

RADICARE LA PREGHIERA NEI CENTRI VITALI

Proponiamo tre esercizi di preghiera profonda che si sviluppano attraverso i centri vitali e hanno come punto di riferimento rispettivamente il Padre, il Figlio e lo Spirito santo. Essi si articolano secondo le classiche tappe della *lectio divina*, in quanto prendono le mosse da testi biblici, ne fanno oggetto di meditazione discorsiva e introspettiva, per poi esprimersi nell'orazione e approdare alla contemplazione.

ESERCIZIO 18 IL PADRE NOSTRO

Il *Padre nostro* ci consente di riprendere l'avventuroso percorso attraverso i centri vitali, traducendolo in preghiera e senza con questo forzare troppo il testo dell'orazione insegnataci da Gesù... la quale potrà essere recitata anche partendo dal fondo, ossia invertendo l'ordine delle invocazioni, a seconda che si intenda muoversi dall'alto verso il basso o viceversa: che sono poi i due movimenti della Grazia e della Natura. E questo perché sono pressoché inesauribili le applicazioni del *Padre nostro* e tutte, per quanto relative, aiutano a radicare la preghiera di Gesù nel tessuto concreto della persona e della vita. Non sembri dunque azzardato proporre un aggancio tra il *Padre nostro* e i centri vitali.

In conformità al dettato evangelico, seguiremo ora un percorso dall'alto verso il basso, poiché nell'ottica cristiana l'attivazione dei centri vitali viene operata in virtù della Grazia, non senza che questa sia assecondata dall'orante nella totale disponibilità della propria persona.

Ci assicuriamo, come punto di partenza, un sufficiente livello di raccoglimento, che verrà potenziato dalla consapevolezza della dimensione trinitaria dell'esperienza che stiamo compiendo: invociamo il Padre, con le parole del Figlio, sotto il soffio dello Spirito di adozione, come ripetutamente ci avverte san Paolo (Rm 8,14-17; Gal 4,6).

In secondo luogo ricorderemo che l'accoglimento-proclamazione del *Vangelo* durante la messa ci chiede di attivare i tre centri superiori, quando tracciamo con il pollice un segno di croce sulla fronte, sulle labbra e sul petto. Nella visione globale dei centri vitali che ormai ci è familiare, l'attivazione si estenderà a tutta la nostra persona, durante la recita del *Padre nostro*, precipuo tra i testi evangelici. In altre parole, se tracciamo un triplice segno di croce alla proclamazione liturgica del *Vangelo*, perché non lo dovremmo fare (anche solo mentalmente), quando ci serviamo del suo «compendio»?

La carica trasformatrice delle singole espressioni del *Padre nostro* risulterà ancor più evidente e immediata, se ci lasciamo illuminare da passi biblici paralleli. Sarà quindi opportuno procedere con calma, facendo una pausa di interiorizzazione dopo le singole espressioni.

Ed ecco come si può articolare la nostra preghiera:

1. *Sommità del capo*

Padre nostro che sei nei cieli / Dio fece posare sul capo la benedizione (Sir 44, 23). Tengo fissa l'attenzione sulla sommità del capo e visualizzo un fiore che sboccia offrendo i suoi petali alla luce increata. Prendo coscienza del dono della paternità divina e accolgo le benedizioni celesti. Mi percepisco «figlio nel Figlio» e fratello di tutti i figli di Dio, dei quali in questo momento sono portavoce: «Padre nostro!». Posso lasciare riecheggiare le parole dell'inno: «Benedetto sia Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, che ci ha benedetti con ogni benedizione nello Spirito santo» (cf Ef 1, 3).

2. Fronte

Sia santificato il tuo nome / Porteranno il mio nome sulle loro fronti (Ap 22, 4). Trasferisco l'attenzione all'altezza dell'intercilio e apro l'occhio interiore alla contemplazione del Nome/Volto divino, suscitando in pari tempo adorazione e sincero desiderio di vivere alla presenza del Signore, quale si manifesta nelle sue creature e nello svolgersi della storia umana. Posso riecheggiare il canto del «trisagio» proclamato dai serafini: «Santo, santo, santo è il Signore delle schiere angeliche» (Is 6, 3).

