

“Per me vivere è Cristo e morire un guadagno”

Di don Marco Presciutti, direttore Ufficio Pastorale, Diocesi di Fano
Ritiro al clero, 6 novembre 2008

Introduzione

Siamo nell'ottavario dei defunti e tutti noi in questi giorni stiamo aiutando le comunità a riflettere sulla morte, sulla vita eterna, sui novissimi.

In comunione con le nostre comunità stamattina ci lasciamo aiutare dall'apostolo Paolo e anche noi meditiamo sulla morte.

Sono tantissimi e ricchissimi i brani dell'epistolario paolino che affrontano la tematica e l'approfondiscono:

- Il capitolo 15 della prima lettera ai Corinzi, un capitolo magistrale, bellissimo che ci fa conoscere quello che gli esegeti chiamano, il credo antiocheno: *“Vi ho trasmesso quello che anch'io ho ricevuto...Cristo morì per i nostri peccati secondo le scritture...è risorto il terzo giorno secondo le Scritture...apparve a Cefa e quindi ai dodici...in seguito apparve a più di 500 fratelli...Inoltre apparve a Giacomo ...quindi a tutti gli apostoli e per ultimo apparve anche a me come a un aborto...”* e poi subito di seguito la riflessione sulla resurrezione dei morti: *“Se non vi è risurrezione dei morti neanche Cristo è risorto...”*.
- La 2 lettera ai Corinzi al capitolo 5, 6-10 che è quasi un compendio di escatologia individuale...

[6]Così, dunque, siamo sempre pieni di fiducia e sapendo che finché abitiamo nel corpo siamo in esilio lontano dal Signore, [7]camminiamo nella fede e non ancora in visione.

[8]Siamo pieni di fiducia e preferiamo andare in esilio dal corpo ed abitare presso il Signore. [9]Perciò ci sforziamo, sia dimorando nel corpo sia esulando da esso, di essere a lui graditi. [10]Tutti infatti dobbiamo comparire davanti al tribunale di Cristo, ciascuno per ricevere la ricompensa delle opere compiute finché era nel corpo, sia in bene che in male.

- Oppure il capitolo otto della lettera ai Romani...
- O anche le lettere ai Tessalonicesi...

Meditiamo invece qualche stralcio della lettera ai Filippesi perchè la liturgia ce la propone nell'Eucaristia quotidiana della settimana in corso, quasi in maniera continuata.

E poi perché ci aiuta a metterci “personalmente” di fronte alla morte. Nella lettera ai Filippesi infatti si sente battere il cuore dell'apostolo, si sente dietro la testimonianza calda, diretta di questo “libero prigioniero del Signore”.

Paolo non parla della morte in generale, per i fratelli delle sue comunità, ma della sua propria morte, si pone di fronte alla possibilità reale, vicina, concreta del martirio...Scrive in catene...la situazione è pesante, dolorosa.

Eppure la lettera è pervasa dalla gioia (la parola come sostantivo o verbo ricorre 16 volte). E' la gioia come dono dello Spirito, come comunione con Dio. Una gioia che nasce dalla certezza della presenza di Cristo e che rende l'apostolo capace di guardare la morte negli occhi, rimanendo assolutamente sereno.

“La gioia del Signore è la nostra forza...”

Anche noi ci mettiamo in questa prospettiva...vogliamo pensare alla nostra morte.

Non è così semplice...per tanti motivi...

Viviamo immersi e quindi siamo necessariamente contagiati dalla cultura dominante che ostracizza la morte.

L'ammalato deve morire senza sapere che sta morendo, non deve conoscere le sue reali condizioni perché altrimenti si spaventa.

La morte più desiderata è quella che nella tradizione cristiana era la più temuta. Si chiedeva nella preghiera: “Dalla morte improvvisa liberaci Signore!”. Oggi in molti vorrebbero “passare” dal sonno alla morte, senza accorgersi di niente.

Ci si preparava a morire per disporsi all'incontro con *Sorella morte*. Oggi la morte è quasi un tabù, è banalizzata, mediatizzata o dimenticata.

Il concetto di *mortalità* è stato quasi censurato. Non si muore di *mortalità*, ma si cerca sempre la causa, la malattia o l'errore medico, ecc. Anche delle persone più anziane non si dice mai che sono morte di *mortalità*...

