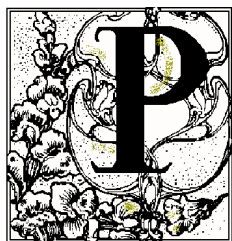




Desiderata



*Passa tranquillamente tra il rumore e la fretta,
e ricorda quanta pace può esserci nel silenzio.*

*Finché è possibile, senza doverti abbassare,
sii in buoni rapporti con tutte le persone.*

*Dì la verità con calma e chiarezza; e ascolta gli altri, anche i noiosi
e gli*

ignoranti; anche loro hanno una storia da raccontare.

Evita le persone volgari ed aggressive; esse opprimono lo spirito.

*Se ti paragoni agli altri, corri il rischio di far crescere in te
orgoglio e acredine,*

perché sempre ci saranno persone più in basso o più in alto di te.

Gioisci dei tuoi risultati così come dei tuoi progetti.

Conserua l'interesse per il tuo lavoro, per quanto umile;

è ciò che realmente possiedi per cambiare le sorti del tempo.

Sii prudente nei tuoi affari, perché il mondo è pieno di tranelli.

Ma ciò non acciechi la tua capacità di distinguere la virtù;

*molte persone lottano per grandi ideali, e dovunque la vita è piena
di eroismo.*

*Sii te stessa. Soprattutto non fingere negli affetti, e neppure
sii cinica*

riguardo all'amore;

*poiché a dispetto di tutte le aridità e disillusioni esso è perenne come
l'erba.*

Accetta benevolmente gli ammaestramenti che derivano dall'età,

lasciando con un sorriso sereno le cose della giovinezza.

*Coltiva la forza dello spirito per difenderti contro l'improvvisa
sfortuna,*

ma non tormentarti con l'immaginazione.

*Molte paure nascono dalla stanchezza e dalla solitudine. Al di là
di una*

disciplina morale, sii

*tranquilla con te stessa. Tu sei una figlia dell'universo, non meno
degli alberi e*

delle stelle;

tu hai il diritto di essere qui.

E che ti sia chiaro o no, non vi è dubbio

*che l'universo ti si stia schiudendo come dovrebbe. Perciò sii in pace
con Dio,*

*comunque tu lo concepisca, e qualunque siano le tue lotte e le tue
aspirazioni,*

*conserva la pace con la tua anima pur nella rumorosa confusione
della vita.*

Con tutti i suoi inganni, i lavori ingrati e i sogni infranti,

è ancora un mondo stupendo.

Fai attenzione.

Cerca di essere felice.

(Trovata nell'antica chiesa di S. Paolo, Baltimora. Datata 1692. Traduzione di Enrico Orofino)