3. Bocca-gola

Venga il tuo regno / Con la bocca si professa la fede per la salvezza (Rm 10, 9). Dischiudo le labbra nella proclamazione del Regno e, per accoglierne degnamente i doni della Parola e del Pane, invoco la grazia dello Spirito santo: «Venga su di me il tuo santo Spirito / e mi purifichi» (variante a Lc 11, 3), così che dalla mia bocca escano sempre parole «edificanti», «costruttive», tali da operare l'instaurazione del regno di Dio sulla Terra.

4. Cuore

Sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra / Porrò la mia legge nei loro cuori (Ger 31, 33). Sosto nella visualizzazione del cuore e, suscitando una disposizione interiore di fiducioso abbandono, mi apro all'accoglienza docile e alla pratica gioiosa della volontà di Dio che si manifesta in tutto «ciò che è buono, a lui gradito e perfetto» (Rm 12, 2) e che comporta «che ciascuno sappia mantenere il proprio corpo con santità e rispetto» (1 Ts 4, 4). E come dal cuore il sangue si irradia nell'intero corpo, così tutte le mie membra vibrino all'unisono con il volere divino. Ripeto con il cuore di Maria: «Si compia in me la tua volontà» (cf Lc 1,38).

5. Plesso solare

Dacci oggi il nostro pane quotidiano / Dacci sempre di questo pane (Gv 6, 34). L'attenzione si sposta ora sul primo dei centri vitali inferiori per dischiuderlo al dono delle energie divine. Là dove abbiamo ricevuto il nutrimento prenatale e dove si opera il metabolismo degli alimenti, il Pane eucaristico possa dispiegare in me tutta la sua efficacia rivitalizzante e guaritrice.

6. Viscere

Rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori / Rinnova il tuo santo Spirito nelle mie viscere (cf Sal 51,12-13). Raggiunte dall'invocazione del perdono, le «viscere» si aprono alla riconciliazione dilatandosi nella carità e vengono purificate dai sentimenti di ostilità, prepotenza, rifiuto; da ogni traccia di impulsività, invidia, rancore; da inclinazioni all'ira, alla lussuria, all'orgoglio. Mi rivesto delle «viscere di Cristo» (cf Col 3,12-17).

7. Centro basale

Non ci abbandonare nella prova, ma libera ci dal Maligno / Se non rinascete di nuovo, non potete vedere il regno di Dio (Gv 3, 3). Giunto al centro basale, prendo atto del rischio di essere risucchiato nella pura materialità e quindi di venire soggiogato dalle forze del Maligno che ostacolano ogni anelito verso l'alto. Mi sottraggo alla tentazione invocando l'aiuto divino nelle prove della vita e metto a fuoco quali sono i mali che maggiormente mi insidiano: «Signore, liberami!».

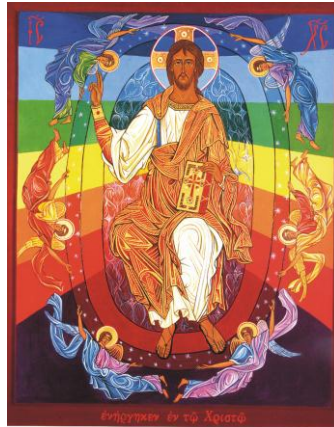
Ripetendo la dossologia conclusiva *Poiché a te appartengono il regno, la potenza e la gloria nei secoli dei secoli*, visualizzo la risalita attraverso i centri vitali, prendendo atto di come hanno «vibrato» (tale è l'impatto della parola divina nel vissuto umano; cf Sal 19, 15), quali segrete trasformazioni stanno compendosi in essi. Posso privilegiarne uno, quello che si è rivelato più ricettivo o che avrei desiderato risultasse maggiormente coinvolto, e sosto in preghiera.

L'esperienza cristiana, che si svolge all'insegna dell'incarnazione, è chiamata a «dare carne» alle parole di Cristo., cominciando dal *Padre nostro* che ne costituisce la quintessenza. Si verrà quindi

formando in noi una sorta di «riflesso condizionato», per cui le singole invocazioni del *Padre nostro* ridesteranno e/o riverseranno in noi la loro straordinaria forza attivante, poiché rientrano nell'ordine sacramentale, ossia «fanno ciò che dicono».

