



Preghiera del podista



**Ti ringrazio, Signore,
perché sono parte delle meraviglie
della tua creazione, perché esisto e perché
posso percorrere questo viaggio che è la vita.**

**Grazie perché mi fai camminare
e perché posso correre.
Grazie anche per le sofferenze e le difficoltà
del mio esistere che scompaiono
con la gioia della corsa.**

**Mentre corro, Ti sento, Signore:
nel ritmo dei miei passi,
nel pulsare del mio cuore
che fende la prima luce del mattino.
Mentre attraverso la serenità
del silenzio i pensieri si purificano
e tornano a Te.**

**Ti sento, Signore,
anche quando il respiro diventa corto,
il sudore vela lo sguardo
e la stanchezza ed il patire
sembrano avere il sopravvento,
la fatica mi fa piegare le gambe
e mi voglio fermare.**

**Fa, Signore, che nell'allenamento,
come nella esigente durezza della gara,
io possa fortificare, oltre ai muscoli,
lo spirito fino a renderlo limpido e generoso.**

**Fa, Signore, che nell'assidua pratica sportiva
io possa trarre tanta forza e saggezza
da superare le più difficili prove della vita,
senza mai conoscere né sconforto, né disperazione.**

**Questo mio correre, umile ed esaltante,
accoglilo come preghiera,
preghiera di chi andando e camminando
lodandoTi e ringraziandoTi
vuole giungere fino a Te.**

**Lo so che nella corsa uno solo vince,
ma Tu concedimi ugualmente una vittoria:
quella su me stesso, sulle mie debolezze
e sulle mie inefficienze,
cosicché, dopo ogni corsa,
io possa tornare migliore.**

**Fa, ti prego, che in questa inebriante corsa
che è la vita, io possa aver fiato e forza
per farne un canto di lode,
una meravigliosa avventura,
bellezza della creazione,
piccolo contributo alla magnificenza
della Tua gloria.**

Amen.