

Cammina...

...corri...

...vola

...per esprimere  
ciò che non si può dire  
e ciò che non si può tacere.

Se tu mi avessi chiesto: "Come stai?"  
se tu mi avessi chiesto dove andiamo  
t'avrei risposto "bene, certo sai"

**ti parlo però senza fiato**

mi perdo nel tuo sguardo colossale,  
la stella polare sei tu mi sfiori e ridi no, così non vale  
non parlo e se non parlo poi sto male

Quanto t'ho amato e quanto t'amo non lo sai

**e non lo sai perchè non te l'ho detto mai**

anche se resto in silenzio, tu lo capisci da te

Quanto t'ho amato e quanto t'amo non lo sai

**non l'ho mai detto e non te lo dirò mai**

nell'amor le parole non contano conta la musica.

Se tu mi avessi chiesto: "Che si fa?"

se tu mi avessi chiesto dove andiamo

t'avrei risposto dove il vento va

le nuvole fanno un ricamo

mi piove sulla testa un temporale

il cielo nascosto sei tu ma poi si perde in mezzo alle parole

per questo io non parlo e poi sto male

Quanto t'ho amato e quanto t'amo non lo sai

**e non lo sai perchè non te l'ho detto mai**

anche se resto in silenzio, tu lo capisci da te

Quanto t'ho amato e quanto t'amo non lo sai

**non l'ho mai detto e non te lo dirò mai**

nell'amor le parole non contano conta la musica.

Quanto t'ho amato e quanto t'amo non lo sai

non l'ho mai detto ma un giorno capirai

nell'amor le parole non contano conta la musica.

*Roberto Benigni*

Ai giovani e ragazzi  
**delle parrocchie Sacro Cuore di Gesù**  
**di Torre Annunziata perché sappiano**  
cantare la meraviglia  
vivere la tenerezza,  
esprimere una carezza.

## **PROSEGUE IN TE**

Ho camminato. Ero bambino e camminavo.  
Strade nuove, mai percorse.  
Sono diventato grande, ho continuato a camminare.  
Ho incontrato dubbi e certezze, atroci sofferenze,  
successi da capogiro, ma non mi sono fermato un attimo.  
Anche il riposo è un cammino,  
la preghiera è un cammino.  
Mai mete, sempre in viaggio.  
Solo se tu mi fissi io mi fermo  
e il mio cammino prosegue in Te.

## **NON SPOSTARE**

Non spostare, Dio, la montagna, dammi la forza per la scalarla.  
Non smuovere per favore questo ostacolo,  
fammelo facilmente superare.  
Non sarà facile la mia vita,  
del resto non me l'hai promesso, mai.  
Ma quando la tribolazione si fa presente,  
non permettere che mi allontani da te.  
Quando il peso si fa greve, tanto greve da essere insopportabile,  
non voglio allora arrendermi,  
perché mi promettesti d'incontrarmi all'altare della preghiera.  
Non spostare Dio la montagna.  
Assieme ai miei fratelli troverò la forza di scalarla.

## **A DIO**

E va  
bene questa sera per un attimo ti prego mi devi ascoltare.  
Lascia pure qualche impegno del cielo  
perché ti devo parlare.  
Ridi pure di me ma ci sono momenti  
in cui tutto ti viene a mancare  
e a volte anche tu sembri tanto lontano lontano  
e non ti posso sentire.  
E dicci che la vita non è questa, che c'è un altro mondo  
in cui sperare, un mondo dove un fiore può contare  
e chi non vuol morire può gridare.  
sai la vita quaggiù ogni giorno che passa ti spinge  
sempre a lottare e lo sai pure tu non è facile dire  
di amare soltanto a parole.  
Ma ti prego, se puoi, facci strada e cammina con noi  
dentro questo mare. Come mai sto parlando con Te

è già giorno senza fare rumore...

