

Riposo nello Spirito

Desidero iniziare questa condivisione leggendovi un breve articolo scritto dal dott. Giovanni Guariglia, neurologo che lavora nell'ospedale civile di La Spezia, il quale ci parla del "Riposo nello Spirito", da un punto di vista scientifico. Egli dichiara: <<*Il "Riposo nello Spirito" è una condizione di completa inattività del movimento, con conoscenza integra, di durata variabile, non necessariamente in relazione con le condizioni psichiche o fisiche della persona. Il "Riposo nello Spirito" non è un fenomeno isterico, il quale è di solito accompagnato da rigidità muscolare ed atteggiamento negativistico. Nel "Riposo nello Spirito" vi è una perfetta percezione sensoriale, ma è presente un controllo muscolare incompleto o assente e uno sganciamento dei sistemi neurologici di controllo dell'equilibrio. L'assenza del tono muscolare comporta un'amplificazione delle percezioni interiori e un totale stato di benessere (simile allo stato di mancanza di peso o di galleggiamento). Come neurologo ho osservato a lungo il fenomeno, con un occhio alla neurofisiologia ed uno alla fede. Ho notato che il modo di cadere "all'indietro", abbastanza comune per la maggior parte delle persone, è causato da una perdita del controllo centrale della postura, come se al cervello non arrivassero più i segnali dalla periferia per controllare la stazione eretta. Altro fenomeno connesso al "Riposo" è il movimento oscillatorio degli occhi, ritmico; anche questo fenomeno è collegato ad una perdita di funzione, momentanea, dell'integrazione vestibolare centrale (i nuclei del cervello che controllano l'apparato vestibolare). Si riscontra, inoltre, un totale rilassamento muscolare; tuttavia le vie acustiche sono attive (la persona avverte suoni e parole) ed anche le vie dolorifiche, anche se la soglia è più alta. Ho avuto l'opportunità di praticare un elettroencefalogramma durante lo stato di "Riposo" e ho notato un'attività EEG completamente normale, ad indicare che il livello di coscienza è integro. Concludendo, il "Riposo nello Spirito" non è uno svenimento, né uno stato di "trance"; il cervello mantiene un'attività sensoriale e partecipa a ciò che lo circonda. Gli effetti conosciuti del "Riposo" sono più che benefici: stato di rilassamento e di quiete, spesso di felicità; talvolta fa rivivere emozioni particolari o commuovere; spesso si ha un superamento e una rimozione d'eventi che hanno bloccato le nostre manifestazioni emozionali. L'esperienza insegna che nel "Riposo" si guarisce, progressivamente, da*

traumi psicologici, da malattie psichiatriche, fisiche; si cresce spiritualmente ed altre cose ancora che non conosciamo.>>

Con questa premessa, ci introduciamo nel condividere quanto conosciamo del “Riposo nello Spirito”. Nella Parola, ci sono diversi episodi che possono essere ricondotti a questa esperienza. In particolare, desidero fare riferimento a San Paolo e alla sua “caduta a terra”, che lo porta a vivere un vero incontro con Gesù, iniziando così un autentico cammino di conversione. Altro episodio, utile da ricordare, è quello di Gesù nell’Orto degli Ulivi, quando Egli risponde “Io Sono” a Giuda e ai soldati. Essi, udito il Nome di Dio, in ebraico Io Sono, cadono a terra, ma rialzatisi non si convertono. La prima caratteristica del “Riposo nello Spirito” è il “cadere” sotto l’azione dello Spirito Santo. Come abbiamo letto nell’articolo scritto dal dott. Guariglia, quando si cade nel “Riposo nello Spirito”, il nostro cervello è vigile, la nostra muscolatura totalmente rilassata, il respiro tranquillo. La razionalità spenta, la psiche immersa nella pace che attende l’intervento di Dio, il cuore allargato ad accogliere l’Amore, il corpo pronto a lasciarsi guarire. In pochi minuti o in un tempo più esteso, l’intervento divino opera guarigione interiore, fisica, spirituale, psichica perché l’Amore trova un canale aperto per rivelarsi e compiere meraviglie. Gesù resta cuore a cuore con noi, in un incontro che lascia la sua traccia sempre e per sempre. Intervento di cui possiamo subito essere consapevoli o di cui ci accorgiamo in un momento successivo. Durante il “Riposo”, il nostro sub-conscio, libero da infrastrutture mentali ed emotive, libero dalle paure che bloccano, libero dall’azione di “rimozione” attivata per difesa, si lascia abbracciare dall’Amore Eterno. Qui avviene il rilascio di ciò che ci tiene legati, in un abbandono fiducioso in Dio. Pervasi da questa Luce, tutto il nostro essere trae un beneficio, immersi in una pace che sconfinava fuori dal tempo, dalla materia. Pur non perdendo totalmente il contatto con la realtà, tocchiamo il Cielo sentendone il profumo, gustando il suo Sapore, guardando il suo Colore. Nel frattempo, il “pungolo” di quell’antica nostalgia del Padre che abita in noi, ci spinge dolcemente ad accogliere, sempre di più, la sua azione d’Amore. Il “Riposo”, che ci fa sentire con le nostre “difese umane” abbassate, non è partire per un viaggio senza ritorno, ma è gustare in profondità, la bontà della dimensione spirituale dove “Dio è”. In questa Presenza, avviene ciò di cui abbiamo più bisogno in quel momento; tutto è deciso dalla Sapienza di Dio, in collaborazione con il nostro “sì” iniziale. Il “Riposo” può essere spontaneo o indotto attraverso chi prega su noi. Disporsi ad accoglierlo, facilita l’azione dello Spirito. In tutti i casi non è mai semplice

