

11 aprile 2014

## Introduzione al settimo incontro



Oggi, voglio parlarvi degli effetti dei colori sul nostro corpo. Noi, scendendo la scala, visualizziamo i colori dell'arcobaleno, dell'iride, dei chakra. Parliamo degli effetti di questi colori, ma prima ci soffermiamo sulla Parola che il Signore mi ha dato, quando mi sono messo a pregare per questa serata: leggendolo, ho capito che era relativo alla Preghiera del cuore.



**Matteo 14, 22-36:** *Subito dopo ordinò ai discepoli di salire sulla barca e di precederlo sull'altra sponda, mentre egli avrebbe congedato la folla. Congedata la folla, salì sul monte, solo, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava ancora solo lassù. La barca intanto distava già qualche miglio da terra ed era agitata dalle onde, a causa del vento contrario. Verso la fine della notte egli venne verso di loro camminando sul mare. I discepoli, a vederlo camminare sul mare, furono turbati e dissero: «È un fantasma» e si misero a gridare dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro: «Coraggio, sono io, non abbiate paura». Pietro gli disse: «Signore, se sei tu, comanda che io venga da te sulle acque». Ed egli disse: «Vieni!». Pietro, scendendo dalla barca, si mise a camminare*

*sulle acque e andò verso Gesù. Ma per la violenza del vento, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!». E subito Gesù stese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché hai dubitato?». Appena saliti sulla barca, il vento cessò. Quelli che erano sulla barca gli si prostrarono davanti, esclamando: «Tu sei veramente il Figlio di Dio!». Compiuta la traversata, approdarono a Genèsaret. E la gente del luogo, riconosciuto Gesù, diffuse la notizia in tutta la regione; gli portarono tutti i malati, e lo pregavano di poter toccare almeno l'orlo del suo mantello. E quanti lo toccavano guarivano.*

Questo passo segue la “Moltiplicazione dei pani e dei pesci” per 5.000 persone. “La moltiplicazione” adesso si chiama “Condivisione dei pani e dei pesci”. 5 fa riferimento allo Spirito Santo e alla prima Beatitudine: “Sono felici coloro che, mossi dallo Spirito Santo, condividono i loro beni con gli altri.”

La piccola Comunità di Gesù condivide i suoi beni, per sfamare tutti: c'è grande gioia, grande festa.

Finita la condivisione, Gesù *“ordinò ai suoi discepoli”*. Alla lettera è *“li costrinse”*. Gesù non ordina niente alle persone, ordina solo agli spiriti e ai diavoli. Gesù costringe i discepoli a salire sulla barca e Lui sale, solo, sul monte a pregare.

Dopo la traversata, Gesù riprende di nuovo il successo con le persone che vengono guarite.

L'intermezzo è la notte, è la tempesta sul lago.

Quando facciamo una grande evangelizzazione, una grande condivisione di carismi, talenti, doni, come Gesù, corriamo il rischio di essere fagocitati dalla folla, che ci spersonalizza.

Quando questo avviene, Gesù toglie i suoi discepoli, che sono facilmente condizionabili, e sale, solo, sulla montagna, per ricompattarsi con il Padre, in solitudine, in silenzio.

Gesù mi ha fatto capire che Lui costringe quando ci sono determinate difficoltà nella vita.

A volte, sentiamo : - Questa malattia mi ha fatto bene, perché mi sono avvicinato di più al Signore!-



Quando abbiamo una malattia, una difficoltà, sospendiamo tutto, ci allontaniamo dalla vita sociale, perché veniamo costretti ad essere in camera, magari da soli, e in questa solitudine si scopre il Signore e ci si incontra con Lui.

Ecco la costrizione che opera Gesù nei confronti degli apostoli, prima dell'altro bagno di folla.

La notte della traversata è la notte oscura che san Giovanni della Croce utilizza per scrivere grandi libri spirituali.

