



## Pane spirituale quotidiano



Gc 1:26

---

“Se uno crede di essere religioso, ma poi non sa frenare la propria lingua, è un illuso: la sua religione non vale niente”.

28 gennaio

---

Oggi, se sarà necessario, mi morderò la lingua prima di parlare. Farò così: prima starò in silenzio, poi accennerò un sorriso e assumerò uno sguardo buono. Starò bene e rasserenerò il clima.