LA TRADIZIONE CRISTIANA HA INVECE SENTITO LA MORTE COME PARTE DELLA VITA, UNA GRANDE OPPORTUNITA' PER LA VITA.

Sant'Agostino è lucidissimo “Per noi entrare nella vita è entrare nella mortalità, è iniziare ad essere mortali, vivi sì ma di vita mortale. Iniziare a vivere è iniziare a morire...la morte non è solo alla fine della vita, fuori del suo durare ma dentro...”.

Lui parla di vita mortale e di morte vitale.

C'è un brano, 2 righe di un romanzo di Laura Conti, “Cecilia e le streghe”, che Frosini riporta in un suo libro di escatologia che è suggestivo:

“Chi dice che solo di malattie si muore, o di fratture, o di ferite? Si muore di nascita, si muore di guarigioni, si muore di vita”

E anche quando diciamo “si muore” rischiamo di non porci seriamente di fronte a questa possibilità: il sì è la somma di tutti, è qualcosa di neutro, finisce per sgravarci dalla responsabilità, dal coinvolgimento personale, il sì alla fine assomiglia a nessuno.

Sappiamo che la morte è l'unica cosa certa, inesorabilmente verrà...ma non adesso, non per in quanto, non ora.

Il pensiero della morte tendiamo a rimandarlo a più tardi. E così finiamo per nascondere ciò che la certezza della morte ha di più caratteristico, la sua presenza reale dentro la nostra giornata, la sua possibilità ad ogni attimo. La certezza della morte va di pari passo con l'indeterminatezza del suo quando.

L'esistenza molte volte è fuga di fronte alla morte...ma per viver autenticamente l'uomo deve affrontare a viso aperto la possibilità reale della morte.

Chi banalizza la morte alla fine finisce per banalizzare la vita.

Allora con l'apostolo ci mettiamo di fronte alla nostra morte...

Lettera ai Filippesi 1, 1-26

[1]Paolo e Timoteo, servi di Cristo Gesù, a tutti i santi in Cristo Gesù che sono a Filippi, con i vescovi e i diaconi. [2]Grazia a voi e pace da Dio, Padre nostro, e dal Signore Gesù Cristo...

...[12]Desidero che sappiate, fratelli, che le mie vicende si sono volte piuttosto a vantaggio del vangelo, [13]al punto che in tutto il pretorio e dovunque si sa che sono in catene per Cristo; [14]in tal modo la maggior parte dei fratelli, incoraggiati nel Signore dalle mie catene, ardiscono annunziare la parola di Dio con maggior zelo e senza timore alcuno. [15]Alcuni, è vero, predicano Cristo anche per invidia e spirito di contesa, ma altri con buoni sentimenti. [16]Questi lo fanno per amore, sapendo che sono stato posto per la difesa del vangelo; [17]quelli invece predicano Cristo con spirito di rivalità, con intenzioni non pure, pensando di aggiungere dolore alle mie catene. [18]Ma questo che importa? Purché in ogni maniera, per ipocrisia o per sincerità, Cristo venga annunziato, io me ne rallegro e continuerò a rallegrarmene. [19]So infatti che tutto questo servirà alla mia salvezza, grazie alla vostra preghiera e all'aiuto dello Spirito di Gesù Cristo, [20]secondo la mia ardente attesa e speranza che in nulla rimarrò confuso; anzi nella piena fiducia che, come sempre, anche ora Cristo sarà glorificato nel mio corpo, sia che io viva sia che io muoia.

[21]Per me infatti il vivere è Cristo e il morire un guadagno. [22]Ma se il vivere nel corpo significa lavorare con frutto, non so davvero che cosa debba scegliere. [23]Sono messo alle strette infatti tra queste due cose: da una parte il desiderio di essere sciolto dal corpo per essere con Cristo, il che sarebbe assai meglio; [24]d'altra parte, è più necessario per voi che io rimanga nella carne. [25]Per conto mio, sono convinto che resterò e continuerò a essere d'aiuto a voi tutti, per il progresso e la gioia della vostra fede, [26]perché il vostro vanto nei miei riguardi cresca sempre più in Cristo, con la mia nuova venuta tra voi.

[1]Paolo e Timoteo, servi di Cristo Gesù, a tutti i santi in Cristo Gesù che sono a Filippi, con i vescovi e i diaconi. [2]Grazia a voi e pace da Dio, Padre nostro, e dal Signore Gesù Cristo...