Le grandi potenzialità immesse in noi da Dio si sono ridestate per accogliere le sue manifestazioni e la sua autocomunicazione. Ciò risulterà ancor più evidente con i due successivi esercizi.

ESERCIZIO 19 CRISTO ENERGIZZATORE



Prima di assumere un carattere introspettivo, la meditazione dovrà avere un andamento discorsivo, così da renderci familiare un titolo forse inedito che, sulla scorta delle Scritture, possiamo attribuire a Cristo. A quelli di Signore, Salvatore, Redentore, Liberatore, Ricapitolatore dell'Universo, aggiungeremo l'attributo di Energizzatore: donatore e suscitatore di energia divina, che è poi sinonimo di Spirito santo.

Secondo la raffigurazione dell'icona venerata nella Casa di ritiri spirituali in Eupilio, Cristo ci appare nel duplice attributo di Signore dell'Universo (poggia i piedi tra cielo e terra) e Sommo Sacerdote, ed è raffigurato come Maestro docente (tiene in una mano il libro delle Rivelazioni divine) e benedicente (l'altra mano si posa sulla sfera del cosmo). Circondato dai Cherubini, è ritratto al centro di un ovale, la mandorla che racchiude il Mistero e lo rivela. La mandorla poi include il Cosmo, costituito dalla volta celeste trapuntata di stelle e sorretta dagli Arcangeli, i quali imprimono un movimento rotatorio indicante dinamicità ed evoluzione dell'intero creato. Dal Cristo scaturisce un'energia di vita che presiede all'esistenza dell'universo e che è simboleggiata dai colori dell'arcobaleno, segno di alleanza tra cielo e terra e immagine di pace. I sette colori, raffigurati sullo sfondo, si irradiano dai centri vitali della persona del Signore e si riflettono sugli Arcangeli, causando l'incessante movimento circolare. Il *violetto* promana dalla sommità del capo, dove si posano le benedizioni celesti; *l'indaco* dalla fronte, sede della mente divina; *l'azzurro* dalla gola, da cui si sprigiona il Verbo della salvezza; il *verde* dal cuore, scrigno della vita nuova secondo lo Spirito; il *giallo* dal plesso solare, che emana forza spirituale; *l'arancione* dalle viscere, che si dilatano nell'amore; il *rosso* dal plesso basale, che si radica nella terra e donde siamo risollepati verso il cielo. Il violetto, colore delle trasmutazioni interiori, oltre a sovrastare il capo di Cristo, si ritrova ai suoi piedi, alla base dell'icona, e sta a significare la circolarità e la continuità del processo trasformativo. Le bande colorate sono aperte verso l'orante, che contempla l'icona e il suo mistero, a indicarne il coinvolgimento, così che anche nella nostra persona, come in quella degli Arcangeli, si realizzi una piena attivazione di energie divine, immesse con la Creazione, risanate e portate a pienezza dalla Parola rivelata e dai Sacramenti della Chiesa. Cristo si rivela come il prototipo dell'umanità nuova, chiamata a diventare uno in lui, mentre gli Angeli rappresentano la corte celeste e il Cosmo costituisce il manto regale del Redentore.

L'icona si ispira a un passo della *Lettera agli Efesini* (1, 19-21) dell'apostolo Paolo, che suona in questi termini: «[.1 Iperbolica grandezza della potenza (*dynamis*) — suscitata da Dio Padre — in noi, i credenti, secondo l'Energia (*enérghēia*) della forza (*kràtos*) del vigore (*ischys*) che operò (*energizzò*) in Cristo, facendolo risorgere dai morti e sedere alla sua destra nei cieli, al di sopra di ogni principato e autorità [...]]».