La notte è la capacità di fermarsi e di camminare sul mare, sul male, su tutte le difficoltà della nostra vita. Dobbiamo camminare sui nostri problemi, guardando

Gesù, con la stessa fede di Gesù. Nei momenti personali, quando il male ci assale, nella nostra notte siamo soli e dobbiamo guardare a Gesù.

Pietro dice: *“Signore, se sei tu, comanda che io venga a te sulle acque!”*

Gesù gli risponde: *“Vieni!”*

Pietro comincia a camminare sulle acque, poi per paura della violenza del vento comincia a sprofondare. Gesù gli tende la mano e dice. *“Uomo di poca fede, perché hai dubitato?”* Alla lettera è: *“Uomo di poca fede, per che cosa hai dubitato?”*

Sappiamo che, quando nei Vangeli una stessa espressione si trova scritta due volte, i due passi sono in collegamento.

Il termine “dubitare” si trova due volte nel Vangelo di Matteo:

- una volta è nel passo letto,
- l'altra è nell'Ascensione di Gesù: *“Gli Undici discepoli intanto andarono in Galilea, sul monte che Gesù aveva loro fissato. Quando lo videro, gli si prostrarono innanzi; alcuni, però, dubitavano.”*

Dubitano che, per risorgere, il Signore deve attraversare la Croce, la Passione, la Notte.

Dobbiamo attraversare le nostre notti.

Chi vuole vivere, come Cristo, deve comportarsi come Lui si è comportato: Gesù faceva la Preghiera di lode e la Preghiera del cuore.

Quando noi dubitiamo, sprofondiamo nelle nostre stesse notti.

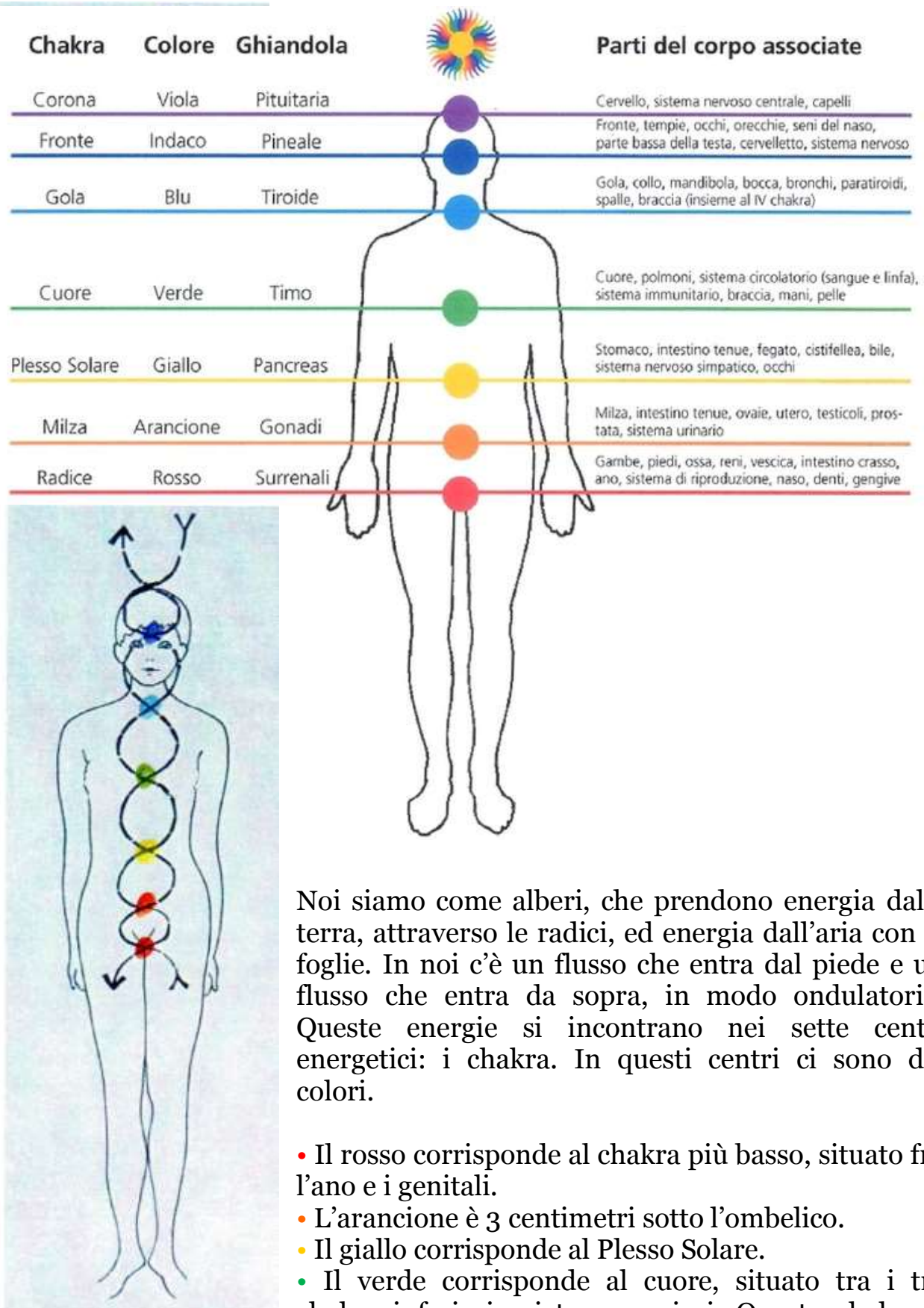
Questo è quello che il Signore mi ha fatto capire, pregando per questa serata.