## **TU ED IO**

Mio creatore e Signore,  
riconosco che tu sei Dio e io solo un uomo,  
tu sei il creatore ed io solo una creatura,  
tu sei il Padre ed io solo un figlio.  
Una distanza, a volte incolmabile,  
si erge tra la tua misteriosa vita e presenza  
e la mia percezione di te.  
Ti cerco e tu ti fai presente, ma sfuggi.  
Ti voglio vedere e tu ti accosti, ma resti invisibile.  
Ti voglio parlare e tu comunichi con me ma rimani indicibile.  
Mio Dio e padre, accolgo nel mio cuore  
la tua misteriosa presenza e assenza,  
vicinanza e lontananza, calore e solitudine.  
In tutto tu mi educi ad essere figlio,  
a starti davanti senza paura,  
a contendere con te senza vigliaccheria,  
ad amarti perché ci sei e non solo perché ho bisogno di te.  
Davanti a te mi prostro:  
io ti adoro, misterioso Padre che sei nei cieli.

## **MUSICA**

Signore, di fronte a certi interrogativi non c'è risposta.  
Perché vivere? Perché la sofferenza e la morte?  
E cosa è la felicità?  
E perché continuare a girare attorno a tali domande?  
Signore, intuisco che non c'è risposta  
se la cerco con la mia testa, con il mio ragionamento,  
se ci penso su.  
Non c'è risposta, ma un silenzio vuoto  
in cui nessuno parla e nella risuona.  
Eppure ho voglia di immergermi in questo silenzio:  
è importante ascoltare con pazienza il silenzio.  
Non annullare la vita, ma per comprendere  
se oltre le mie parole e i miei ragionamenti,  
si dia una qualche parola o musica  
che solo nel silenzio si può percepire, udire, gustare.  
Mio Dio, voglio ascoltare il silenzio  
e lasciarmi riempire dalla musica misteriosa.

## **GENERA TRACCE**

Costruttori di storia, creatori di opere affascinanti  
capaci di stupire e stupirsi.

L'uomo, così, si apre all'immenso e  
l'indefinibile entra in lui.

La storia cambia, si trasforma, si colora.

Il colore dà calore per riscaldare se e gli altri  
profumando la vita di un odore inebriante  
ove l'essenza è presenza e il presente è amore.

## **STRADA**

Ti mostrerò una strada, non è la mia, non è semplice;  
è difficile da vedere;

rovi e spine l'hanno coperta.

Poiché pochi l'hanno battuta.

Ma è là e finisce dove tu vuoi, dove tu sai.

La paura e la fatica di iniziare

non possono paragonarsi ai paesaggi stupendi che ammirerai,  
alla gente che incontrerai.

Genera tracce nella tua vita,

apri strade, l'amore ti sosterrà, la libertà ti farà volare,  
la verità ti darà coraggio, la felicità sarà il tuo premio.

## **ARTIGIANA**

Diventa artigiana della tua felicità  
e della tua gioia di essere e di amare.

L'artigiano ha cura del dettaglio,  
coglie l'essenziale ed esalta la rifinitura.

Sii architetto della tua vita,

ma anche operaio che realizza e concretizza i progetti.

Inventa favole e sii artista della tua storia  
e scrittrice della tua vita.

Sii cocchiere che guida

i cavalli della ragione, dell'emozione e dell'operosità  
e corri verso l'infinito

non tanto lontano da te  
perché è in te.

## **PREGHIERA**

Oggi ti consegno

la mia insoddisfazione, la mia noia, i miei lamenti.

La prima non mi permette  
di gustare nulla

mi deprime, mi sfianca e non mi dispone a comprendere  
perché sono scontento  
di quello che sono e di quello che non ho,  
del il mio modo di vivere e delle mie relazioni,  
Tu trasformala;  
donami il gusto delle cose, il sapore della vita.  
La seconda mi rende triste e mi avvilisce,  
ma tu, Signore della vita, scatena in me la fantasia,  
aprimi ad un orizzonte appassionato e appassionante.  
La terza mi logora e mi snerva,  
e divento per me e per gli altri, un essere inavvicinabile.  
Perché lamentarmi di ciò che non vivo,  
brontolare di non trovare  
se non cerco o di non arrivare se non cammino?  
Liberami, o Signore,  
per responsabilizzarmi, per essere creativo,  
per essere fedele, per impegnarmi,  
senza riserve, senza programmi.  
Fa', o Dio, che il fiume tormentato e ripido  
della mia esistenza  
sfoci in Te, oceano tranquillo e calmo in cui vivono  
tanti esseri e tante creature da amare e apprezzare.

