## **Dal volume di A. Hamman, *Preghiere dei primi cristiani***

- Inno alla Sapienza divina (n. 13: Lettera ai Romani).

O profondità della ricchezza,  
della sapienza e della scienza divina!  
Come sono inesplicabili i tuoi decreti  
e inaccessibili le tue vie!  
Chi ha mai conosciuto il pensiero del Signore?  
Chi mai si è fatto suo consigliere?  
O chi gli ha donato per primo  
e dovrà ricevere da lui il contraccambio?  
Da lui, per lui, a lui, tutte le cose.  
A lui la gloria nei secoli.  
Amen