Va anzitutto rilevato il carattere trinitario di questo passo, che fa riferimento al Padre, la cui energia, e cioè lo Spirito santo, opera la risurrezione di Cristo dai morti e la conseguente intronizzazione nei cieli e l'acquisizione della signoria universale. «Questa sovremenente potenza di Dio, che il credente sperimenta verso di sé e in sé, corrisponde alla potenza che Dio ha dispiegato nella risurrezione di Cristo» (H. Schlier).

L'accumulo di genitivi che precede e segue il sostantivo «potenza» indica l'intensità dell'azione divina e dei suoi esiti. Si tratta di concetti affini che si possono approssimativamente distinguere così:

dynamis indica ciò che si è in potere di compiere, la «potenza»; *enérghēia* è l'operare o l'essere all'opera della *dynamis*; di tale energia, *kràtos* esprime l'effettiva superiore forza e *ischys* ne sottolinea il vigore. La potenza che si esplica in quanto Dio può, corrisponde al vigore della forza che egli possiede nella sua energia; tale potenza si rende manifesta nei credenti, ossia in quanti si aprono all'azione divina giunta al suo compimento e sempre operante in Cristo — questo è il senso dell'espressione «*enérghēken en to Christò* — energizzò in Cristo», come dice la scritta ai piedi dell'icona — e in quanti ne accolgono e ne assecondano il dono di salvezza. Nei credenti opera quindi la stessa strepitosa energia che ha risuscitato Cristo e questo va inteso in due modi: nel senso che l'energia divina opera la conversione evangelica della vita e nel senso che, di conseguenza, tale energia vittoriosa sul peccato e sulla morte opererà la nostra finale risurrezione. Infine il testo parallelo di Ef 3, 20 che fa riferimento alla divina «potenza (*dynamis*) già operante (*energizzante*) in noi», si serve di una forma verbale «media» (*energuméne*) che indica come tale eccelsa energia viene ridestata dall'interno della persona, comportando una vera e propria *sinergia* che da parte dell'uomo si esprime attraverso la fede, che è un rapporto di fiduciosa e operosa adesione alla grazia. Un altro testo biblico parla in questo senso della *forza energizzante* che si sprigiona *dalla preghiera* (Gc 5,16). Ciò conferma come la grazia attiva e porta a perfezione le potenzialità della natura.

Teniamo dunque fisso lo sguardo sull'icona, consci che l'immagine opera in chi la osserva con attenzione, al punto che si è soliti affermare: «Ciò che uno contempla, tale diventa». Ci lasciamo raggiungere dall'irradiazione iridescente che scaturisce dal corpo glorioso del Signore e accoglieremo l'energia che egli sprigiona dai propri centri vitali e che raggiunge via via i nostri; in altri termini favoriremo l'azione del suo Spirito in noi.

1. *Sommità del capo*

La luce che dal corpo di Cristo si posa sul capo è apportatrice di quelle stesse benedizioni che egli elargiva imponendo le mani sui bimbi e sui malati. Assecondiamone l'azione con la fede-fiducia-affidamento di quanti egli ebbe a beneficiare e sentiamoci "benedetto da Padre con ogni benedizione dello Spirito in Cristo" (cf 1,2). È tutta la trinità che riversa su di noi la sua grazia.

2. *Fronte*

San Paolo afferma di «avere la mente di Cristo» (1 Cor 2,16). Lasciandoci irraggiare dalla luce che promana dal Signore, si opererà in noi quella *metànoia*, quel «cambiamento-di-mente» che è la posta in gioco e la sfida dell'intero Vangelo. La meditazione ci può aiutare nel mettere a punto quali trasformazioni debbono operarsi nei nostri pensieri perché collimino con quelli di Cristo, ricordando la denuncia che egli pronunciò — e che i Padri hanno successivamente approfondito — dei «pensieri malvagi» (*loghismòì*) che nascono dal di dentro e contaminano l'uomo (Mc 7, 23).

