





*Voi siete il sale della terra;
ma se il sale perde il sapore,
con che cosa lo si renderà salato?
A null'altro serve che ad essere gettato via
e calpestato dalla gente.*

Si può mangiare senza sale, non è obbligatorio, ma senza dubbio la pietanza con il sale acquisterà sapore. Se l'obiettivo è sopravvivere il sale non è necessario, ma quando l'obiettivo è gustare, allora diventa essenziale. Il sale è una delle cose più semplici e antiche del mondo, è ricavato dall'infinito del mare o dalla roccia e fu il primo mezzo usato dall'uomo per conservare i cibi. La nostra vita può essere piatta e insipida, se non sappiamo darle sapore: la bellezza, l'arte, la musica, le relazioni possono essere ciò che le danno sapore. Qual è il sale di una donna consacrata? Cos'è la cosa più preziosa che possiede? Cosa permette di conservare il suo nutrimento nel tempo? La risposta a queste domande non è semplice perché ha a che fare con la vita spirituale. Essa è quel sale che dà sapore all'esistenza e ci permette di conservare la nostra fede per poter dare sapore al mondo.

Penso che nell'ambito della vita comunitaria ti capiti di fare il turno in cucina e, quindi, di conoscere i sapori e l'uso delle spezie e degli aromi. Prova ad abbinare ciascuna delle erbe indicate qui sotto con le sue specifiche proprietà a una scelta, azione, atteggiamento, modo di fare, utile a dare più sapore alla vita della Fraternità.

SAPORI DI CASA

rosmArINo	allevia lo stress
ALLoro	purificante
SAIVia	contiene gli zuccheri
PreZZemolo	depura l'organismo
peperoNcINO	migliora la circolazione
oRiGano	digestivo
TiMo	contro infezioni e infiammazioni
AgliO	proprietà antibatteriche
basiLico	è ricco di vitamina C