



Nel battito d'ali di una farfalla e nella pura bellezza di un fiore, si racchiude l'Universo.

Un'energia spirituale si espande dalla terra verso il cielo, dove, con estrema destrezza ricama miriadi di nuvole e, dal cielo, attraversando ruscelli gorgoglianti, si tuffa nell'acqua alla ricerca di anime sconosciute che giocano tra i riflessi da essa creati.

Dall'acqua, ritorna alla terra per colorare di intenso vallate e pendii.

Si ritrova così, per caso, a spiare da una bifora di un'antica abbazia il movimento di suoni d'organo lontani che si innalzano come preghiera per l'intera umanità.

Sembra un dolce sentiero.

In realtà, a tratti, è molto ripido e faticoso è il suo percorso.

Richiede tenacia, perseveranza e fiducia.

Uno squarcio di cielo azzurro lenisce la fatica e infonde coraggio per continuare il cammino.

Il punto in cui si apre la vallata, non è la meta, è solo un traguardo da assaporare.

L'ATTIMO

Un soffio è la vita.

Ogni attimo esige intensità,
non passare senza che me ne accorga.

Voglio viverti
ascoltandoti, guardandoti, toccandoti.

Fatti voce, fatti luce, fatti corpo,
fatti vivere affinché io possa vivere.

FERMATI

Il tempo scorre... fermalo!
Tu corri... fermati!
Fermati e fermerai il tempo,
assapora questo attimo,
assapora ogni attimo donato,
assaporalo fino in fondo.
Del profumo intenso di un fiore,
dell'odore dell'erba appena tagliata,
di un tramonto,
di un'alba,
di un cielo stellato,
stupisciti e assaporali.

Fermati e assapora
uno sguardo, una carezza, un abbraccio
donati da chi ti ama.

Fermati e assapora la gioia
per l'aiuto che dai a chi ne ha bisogno.

Fermati e assapora
un rifiuto d'amore,
ogni dolore che devi subire,
il distacco da una persona che ami.

Assapora l'amore che ricevi.
Assapora l'amore che riesci a donare.
Non avere rimpianti,
né fretta nel raggiungere la meta.

Non affannarti e non correre.

Fermati e ascolta.
Ascolta il tuo respiro,
ascolta il tuo cuore.
Troverai l'Onnipotente,
conoscerai il vero significato della vita,
la sua unica essenza.