3. Bocca-gola

Contemplando — e ricevendo — l'energia che si sprigiona dalla bocca-gola del Verbo, siamo risanati dai mali che affliggono la nostra oralità, in modo da essere in grado di «parlare con le parole di Dio» (1 Pt 4,11) e di esprimerci a nostra volta con «parole di grazia» (Lc 4, 22) e di «consolazione» (Eb 13, 22). Ne guadagnerà in armonia e in autenticità il modo con il quale comunichiamo, in un'epoca in cui, a dispetto degli straordinari strumenti che la veicolano, la «comunicazione sociale» incontra grandi difficoltà. Cristo inoltre ci trasmette lo spirito di «convivialità» che lo accompagnò nel ministero e che raggiunse l'apice nell'Ultima Cena, nonostante l'ombra del Traditore.

4. Cuore

Le considerazioni che faremo in riferimento all'esperienza dei santi richiamano l'importanza che riveste quel «trapianto di cuore» nel quale raggiunge il suo vertice l'assimilazione a Cristo o, se si preferisce, la trasfigurazione in lui. La sosta meditativa può essere sorretta dal richiamo al segno di croce con il quale siamo soliti iniziare la preghiera. Portando la mano al petto e nominando il Figlio, sentiamoci «figli nel Figlio»: in tale stato di compenetrazione «adoriamo Cristo nei nostri cuori» e appropriamoci dei sentimenti, dei desideri, dei gusti, degli affetti e delle emozioni del Cuore di Gesù (sotto questo profilo possono risultarci preziose le *Litanie del Sacro Cuore*). Avvertiremo nel contempo che la «fatica del cuore» si placa, così da raggiungere uno stato di beatificante serenità e di pace.

5. Plesso solare

La visualizzazione del plesso solare di Cristo, che le raffigurazioni del Pantocrator spesso evidenziano con compiaciuto rilievo, richiama i testi evangelici che ci riferiscono come da lui scaturiva «una potenza (*dynamis*) che sanava tutti» (Lc 6,19). Possiamo di conseguenza sentirci guariti da quella debolezza (*astenia*) che ci rende fiacchi e accidiosi nella vita spirituale, nonostante le enormi risorse di cui disponiamo. San Paolo lamentava un tale stato di astenia nei Corinzi, e ciò a fronte della loro frequentazione della mensa eucaristica (1 Cor 11, 30). Quale energia mi trasmette il Signore donandomi il suo corpo e il suo sangue? Santa Teresa d'Avila affermava di ricavare dalla comunione un beneficio anche fisico

6. Viscere

Scrivendo agli amati Filippesi, san Paolo raccomanda loro di avere il «sentire» di Cristo (Fil 2, 5), servendosi di un termine che fa riferimento alle «viscere» e quindi indicante sentimenti profondamente radicati. Conosciamo già quale rilievo hanno in Cristo le viscere, per cui non ci resta che lasciarci irradiare dallo «spirito» che da esse promana e che, ancora una volta, possiamo approfondire con il testo paolino della *Lettera ai Colossesi* (3, 12-17), assecondando l'azione che la Parola divina dispiega sul nostro «sentire» e su cui opera salutari trasformazioni.

7. Plesso basale

L'attivazione in Cristo del plesso basale, volendo cogliere l'aspetto *fisico* degli eventi relativi al Verbo *incarnato*, è risultata a dir poco strepitosa se, *risorgendo*, si è svincolato dalla prigionia del sepolcro sbarrato da una grossa pietra e, *ascendendo*, si è sollevato da terra per raggiungere le dimore celesti. Di questo duplice evento parlano i *Vangeli* e Paolo lo riprende in chiave teologica, affermando che «l'energia» divina «energizzò in Cristo, risuscitandolo dai morti e facendolo sedere alla sua destra nei cieli, ecc.» (Ef 1, 19-22). Ora di questa energia Cristo si fa effusore verso di noi, dal momento che in lui risorgeremo e insieme a lui sederemo nei cieli (cf Ef 2, 6), partecipi dello stesso potere regale (2 Tm 2,12) e della stessa gloria. Si tratta di un processo già in atto e che sperimentiamo nelle piccole risurrezioni quotidiane, peraltro indispensabili, al dire dei Padri, in ordine a quella finale.