Tra un'evangelizzazione e l'altra, tra un momento e l'altro, abbiamo bisogno di queste notti: la Preghiera del cuore è una notte.

Leggendo questo passo del Vangelo, mi convinco che la Preghiera del cuore non è un'opzione, ma è un dato strutturale all'interno del Vangelo, del sistema di credenza nel Signore Gesù. Ringraziamo il Signore, per essere qui, questa sera, per affrontare il nostro cammino, senza dubitare.







Noi siamo come alberi, che prendono energia dalla terra, attraverso le radici, ed energia dall'aria con le foglie. In noi c'è un flusso che entra dal piede e un flusso che entra da sopra, in modo ondulatorio. Queste energie si incontrano nei sette centri energetici: i chakra. In questi centri ci sono dei colori.

- Il rosso corrisponde al chakra più basso, situato fra l'ano e i genitali.
- L'arancione è 3 centimetri sotto l'ombelico.
- Il giallo corrisponde al Plesso Solare.
- Il verde corrisponde al cuore, situato tra i tre chakra inferiori e i tre superiori. Questo chakra è verde o rosa.

Noi abbiamo sempre detto che il cuore corrisponde al verde, perché si dice che un filo rosa pervada tutto il nostro corpo.

- L'azzurro/blu corrisponde alla gola.
- Il viola è al centro della fronte, dove c'è l'occhio spirituale.  
Il bianco corrisponde alla fontanella.

Si può curare anche con la cromoterapia: noi visualizziamo con la mente i colori, che hanno propria specificità.

➤ Il rosso è caldo, stimola il corpo in maniera costruttiva e tutto il corpo trae beneficio. Aumenta la circolazione, la vitalità, l'energia e il calore dei tessuti. Fa bene a tutti i sensi del corpo: vista, udito, tatto, odorato, gusto e stimola gli organi pigri. I reumatismi sono accumulo di scorie, fra cui l'acido urico. Il rosso li scioglie.

I bambini nervosi dovrebbero avere le pareti della stanza dipinte di rosso, per aiutarli a diminuire il nervosismo.

Il rosso aumenta i globuli rossi.