Paolo e Timoteo: si sottolinea la collegialità, la sinodalità, la comunione nel ministero...per noi è il presbiterio. Servi di Cristo per servire davvero i fratelli. Anche il servizio alla chiesa è un servizio a Cristo. Solo se è servizio a Cristo alla fine è vero servizio all'uomo.

A tutti i santi in Cristo Gesù: non ai perfetti ma ai separati dalla mondanità , ai messi da parte. Santi per dono...Paolo prima si rivolge alla comunità tutta intera e poi a coloro che all'interno della comunità rivestono un incarico anche autorevole.

Paolo è in catene

Questo favorisce la corsa del vangelo. Quando il Vangelo è rifiutato, possiede un'efficacia che supera i criteri mondani.

Alcuni annunciano il Vangelo in maniera non corretta, con intenzioni non limpide...a volte l'unità plurale è difficile nella chiesa, subentra la gelosia, l'invidia, la contestazione...Ma la

passione per il vangelo rende l'apostolo libero anche da se stesso, il suo cuore è davvero magnanimo...

[21]Per me infatti il vivere è Cristo e il morire un guadagno.

Siccome per lui vivere è Cristo allora morire diventa un guadagno.

1. VIVERE E' CRISTO: riflettiamo sulla relazione di Paolo con Cristo.

- Paolo vive un rapporto così profondo con Cristo, così appassionato ed esauriente che vive per Lui. Semplicemente e direttamente...Ormai per lui vivere è Cristo.

Conquistato conquista, amato ama, graziato vive la gratuità nei confronti di tutti...Guarda tutto a partire da Cristo, vive tutto in Cristo che lo abita.

Vive immerso in questa presenza:

la liturgia è incontro con lui, il servizio ai fratelli è servizio al Signore...tutto alla fine è la possibilità di incontrare il Signore, di stare con il Signore, di rimanere in Lui.

NELL'AGENDA DI PAOLO NON C'È PIÙ QUALCOSA DA FARE MA QUALCUNO DA INCONTRARE, DA AMARE, TUTTO È SACRAMENTO...

Potremmo dire che il programma dell'apostolo è la CRISTIFICAZIONE PROGRESSIVA, questo è il suo anelito viscerale...l'IMMEDESIMAZIONE con Cristo.

Il suo rapporto con Cristo crocifisso e risorto è il fondamento della sua corsa verso la patria, del suo infaticabile ministero apostolico.

L'incontro con il Signore lo ha DECENTRATO, nel senso che non vive più per se stesso, vive per colui che è morto e risorto per lui. E' UNO SRADICATO DA SE, UN FUORI DI SE.

Gal 2,20: "Sono stato crocifisso con Cristo e non sono più io che vivo ma Cristo vive in me. Questa vita che vivo nella carne io la vivo nella fede del figlio di Dio che mi ha amato e ha dato se stesso per me".

Lo stile di vita dell'apostolo è la piena conformità al Cristo integrale, vuole aderire a Cristo con tutto di sé.

ALLORA CHIEDIAMOCI: Per noi vivere è Cristo? Siamo impregnati di Lui? Leggiamo la storia con i suoi occhi? Facciamo qualcosa o incontriamo il Signore in tutto quello che facciamo?

2. "Abbate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù..." Fil 2, 5-11

Prima di approfondire quello che Paolo pensa del morire è bene contemplare Gesù di fronte alla morte perché Paolo semplicemente lo imita, lo segue.

Sicuramente Gesù non subisce la morte ... ma la "patisce", ne fa la possibilità della consegna al Padre per noi, la sente come ritorno al Padre, alla casa: consumazione piena.

"Il Figlio dell'uomo non è venuto per farsi servire, ma per servire e per dare la sua vita in riscatto dei peccati della moltitudine" Mc 10, 45

Per Gesù la morte ha significato oblativo, è un dare la sua vita, fare dono della sua vita agli altri per riscattarli dal peccato; è l'obbedienza al Padre per noi, è amore del Padre e di noi tutti, è gesto oblativo, pura dedizione.

Gv 10, 11: "Io sono il buon pastore, che dà la vita per le sue pecore"

Gv 12, 24-25: "In verità, in verità io vi dico se il chicco di grano, caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore porta molto frutto".