## LUCE

Signore,  
tu che sei luce, che illumina... che dà calore...  
Donami di essere questa luce,  
luce che brilla come stella...  
e come tale, divenire punto di riferimento...  
per donare colore e far capire che  
la vita non può essere vista solo nell'ottica  
del tutto nero o del tutto bianco,  
ma che tante volte la realtà è grigia  
grigia da colorare.  
Liberami, liberaci dalle visioni personali e particolari  
fammi comprendere e donaci di capire  
che la realtà non può essere vista,  
attraverso il paio di occhiali che portiamo,  
ma dalla luce che tu sprigioni.  
Regalaci la capacità di meravigliarci delle cose e del creato  
e ancor più di stupirci del tuo capolavoro: l'uomo  
stupore quale dimensione che ci apre all'amore.  
Un amore che esprime tenerezza,

dona coraggio, racconta lo stupore, infonde speranza.

## **TEMPO**

Memori del passato.

Protesi verso il futuro.

Protagonisti della vita.

Cammina oggi.

La luce della candela,

non si consuma se da essa si accende un'altra.

Così tu non risparmiarti,

non donare qualcosa di te, ma te stessa.

Se avrai contribuito a far sorridere qualcuno

il mondo sarà migliore.

## **ORA VEDO**

Ora vedo più chiaro.

Ho scoperto che tutte le mie scuse,

le mie parole erano solo un modo per evitare di impegnarmi,

di rispondere alle necessità di servire e di amare i fratelli.

Sento che devo chiederti perdono di tutto questo.

Adesso so che la mia pigrizia e la fatica dell'impegnarmi,

non possono soffocare la voglia di amare,

di essere tuo figlio, che sento nel mio cuore.

Sono pronto a prendere il posto che mi hai assegnato,

a dare il mio piccolo contributo

perché questa esperienza di Chiesa,

segni una crescita in me e in tutti i miei amici.

E se, magari, incontriamo delle difficoltà,

ricordaci che tu, Signore, ci sarai sempre vicino.

## **IO VORREI**

Signore,

rendimi calmo e staccato da tutto, ma senza indifferenza.

Che io sia aperto e buono, maturato dalla sofferenza,

pronto a dare agli altri quello che non ho avuto.

Non mi resta niente.

A che cosa ancora mi potrei aggrappare?

Eppure io vorrei che la gioia di ogni uomo

trovasse come un'eco nel mio cuore pacificato.

Piuttosto che soffrire senza utilità per nessuno

e aggravare ulteriormente le tristezze del mondo,

vorrei che da tutte le lacrime che ho versato,

mi venisse il potere di comprendere gli altri,



fino nell'intimo del loro essere,  
là dove sono veramente se stessi, là dove aspettano l'amore.  
Vorrei che il mio dolore servisse a qualcosa.

## **CRISI**

Signore, tu lo sai la tentazione è un momento della vita,  
un momento oscuro e difficile  
Improvvisamente è in me il dubbio,  
tutto si ribella, tutto è insicuro,  
senza senso quello che faccio.  
Sono tentato nella carne, nella fede e nello spirito.  
Nella tentazione, o Signore,  
Tu sei in crisi nella mia mente incapace di capirti,  
sei in crisi nel mio cuore incapace di amarti,  
sei in crisi nella mia volontà incapace di volerti.  
Signore, tu conosci quello che sono e sai quello che faccio,  
voglio il bene e faccio il male  
non mettermi alla prova perché sono debole,  
non abbandonarmi perché da solo non ce la faccio.