Il rosso si trova in natura in alcuni cibi: fegato, ravanelli, pomodori, barbabietole, uvetta, cocomero, ciliegie, vino rosso..

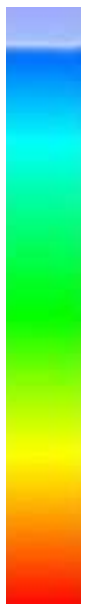
Si può fare anche l'acqua solarizzata: si prende una bottiglia di vetro di colore rosso e si espone al sole per due giorni. Si dice che si impregna di energia rossa e fa bene per quello che abbiamo appena citato. Questo si può fare con le bottiglie di ogni colore, a seconda dei bisogni propri.

➤ L'arancione è il colore dell'entusiasmo (en Theos, ripieni di Dio). Dà vitalità, è il colore del calcio, rilassa la tensione nervosa e il battito cardiaco. Si trova in carote, arance, mandarini, pesche, albicocche, papaia...

➤ Il giallo corrisponde al dono della forza, è uno stimolante motorio dei muscoli, del tessuto nervoso, fa aumentare il flusso della bile, attiva tutte le funzioni fisiologiche, la formazione dei nervi, aiuta a migliorare il diabete e può stimolare l'intelletto. Chi soffre di confusione mentale può scrivere su carta gialla. Cibi gialli sono: banane, granoturco, meloni bianchi, patate, limone... Una spremuta di limone al giorno aiuta il corpo nel metabolismo e anche nel bruciare i grassi. Stimola il cervello e la cattiva memoria.

➤ Il verde è il colore che corrisponde al cuore. Aiuta il nervo ottico. Tanti occhiali da sole sono verdi, per rilassare il nervo ottico. Aiuta il fegato e stimola l'ipofisi. Aiuta gli apatici a riacquistare entusiasmo. I cibi in questione comprendono tutte le verdure verdi.

➤ Il blu è un colore che deprime. Nei salotti non si mette il colore blu, perché smorza la conversazione. Il colore blu corrisponde al chakra della gola. Induce al rilassamento, al sonno, mentre è controindicato per depressione e malinconia. Cibi blu sono: mirtilli, susine, prugne, uva...



➤ Il viola è il colore della spiritualità. Più la nostra aura è viola, più entriamo in comunione con Dio. Il viola modera l'appetito, rilassa i nervi e induce al sonno profondo. Cura i disturbi della vescica, i crampi e le nevralgie.



### UNA PAROLA DEL SIGNORE PER TUTTI



**Tessalonicesi 1, 3-5:** *Quando siamo di fronte a Dio, nostro Padre, pensiamo continuamente alla vostra fede molto attiva, al vostro Amore molto impegnato, alla vostra speranza fermamente rivolta verso Gesù Cristo, nostro Signore. Fratelli, Dio vi vuole bene; sappiamo che vi ha scelti per farvi essere suoi. Infatti, quando vi abbiamo annunciato il messaggio del Vangelo, ciò non è avvenuto solo a parole, ma con la forza e l'aiuto dello Spirito Santo.*

Ti ringraziamo, Signore Gesù, perché ci inviti a rendere grazie in continuazione.

Ti ringraziamo anche perché ci parli di quella sofferenza che ci fa entrare nel Regno: è la sofferenza della Preghiera del cuore, è la sofferenza della notte, di questo stare soli in balia delle onde e dei venti contrari, che ci impauriscono. Questo ci permetterà di camminare sulle acque. Ti ringraziamo, Signore Gesù, per quanto ci hai fatto capire questa sera. Ti ringraziamo per questo passo meraviglioso che ci porta all'evangelizzazione potente. Dopo questa notte, tutti quelli che ti toccavano, guarivano. I Vangeli sottolineano "tutti". Noi vogliamo aiutare gli altri a guarire, ma, prima di poterlo fare, dobbiamo attraversare le nostre notti.

Grazie, Signore Gesù! Grazie! Grazie!