ESERCIZIO 20

I DONI DELLO SPIRITO SANTO

Si parlerà in questo esercizio meditativo di «persona elevata», espressione che indica un soggetto dal nobile, «alto» sentire: tale è chiamato a essere chi accoglie l'energia di Cristo, in virtù della quale entriamo in un dinamismo «ascensionale» che da creature «terrestri» ci trasforma progressivamente in esseri «celesti». Sarà il caso di chiederci — far emergere — il grado raggiunto in noi di tale «sublimazione».

La «recita» del *Padre nostro* trasfuso, per così dire, nei nostri centri vitali e la contemplazione del Cristo energizzatore ci ha reso familiare il loro dischiudersi all'esperienza della preghiera profonda, se è vero quanto afferma il Salmista: «Benedici il Signore, anima mia, / quanto è in me benedica il suo santo Nome» (Sal 103, 1), dove il «quanto è in me» indica gli organi interni, la struttura interiore dell'essere umano, in ultima istanza la sua fisiologia mistica, visto che si tratta di benedire il Nome divino. Applicheremo la stessa modalità di orazione all'accoglimento dei doni dello Spirito santo, dei quali ci parla il profeta Isaia (11, 2-3), che si sarebbero posati sul Cristo e da lui sarebbero stati effusi «senza misura», perché «rimangano sempre con noi» (cf Gv 3, 34; 16, 14-16), doni che sono stati solennemente invocati su di noi nel conferimento della cresima. Rivivremo in tal modo l'evento pentecostale, quando lingue di fuoco si posarono sulla prima comunità cristiana raccolta nel Cenacolo.

Visualizziamo una luce che via via si irradierà posandosi sui centri vitali e riversando su di essi la grazia dello Spirito divino. Possiamo far transitare mentalmente il respiro su ciascuno dei centri, invocando ripetutamente e con intensità: sull'inspiro «Vieni, Spirito di...; e sull'espiro «scendi su di me».

1. *Sommità del capo*

La fiamma pentecostale si posa sulla sommità del capo, apportatrice di *Sapienza*. È il dono che ci rende familiari i pensieri di Dio, il disegno di amore che presiede alla sua opera, e nel contempo ce ne dà l'apprezzamento, il gusto (sapienza da *sàpere*, aver sapore) che si risolvono in gaudio interiore. Sotto l'azione di questo dono si radica in noi il senso della Provvidenza divina, per cui tutto coopera al bene. *Spirito di sapienza, scendi su di me!*

2. *Fronte*

La fiamma pentecostale raggiunge la fronte, ossia le nostre menti, dove invochiamo il dono dell'*intelletto*. È il dono dell'intelligenza spirituale, della comprensione profonda (intelletto da *intus légere*, leggere dentro) dei «misteri» ossia degli eventi della Rivelazione cristiana. Si tratta del dono che entra in azione quando professiamo la fede nella Trinità e la esprimiamo con il segno di croce o la recita del *Gloria al Padre...*, quando riconosciamo nell'«uomo Cristo Gesù» il Verbo incarnato nel grembo della Vergine Maria. È il dono che, nella messa, ci fa acclamare al «Mistero della fede» e ci conduce alla comunione e ci sorregge nell'adorazione eucaristica. In una parola, è il dono che ci dà l'intelligenza delle Scritture e ce ne dischiude la verità, soprattutto quando faticiamo a comprenderla. Sotto la sua azione si dissipano i dubbi e scompaiono le ombre che offuscano la nostra adesione alla Parola divina. *Spirito di intelletto, scendi su di me!*

3. *Bocca-gola*

Siamo all'altezza della bocca-gola e qui accogliamo il dono spirituale della *Scienza*, che dà la conoscenza piena e verace delle leggi che presiedono all'intero creato, in modo da promuoverne tutte le recondite potenzialità, senza violarne l'ordine impressogli dal Creatore. Attraverso questo dono l'uomo può dispiegare la missione di «coltivare e custodire» (Gn 2, 5) la Terra così che si riveli sempre più «bella e buona». È un dono di importanza decisiva, come risulta dall'attualità che rivestono l'ecologia e la bioetica, in ordine allo sviluppo armonico del cosmo, sempre più minacciato di ripiombare nel caos (Ger 4, 23). Ricordando quanto afferma Giovanni: «Voi avete l'unzione

ricevuta dal Santo e tutti avete la scienza» (1 Gv 2, 20), ne invocheremo il dono per noi stessi e soprattutto per gli scienziati e i responsabili del bene pubblico, perché non facciano prevalere l'ambizione, l'orgoglio e la prepotenza. *Spirito di scienza, scendi di me (su di noi)!*