Gesù non ama la morte per la morte. La vita tuttavia, per lui, è una moneta da spendere, non è un valore assoluto; L'ASSOLUTO, PER GESÙ, È IL PROGETTO DI DIO, È LA MOLTITUDINE DEGLI UOMINI: L'ASSOLUTO È LA VITA DEGLI ALTRI E NON LA PROPRIA.

E' sicuramente passione per la vita, è perché tutti ne abbiano in abbondanza. Per la "signoria di Dio Padre" che riscatta la vita anche "dei senza vita" che Lui spende volentieri la sua vita. VITA PER LA VITA.

Gv 15, 13: "Nessuno ha amore più grande di questo, di dare la propria vita per i suoi amici". La vita viene spesa da Gesù volentieri. Si fa pane spezzato, vita donata; vino versato, sangue sparso, dono per la moltitudine degli uomini, più cari a Lui che la sua stessa vita.

Non per questo ha affrontato la morte a cuor leggero: ha sofferto la morte degli altri e anche la propria.

Davanti alla sua morte violenta è stato preso dal panico, ha avuto paura, ha sentito il terrore, ha pregato il Padre Dio di liberarlo da questa eventualità così spaventosa (Mc 14, 32-36). Gesù ha sperimentato l'angoscia ma non si è lasciato paralizzare, non è scappato ma ha scelto di portare a compimento la sua missione.

Gesù ha costruito e vissuto un'estrema libertà nei confronti di tutto e tutti anche di fronte alla morte.

Mai incosciente, inconsapevole. Sapeva e sentiva crescere il conflitto intorno a se. Ha avuto paura ma non si è lasciato paralizzare.

Paura, angoscia, timore, tristezza sono i segni della nostra umanità; lasciarsi paralizzare, invece, è il frutto di una debolezza colpevole. Il pungiglione della morte è il peccato.

Per Gesù c'è qualcosa che vale molto di più della sua vita biologica: il compimento della sua missione, a qualsiasi prezzo, l'amicizia con i discepoli, il riscatto dell'umanità peccatrice. La vita è una moneta da spendere, un talento da impiegare. Non è una fortezza da difendere a qualsiasi costo, ma va spesa per qualcosa di molto più importante.

GESÙ, LIBERO DI FRONTE ALLA MORTE, VUOL LIBERARE L'UOMO DALLA PAURA DI MORIRE.

E adesso guardiamo a Paolo...

- 3. "Per vivere è Cristo e morire un guadagno... Sono messo alle strette infatti tra queste due cose: da una parte il desiderio di essere sciolto dal corpo per essere con Cristo, il che sarebbe assai meglio; d'altra parte, è più necessario per voi che io rimanga nella carne.**

Non solo non teme la morte ma tutto sommato la sente quasi amica...

La morte è un guadagno perché conduce alla comunione piena, definitiva con Cristo. Se la vita è Cristo si capisce...se Cristo è la ragione del vivere allora c'è una logica...

Anche il Salmo 63, salmo dell'amore mistico, ci riporta l'esclamazione più bella del salterio: "Il tuo amore vale più della vita..."

Senza te la vita non è vivibile, non è più vita...Questo è il pensiero di tutti i martiri...

L'apostolo è messo alla strette da questa alternativa: da una parte il desiderio di "salpare" per essere con Cristo senza più limitazioni...dall'altra il servizio alla chiesa e al mondo, da un parte una morte vantaggiosa e dall'altra una vita fruttuosa.

Il desiderio della morte, quindi, non è per sé stessa, come una liberazione dai mali, ma come possibilità di essere in comunione definitiva con Cristo. Paolo non disprezza assolutamente la vita terrena, non disprezza il corpo...al contrario vive intensamente, lavora con le sue mani, è ben piantato, non fugge, non si lascia alienare, combatte la visione gnostica, spiritualistica che si infiltra nelle comunità cristiane da lui fondate e servite...

Il vivere e il morire sono presi in considerazione da Paolo solo ed esclusivamente a partire dalla sua relazione con Cristo; la morte permetterebbe la realizzazione piena dell'unione con il Cristo glorioso. La permanenza gli offrirebbe la grazia del servizio a Cristo nel servizio ai fratelli.

Chiaramente non si improvvisa questo atteggiamento di Paolo. E' il frutto di una vita orientata dal Vangelo.