## **TU SOLO**

Dio solo può dare la fede  
tu, però puoi dare testimonianza.  
Dio solo può dare la speranza  
Tu, però, puoi infondere fiducia.  
Dio solo può dare l'amore  
Tu, però, puoi insegnare all'altro ad amare.  
Dio solo può dare la pace  
Tu, però, puoi seminare unione.  
Dio solo può dare la forza  
Tu, però, puoi dare sostegno ad uno scoraggiato.  
Dio solo può dare la via  
Tu, però, puoi indicarla agli altri.  
Dio solo può dare la luce  
Tu, però, puoi farla brillare agli occhi di tutti.  
Dio solo può dare la vita  
Tu, però, puoi fare rinascere negli altri il desiderio di vivere.  
Dio solo può fare ciò che appare impossibile  
Tu, però, potrai fare il possibile.  
Dio solo basta a se stesso  
egli, però, preferisce contare su di te.

## **PADRE MIO**

Padre mio, il mio vivere quotidiano  
si alimenta di mille piccole cose:  
del prezioso carburante filtrato dal dovere di ogni momento.  
Quel lavoro noioso, monotono, pesante,  
non apprezzato, non retribuito;  
quegli sforzi apparentemente inutili, quei tentativi falliti,  
quel tempo sprecato per un progetto annullato,  
quel faticare silenzioso, quelle capricciose imposizioni,  
quel logorante stillicidio...  
Sono l'inevitabile alimento del mio cammino...  
Il solo carburante di cui dispongo,  
ecco:  
questi momenti che frantumano la mia giornata,  
questi frammenti di fatica, di sudori, di entusiasmi,  
di amarezze, di sforzi, di generosità, di stanchezze,  
di conquiste, di sconfitte...  
Formano il selciato del mio cammino,  
ma a contatto con la scintilla della grazia  
diventano un potente propulsore del mio spirito  
che dà espansione e carica alla mia vita interiore.

## **AMICO**

Signore, fa' che tutti possano vedere  
nel mio volto, il tuo penetrante e suadente,  
per il mio sorriso sincero e costante,  
per il mio sguardo, sereno e rassicurante,  
per la mia parola che spia il momento opportuno  
per lasciar cadere la tua Parola nel cuore di chi mi è vicino,  
per la disponibilità gioiosa,  
per la volontà impegnata ad arricchire  
chi sceglie la mia compagnia.  
Signore, fa' che sempre  
il fratello bisognoso del mio aiuto trovi la mia amicizia.  
Fa' che trovi in me un cuore che voglia veramente amare,  
una parola vissuta che dona Te.  
Aiutami a non passare accanto ad alcuno  
con volto indifferente, con cuore chiuso, con passo affrettato.  
Signore, aiutami ad accorgermi subito  
di quelli che mi stanno accanto.  
Fammi vedere quelli preoccupati e disorientati,  
quelli che soffrono e non lo mostrano,  
quelli che si sentono isolati senza volerlo,

e dammi quella sensibilità che mi fa incontrare i loro cuori.  
Signore, fa' che la mia persona ispiri fiducia  
a chi soffre e si lamenta,  
a chi cerca luce lontano da te,  
a chi vorrebbe incominciare e non sa come.  
Liberami da me stesso perché ti possa servire,  
perché ti possa amare, perché riesca ad ascoltarti  
in ogni fratello che Tu mi fai incontrare.