stabilire delle norme su come avviene, perché lo Spirito è libero di agire come e quando vuole, molto spesso compie azioni meravigliosamente inaspettate. **Tutti cadono nel riposo?** No, dipende dalla nostra disponibilità conscia o in-conscia. Lo Spirito Santo non ci fa mai violenza, ci rispetta e aspetta. Per favore, nessun senso di colpa, siamo in un cammino di crescita, di guarigione e di accoglienza! **Tutti vivono la stessa “modalità” di Riposo?** Molte sono le manifestazioni dello Spirito durante il Riposo. Possiamo sentire la consolazione di Gesù, ricevere una parola o un’immagine profetica, rivivere un trauma per giungere alla guarigione, sentirci totalmente appagati dallo Spirito e tanto altro ancora. Succede anche di non provare alcuna sensazione, ma non lasciamoci scoraggiare perché certamente, oltre il “sensibile”, Dio non ci lascia mai a mani vuote. **Come pregare per un fratello perché riceva il Riposo nello Spirito?** Il motore che mette in funzione ogni carisma, perché porti “abbondanti frutti”, è l’Amore, il quale non è un carisma: Dio è Amore. Amando in Gesù il fratello, imponiamo le mani su di lui **SENZA TOCCARLO, SENZA SPINGERLO, SENZA COSTRINGERLO**. Brevemente lo presentiamo al Signore perché lo accolga nel suo abbraccio e proseguiamo qualche minuto con il “canto in Lingue”. Questo invito al “canto in Lingue”, è utile per permettere allo Spirito di agire indisturbato e per non far concentrare il fratello sulle nostre parole. Cullato dalla preghiera in Lingue, attendiamo il suo Riposo. La preghiera deve essere breve, non dobbiamo “sfinirlo” a tal punto da vederlo gettarsi a terra per stanchezza Inoltre facciamo attenzione che ci sia sempre qualcuno dietro di lui che, delicatamente e senza invadenza, lo accompagni a terra. Evitiamo “giri spettacolari” ... l’esercizio di un carisma, compreso il “Riposo nello Spirito”, non è metro di “carismaticità”, santità, bravura o merito. Far cadere i fratelli a terra come birilli, attentando alla loro cervicale, non fa compiere alcun progresso nella conoscenza di Dio e delle sue opere. Indica solo egoismo, superficialità, protagonismo di chi si mette a servizio, ponendosi al centro dell’attenzione. Diffidiamo con misericordia delle imitazioni, pretendiamo l’unico originale “made” in Dio! I fratelli appartengono al Padre e per grazia ci sono affidati ogni giorno! Quando un fratello, durante il “Riposo”, si lascia andare a emozioni, magari dolorose, esercitiamo un attento discernimento. Solo se strettamente necessario, preghiamo qualche minuto su di lui perché sia definitiva la guarigione in atto. Nell’eventualità che un fratello non cada nel “Riposo”, possiamo ungerlo con olio benedetto, pregare brevemente per lui, assicurandolo dell’Amore del Padre, che si manifesta sempre e in

tantissimi modi. Non cadere nel “Riposo”, non vuole assolutamente dire di non essere amati e benedetti dal Padre. **Tutte le volte che s’impongono le mani su di un fratello, si deve pregare perché cada nel Riposo?** Nel rispetto della libertà dello Spirito, come buona norma generale, non si deve pregare ogni volta per il Riposo. Ogni preghiera con imposizione delle mani, ha uno scopo differente a seconda delle necessità. Ascoltiamo lo Spirito che indica sempre la cosa migliore da fare per il bene di tutti. **Il “Riposo” può essere controllato?** Certo, un consiglio pratico è quello di muovere le gambe per evitare di cadere nel “Riposo” se si è in una situazione in cui è meglio evitare, per il buon andamento dell’incontro di preghiera. Molto importante è discernere se il cadere nel “Riposo” è solo apparente, usando involontariamente questo sistema come via di fuga. Questo può accadere quando abbiamo necessità di una profonda guarigione interiore, dove si rende necessario attraversare ricordi dolorosi, ma la nostra psiche si rifiuta di collaborare. **Quale discernimento fare per capire se è una buona esperienza cadere nel “Riposo”?** Si riconosce la bontà di questa esperienza, dai “frutti” e dalla sensazione di Pienezza di Spirito che ti lascia nel cuore. Anche se stiamo attraversando un travaglio, che si può manifestare nel “Riposo”, questo non vuol dire che non sia cosa buona per noi. Il travaglio, vissuto mano nella mano con Gesù, ci porta a guarire e ad attraversare “acque morte” per giungere a “nuove spiagge di Vita”. Alleniamoci alla fiducia, per lasciarci guidare dallo Spirito in un continuo percorso di abbandono costruttivo e gioioso nelle braccia del Padre, sapendo e dichiarando che Lui vuole solo “cose molto buone” per noi. Alleluia!
Buona vita! Buona Vita a tutti!

Rosalba