



## Vivere il corpo e lo spirito

---

In questo incontro mediteremo sul ruolo che il nostro corpo ha nell'ambito della nostra persona. Innanzitutto chiederci come il nostro corpo è coinvolto nella nostra persona non è inutile: possiamo infatti considerarlo, ad esempio, come un semplice involucro esterno oppure come un peso, e non come parte integrante di noi stessi.

Eppure noi non esistiamo senza il corpo.

Attraverso di esso percepiamo tutto ciò che è intorno a noi e possiamo comunicare con il nostro ambiente. Se, ad esempio, abbiamo una malattia, non è solo il nostro corpo ad esserne influenzato, ma tutta la nostra persona è compromessa nella sua capacità di lavorare, di essere disponibili, etc.

Dio ha voluto farsi carne, ha preso un corpo in Cristo: «La Parola si è fatta carne ed è venuta ad abitare in mezzo a noi: e noi abbiamo contemplato la sua gloria» (Gv 1,14).

Dio sarebbe rimasto senza volto se non avesse scelto di incarnarsi. Gesù Cristo è la “carne” di Dio, il volto di Dio, l'espressione di Dio tra noi.

E carne significa corpo: corpo di bellezza ma anche corpo invecchiato; significa forza, coraggio, sensibilità ma anche debolezza, vulnerabilità, fatica; significa gioia ma anche dolore. C'è un bellissima natività di Lorenzo Lotto: in primo piano la famiglia di Nazareth con Gesù bambino al centro e sullo sfondo è appeso il crocifisso. Carne è vita, ma è anche morte.

Dio non si è sottratto a tutta questa carnalità. Il suo “farsi uomo” ha significato la volontà di venire dentro la carne dell'uomo. E ha voluto salvarlo nell'evolversi della sua carnalità: l'ha incontrato malato, l'ha incontrato affaticato, l'ha incontrato deluso, l'ha incontrato smarrito e lo ha salvato. E continua ad incontrarlo oggi: s'incarna nelle sue forze come nelle sue debolezze, nelle sue capacità come nelle sue fughe, nei suoi desideri e speranze come nei suoi crolli e delusioni.

Il suo Natale è stato solo l'inizio di tutto ciò.

Possiamo allora capire la dignità che la fede cristiana riconosce al corpo, considerandolo «luogo di salvezza» (*caro cardo salutis*, la carne è cardine della salvezza, secondo l'espressione di Tertulliano).

In realtà, non è davvero facile dare al nostro corpo la sua importanza corretta. Potremmo essere tentati di farne un semplice strumento a nostra disposizione, sia non tenendo conto dei suoi bisogni propri, sia tentando di superarne i limiti e le esigenze. Potremmo anche essere tentati di ricercare un corpo perfetto, anzichè accogliere il nostro vero corpo.

Progredire verso l'unità personale significa prendere consapevolezza del fatto che il corpo è parte di ciò che siamo e non rappresenta ciò che abbiamo.

Questo può aiutarci ad ascoltarlo meglio e a rispettare le sue potenzialità e debolezze.

### **Guarigione della donna emorroissa (Mc 5,25-34)**

<sup>25</sup>Ora una donna, che aveva perdite di sangue da dodici anni <sup>26</sup>e aveva molto sofferto per opera di molti medici, spendendo tutti i suoi averi senza alcun vantaggio, anzi piuttosto peggiorando, <sup>27</sup>udito parlare di Gesù, venne tra la folla e da dietro toccò il suo mantello. <sup>28</sup>Diceva infatti: "Se riuscirò anche solo a toccare le sue vesti, sarò salvata". <sup>29</sup>E subito le si fermò il flusso di sangue e sentì nel suo corpo che era guarita dal male.

<sup>30</sup>E subito Gesù, essendosi reso conto della forza che era uscita da lui, si voltò alla folla dicendo: "Chi ha toccato le mie vesti?". <sup>31</sup>I suoi discepoli gli dissero: "Tu vedi la folla che si stringe intorno a te e dici: "Chi mi ha toccato?"". <sup>32</sup>Egli guardava attorno, per vedere colei che aveva fatto questo. <sup>33</sup>E la donna, impaurita e tremante, sapendo ciò che le era accaduto, venne, gli si gettò davanti e gli disse tutta la verità. <sup>34</sup>Ed egli le disse: "Figlia, la tua fede ti ha salvata. Va' in pace e sii guarita dal tuo male".

*Questo brano evangelico come risuona nella mia vita?*

*Posso aiutarmi con qualche domanda.*

- *Sono felice e in pace nel mio corpo oppure lo vivo come un peso?*
- *Come mi prendo cura del mio corpo?*
- *É importante per la mia vita spirituale?*
- *San Paolo presenta il corpo come il tempio dello Spirito: sono in ascolto dello Spirito che parla anche attraverso il mio corpo?*
- ...

## *Per la preghiera*

### *Salmo 139 (13-18;23-24)*

<sup>13</sup> Sei tu che hai formato i miei reni  
e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.

<sup>14</sup> Io ti rendo grazie:  
hai fatto di me una meraviglia stupenda;  
meravigliose sono le tue opere,  
le riconosce pienamente l'anima mia.

<sup>15</sup> Non ti erano nascoste le mie ossa  
quando venivo formato nel segreto,  
ricamato nelle profondità della terra.

<sup>16</sup> Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi;  
erano tutti scritti nel tuo libro i giorni che furono fissati  
quando ancora non ne esisteva uno.

<sup>17</sup> Quanto profondi per me i tuoi pensieri,  
quanto grande il loro numero, o Dio!

<sup>18</sup> Se volessi contarli, sono più della sabbia.  
Mi risveglio e sono ancora con te.

<sup>23</sup> Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore,  
provami e conosci i miei pensieri;

<sup>24</sup> vedi se percorro una via di dolore  
e guidami per una via di eternità.