## **TI VOGLIO PER AMICO**

Ti voglio bene, ed è importante per me che tu lo sappia.  
Però, anche se tu non lo sapessi e non ti interessasse saperlo,  
ti vorrei bene lo stesso.  
Non ti voglio bene per me, ti voglio bene per te!  
Non sei una cosa che voglio possedere.  
Sei una persona che voglio vedere sbocciare  
ogni giorno di più.  
Se avrai tempo per me, sarò felice di stare insieme a te.  
Se sarai occupato e non mi vorrai accanto a te,  
cercherò di capirti: da parte mia, se chiederai il mio tempo  
cercherò di sbrigarmi al più presto,  
perché immagino che non mi cercherai senza una ragione.  
Per me la tua ragione sarà sempre importante!  
Se vuoi piangere ti offro le mie spalle.  
Se vuoi urlare contro il mondo, ti offro la mia voce.  
Se vuoi sorridere, ci sono anch'io a sorridere con te.  
Se vuoi pace e silenzio, cercherò di parlare, ma non troppo.  
Se per caso cercherai di vedere in me l'unico amico che hai,  
cercherò di farti trovare altri amici,  
perché non potrei mai darti tutto ciò di cui hai bisogno.  
Non voglio essere il tuo unico amico.  
Sembra bello, però, non ti farà bene,  
hai bisogno di altri come me.  
Se si spegnerà la tua luce, prendi la mia.  
Se la tua pace se ne va, ci sarà ancora la mia. Prendila pure.  
Se la tua fede si farà confusa, credi con me:  
Se avrai paura, uniamo le nostre paure:  
forse troveremo insieme il coraggio di amarti  
come vuoi essere amato!  
Non ti prometto di non deluderti mai!  
Sai che sono umano e perciò posso sbagliare,  
non ti prometto di amarti come vuoi essere amato!  
Non ti prometto niente di più che cercare di essere vicino a te

e camminare insieme.

Voglio essere il tuo compagno, il tuo amico, il tuo fratello,  
senza la presunzione di essere la tua unica forza.

Ti voglio per amico!

Mi vuoi?

### **FRA LE TUE BRACCIA**

Mi basta sapere che tu ci sei e mi guardi  
perché le mie parole diventino preghiera,

i miei sforzi servano a costruire,

il mio sudore a sciogliere il peccato

e la mia solitudine diventi un ricordo lontano.

Mi basta sapere che tu ci sei perché possa partire  
e oltrepassare buio, tempeste e cieli stellati.

Mi basta intuire il tuo sorriso

perché anch'io possa tramutare in danza il mio pianto.

Mi basta sapere che tu mi aspetti

perché io sia già arrivato da te

e mi basta che tu voglia essere sincero con me

perché io non senta neanche il desiderio

di scusarti o perdonarti.

Mi basta ancora sentirti sicuro

per ritrovarmi tra le tue braccia.

### **OMELIA**

E va bene

questa sera per un attimo

ti prego mi devi ascoltare

lascia pure qualche impegno del cielo

perché ti devo parlare

ridi pure di me

Ma ci sono momenti

In cui tutto ti viene a mancare

E a volte anche tu

Sembri tanto lontano

Che non riesco a sentirti

Sai la vita quaggiù

Ogni giorno che passa ti spinge

Sempre più a lottare

E lo sai pure tu

Non è facile dirti di amarti

solo a parole.

, ma so chi sei.

Ma ti prego se puoi  
Facci strade e cammina con noi  
Come mai sto parlando con te  
ed è già giorno  
senza fare rumore.

## **MADRE DEI VIANDANTI**

Come è bello percorrere  
la strada insieme a te  
Amica dei viandanti.  
Tu,  
aiutaci a non perdere mai  
la Stella del mattino  
Che ci spinge sempre più  
Lontano oltre gli orizzonti conosciuti  
per amore dell'amore.  
Noi sempre in viaggio,  
senza possedere nulla.  
Dentro al cuore, solamente, un profondo desiderio  
Diventare amore  
amore come te,  
Donna coraggiosa,  
Amica mia  
Non lasciarmi mai.  
Come è bello riprendere  
il cammino insieme a te,  
Conforto dei viandanti, Tu.  
Dolcezza è  
cantare insieme a te  
sentire ad ogni passo  
il respiro della vita che fa festa  
ogni viandante che ritorna infinitamente amati  
Noi in cammino verso cielo e terra nuove  
Una voce nasce dentro è un profondo desiderio diventare a-  
more come te  
Ricorda che io amo il Figlio tuo  
Non lasciarmi mai solo  
Solo...  
Mai.