4. Cuore

Visualizziamo ora il cuore come fosse avvolto in una vivida fiamma, alla stregua dell'immagine dei Sacri Cuori, e facciamone il ricettacolo del dono del *Consiglio*, finalizzato a illuminarci nelle scelte di vita immediate e a lungo termine, attraverso il discernimento spirituale che ci spinge a ricercare «ciò che è buono, gradito a Dio e perfetto» (Rm 12, 2). Sotto l'azione che dispiega in noi il «Maestro interiore» (1 Gv 2, 27), facciamo emergere il «criterio soprannaturale» che ci guida nello svolgimento pratico della nostra vita individuale e sociale. *Spirito di consiglio, scendi su di me!*

5. Plesso solare

La fiamma di fuoco prosegue la sua effusione e si posa all'altezza del plesso solare, apportatrice di *Fortezza*. Questo dono brilla nella testimonianza di uno stuolo crescente di martiri e ci abilita a compiere quei piccoli e grandi eroismi che si impongono per chi accoglie l'invito evangelico a puntare sullo «straordinario» (Mt 5, 47). *Spirito di forza, scendi su di me!*

6. Viscere

Come si è già detto, il salmista supplica il Signore perché si rinnovi nelle sue viscere uno spirito saldamente ancorato in Dio (Sal 51,12) e con ciò stesso capace di osservarne i comandamenti, che si riassumono nell'amore. Lasciamoci compenetrare dallo Spirito di *Pietà*, considerandolo espressione di una serie di sentimenti (alla lettera, di «viscere») che le Scritture attribuiscono a Cristo e che il cristiano è chiamato a fare proprie: «Rivestitevi — citiamo ancora una volta san Paolo — di viscere di misericordia, bontà, umiltà, mitezza, magnanimità, sopportazione vicendevole, perdono scambievole, amore, pace, gratitudine» (Col 3,12-15). In virtù di tali sentimenti verremo purificati da tutto ciò che è istintivo e passionale e ci apriremo a un amore accogliente, tenero, generoso e solidale. *Spirito di pietà, scendi su di me!*

7. Plesso basale

Il fuoco pentecostale, che nulla ha perso in efficacia nel suo percorso, raggiunge il centro basale e infonde il dono del *Timore di Dio*, in virtù del quale emergerà in noi un'attitudine di rispetto filiale e di devozione amorosa verso il Signore, accompagnata da una salutare trepidazione di fronte a ciò che può dispiacergli e offenderlo. Passeremo in tal modo *da timorosi a timorati* e ci affrancheremo da quella paura che nasce dal disordine morale e dal peccato (Gn 3,10: «Ho avuto paura!», risponde Adamo a Dio che lo cerca: «Dove sei?»), paura che si manifesta soprattutto verso la morte e con la quale il Maligno ci tiene schiavi (Eb 2,14-15). Il riferimento al Maligno ci ricorda come la «prova/tentazione» che l'uomo deve affrontare nella vita consiste nel non sapersi/volersi sottrarre a ciò che lo risucchierebbe in una dimensione puramente terrena e «carnale», ostacolando o spegnendo ogni anelito «spirituale». E infatti di chi nutre nobili sentimenti si dice che è una persona «elevata». A tale elevazione presiede il dono pentecostale del timore che ci rimanda al primo dei centri vitali irradiati dalla «luce beatissima» del Paraclito, dal momento che «fondamento della sapienza è il timore di Dio» (Pr 9,10; Sal 11,10). Veniamo così ricondotti all'inizio del nostro itinerario, in modo da abbracciare il cammino compiuto che ci ha trasformato in esseri di luce. Di qui il rendimento di grazie. *Spirito di timore di Dio, scendi su di me!*

LA PREGHIERA DEL PADRE NOSTRO NEI CENTRI VITALI