- ***Ama teneramente e in maniera fedele i fratelli.***

I cristiani di Filippi gli chiama amatissimi, gli porta nel cuore, gli ama con le viscere di Cristo. E' pronto a dare la vita per i Tessalonicesi divenuti cari al suo cuore. (1 Ts 2, 8) Insieme al Vangelo vuole dare la vita. E dare la vita non è un gesto eroico, ostentatorio o masochistico. Ci sono dei valori così importanti, per i quali è giusto dare la vita: al centro c'è l'utilità della comunità, il bene di tutti.

Nella seconda lettera ai Corinzi (12, 14-15) appare il verbo "spendere" e "spendersi": "io mi spenderò molto volentieri e spenderò me stesso tutto intero per la vostra vita". Paolo è disposto a spendere tutto quello che ha, a spendersi tutto per la vita di quelli di Corinto. E' impressionante questa dedizione disinteressata alla comunità.

- **Cristo Gesù non ci impedisce di morire ma ha radicalmente trasformato la morte. Non ci salva dalla morte ma nella morte, attraverso la morte redenta dall'AMORE.**

⊗ Il peccato ci fa sperimentare la morte come ostile, come rottura, come contraria alla dinamica della vita mettendo in dubbio il senso dell'esistere. Il peccato è mancanza di fiducia, mancanza d'amore. Proprio perché l'uomo non è capace di affidarsi e amare, non riesce a vivere la morte come consumazione e dono. Il peccato ci fa guardare alla morte così. Di fatto la conseguenza del peccato è l'autointronamento nell'io. In questo senso il pungiglione della morte è il peccato (1 Cor 15,56). La Redenzione operata da Cristo ci permette di guardare alla morte in maniera diversa e di viverla in maniera diversa.

⊗ Se è sicuro che la vita si consuma, allora è meglio entrare in questo movimento della vita e consumarla attivamente in favore degli altri: la vita va offerta per la vita. La morte non è solo la fine ma anche il compimento. La morte non può essere un

incidente che viene accettato passivamente, un evento biologico di fronte al quale l'uomo non può che rassegnarsi inerme, ma invece deve diventare un atto dell'uomo. La morte è compimento attivo dall'interno, è prendersi in possesso e donarsi. La morte è qualcosa di esteso, di lunghissimo, di lento e inesorabile...Non è tanto qualcosa di momentaneo e puntuale: si estende per tutta la durata della vita.. Ricopre, oscura e illumina tutti i giorni dell'esistenza. "Ogni giorno sono messo a morte...". La vita è una marcia di avvicinamento alla morte, propedeutica dell'eternità.

- ⊗ Il discepolo di Gesù è chiamato a morire come Cristo, con Cristo. Il cristiano rinnega se stesso, si lascia trasformare perché il chicco di grano caduto in terra se non muore rimane solo, se invece muore porta molto frutto.

MORIRE CON CRISTO NON È TANTO QUALCOSA CHE SI RIFERISCE ALLA FINE DELLA VITA MA SI REALIZZA ATTRAVERSO TUTTA L'ESISTENZA.

"Portando sempre e dovunque nel nostro corpo la morte di Gesù" (2 Cor 4, 10ss).

Morire durante la vita è vivere per amore, è donare la vita, è consegnarsi a Dio.

Alla fine la morte è semplicemente l'ultimo atto, è la radicalizzazione della consegna di sé a un Tu.

CON-MORIRE, morire CON CRISTO: è questo che alla fine vive Paolo.

Avviene anzitutto nel battesimo, siamo sepolti con Lui nella morte, continua negli altri sacramenti, in particolare nell'Eucaristia. I sacramenti fanno accadere quello che significano....

E alla fine il processo si consuma nella morte reale, liberamente accettata come offerta finale a Dio....perché ci si ritrova soltanto se si ha il coraggio di perdersi totalmente in Lui.

La morte è un essere con Cristo. Se essere in Cristo è la sorte della nostra vita essere con Lui è la situazione definitiva dopo la morte. Il desiderio di essere sciolto dal corpo coincide con il desiderio di essere con il Signore...le due cose sono simultanee.

L'INCONTRO NON SEGUE LA MORTE, SI MUORE NELLA COMUNIONE.