## **AUTOBIOGRAFIA**

E saltai dal nido  
presi il volo senza esitare

e mi abbandonai fidandomi del vento dell'amore  
che avrebbe avvolto i giorni miei  
si aprirono le ali del mio cuore  
piansi di gioia  
e verso il cielo gridai il mio sì  
Volo ad alta quota  
Seminatore di speranza  
E Apro gli orizzonti della vita ai miei fratelli  
Dagli occhi miei cadde il velo  
che nascondeva la verità  
E scoprii le tracce di Dio Amore  
su tutti i volti che incontrai  
Soffrire con chi soffre  
e poi far festa  
Prendersi cura  
essere amici  
rinascere e far rinascere.  
Volteggiando trovai le storie  
che il mondo perso aveva ormai  
e non si ferma il nostro grande volo  
Per dire al mondo che siamo amati  
E soggetti della tenerezza di un Dio che ama  
Sempre nonostante  
Le nostre ipocrisie,  
le nostre infedeltà

???

Io ti confesso Signore,  
che a volte tutto mi sembra una illusione.  
Il vivere così.  
Il tempo passa e niente ha valore.  
Ma che valore ha  
nascere per poi soffrire,  
amare e poi lottare.  
E vorrei dirti, Signore,  
che spesso niente mi interessa più.  
Mi sembra che così  
i buoni vanno sempre sulla croce.  
Ma che valore ha  
vivere per l'umanità  
se poi la gente tua  
ti ride in faccia e se ne va' via.  
Tu crocifisso per me,

tu crocifisso insieme a me  
tu che dai senso a questa vita mia,  
al nascere, a soffrire, ad amare, a vivere  
E sento oggi, Signore,  
uno spiraglio di speranza  
che la risurrezione  
non può essere una delusione  
e mi riprendo io  
questa croce sulle spalle  
o Crocifisso mio signore  
risorto per amore  
Tu sei risorto per me  
Tu sei risorto con me  
Tu sei risorto, o mio Signore  
E tutto è una luce diversa,  
Tutto è diverso.

Signore,  
le cose belle  
esigono sacrificio e fatica.  
Io amo le cose belle,  
ma non voglio sacrificarmi e faticare.  
Aiutami, Signore, a non stancarmi,  
**a non desistere di fronte alle difficoltà  
che incontrerò sulla mia strada.**

Sii vicino, Signore,  
**quando andrò deluso e triste**  
verso una meta sconosciuta e buia.

Mostrati, Signore,  
e sii mio compagno di viaggio  
come per i tuoi discepoli di Emmaus.  
Mostrati vivo e risorto sulle mie strade,  
Signore.

**Ti riconoscerò**  
e cambierai il mio lamento in una danza.  
Tu conosci bene come son fatti gli uomini:

**quando non ce la fanno più a camminare**  
se la prendono con la scarpa,  
**quando la colpa è nel piede!**

**Quando sarò tentato di fermarmi**  
**perché costa fatica, fa' che non trovi scuse,**  
ma sappia riconoscere la mia pigrizia.

Ma soprattutto  
dammi tu sempre rinnovata forza  
e fresco entusiasmo  
per non fermarmi mai.



Cammina,  
Corri, vola...  
L'entusiasmo sia l'ala  
di destra.  
La tenacia quella di  
sinistra.  
Il saper decollare  
il tuo desiderio  
di dare senso e  
significato  
ad ogni tuo gesto,  
ad ogni tuo pensiero.  
La capacità di planare,  
l'espressione della tua  
squisita tenerezza,  
che si fa sorriso,  
che si apre al pianto,  
che si realizza  
nella voglia di non arrendersi  
di fronte a niente.  
Per essere  
voce  
con chi non ce l'ha  
o crede di non averla.  
Vai...  
Sta nascendo una nuova alba.  
La tua.