Siamo sempre del Signore. Il cristiano resta in comunione con Cristo sia durante la vita che nella morte.

"Chi ci sepperà...né morte né vita niente e nessuno può strapparci al suo abbraccio" Rm 8,35-39

In Cristo e con Cristo la morte si trasfigura: se è orribile e odiosa senza di Lui, con Lui essa diventa dolce, santa e perfino gioiosa. Morte è apparentemente la fine...in realtà è passaggio, mutazione, transito perché la vita rimane.

Stefano Gamucio, poeta cileno:

"Sono unico, corpo e spirito nella vita, la morte non può portarmi via perché sono nelle mani della vita, nelle mani della stessa sorgente della vita.

Cristo mi ha conquistato e mi ha preso con sé, io non sono più tuo, morte.

Così anche tu, umilmente sconfitta Mi sei diventata come una sorella, "sorella morte" Piccola e grigia operaia della nostra risurrezione".

Morendo termino di nascere.

4. La speranza: nè fuga alienante dal presente, nè chiusura nell'oggi, nè spiritualismo, nè orizzontalismo...

«...dimenticando quello che sta dietro e proteso verso quello che sta dinanzi, corro verso la meta» (3,13). «La nostra cittadinanza invece sta nei cieli» (3,20).

Per il cristiano il tempo è solo il ritardare di quello che si spera.

Non un'attesa inerte, passiva, rassegnata; meno che mai un'attesa dissipata, distratta. Ma un'attesa operosa, fattiva, dinamica. Il Signore che è venuto, viene e verrà. Verrà per la nostra salvezza, per la salvezza di tutti, la nostra piena felicità.

L'universo l'attende con impazienza, tutta la storia è protesa verso di lui.

La speranza non delude ma il cristiano deve camminare come pellegrino, nel distacco, in questa terra che deve restituire. Il cristiano vive questo paradosso: è della terra ma appartiene al cielo, immerso nella storia ma in cammino verso l'eternità, disponibile e cordiale ma sempre disilluso, distaccato: il suo cuore è altrove...Solo quando saremo a Gerusalemme potremo far esplodere la nostra gioia. Il cuore di Dio, la Gerusalemme del cielo è il porto per l'attracco finale, è il fine del nostro andare, la nostra grande e sola utopia.

Vivere con responsabilità la missione che Cristo ci ha lasciato vuol dire trovare e ritrovare costantemente la sintesi, un giusto rapporto tra attaccamento e distacco, tra presente e futuro, tra impegno e attesa...Nella tensione fra questi opposti si apre il cammino. L'equilibrio va faticosamente e pazientemente ricostruito, custodito, né disimpegno, né tradimenti, né fughe in avanti né abbarbicamenti al passato, né alienazioni né inginocchiamenti.

Allora tu sarai l'ultima parola, l'unica che rimane e non si dimentica mai. Allora quando nella morte tutto tacerà e io avrò finito d'imparare e di soffrire, comincerà il grande silenzio, entro il quale risuonerai tu solo, Verbo, di eternità in eternità. Allora saranno ammutolite tutte le parole umane; essere e sapere, conoscere e sperimentare saranno divenuti la stessa cosa. Conoscerò come sono conosciuto, intuirò quanto tu mi avrai già detto da sempre: te stesso. Nessuna parola umana e nessun concetto starà tra me e te; tu stesso sarai l'unica parola di giubilo dell'amore e della vita che ricolma tutti gli spazi dell'anima".
Karl Rahner

*"Cantiamo l'alleluia, mentre siamo privi di sicurezza,
per poterlo cantare un giorno lassù, ormai sicuri.*

O felice quell'alleluia cantato lassù!

O alleluia di sicurezza e di pace!

Là nessuno ci sarà nemico,

là non perderemo mai nessun amico.

Ivi risuoneranno le lodi di Dio.

Certo risuonano anche qui.

Qui però nell'ansia, mentre lassù nella tranquillità.

Qui cantiamo da morituri, lassù da immortali.

Qui nella speranza, lassù nella realtà

Qui da esuli e pellegrini, lassù nella patria.

Cantiamo pure ora

Non tanto per goderci il riposo,

quanto per sollevarsi dalla fatica.

Cantiamo come viandanti,

Canta per alleviare la marcia,

ma cantando non indulgere alla pigrizia.

Canta e cammina, Canta e cammina."