

# Respirare con Cristo

Commento a Giovanni 20, 19-29  
di Cindy Hinds

Nel nostro respiro ci sono due stadi. Quando inspiriamo non assorbiamo solo vitale ossigeno , ma anche stati d'animo, atmosfere, ispirazioni. E quando espiriamo, aggiungiamo i nostri stati d'animo e le nostre ispirazioni all'atmosfera. Ciò che diamo con il nostro respiro nutre le piante.

I discepoli avevano trattenuto il respiro per la paura e il dolore. La porta chiusa a chiave era un'immagine dei loro cuori, chiusi dalla paura. Ma Cristo entra comunque. Alita su di loro. Dopo il suo calvario, impresso nelle sue mani e nel suo fianco, Egli esala un'atmosfera di gioia e pace. Il suo respiro curativo, l'espirazione amorevole del suo spirito, ci danno la forza e la capacità di lavorare in modo positivo al nostro destino. Ci danno tutta la forza per fare il lavoro di riparazione.

Tommaso non ha torto a voler sperimentare direttamente Cristo stesso. Cristo lo ammonisce unicamente di non essere rigido di cuore. Quando Tommaso ha soddisfatto il suo sano scetticismo, apre il suo cuore, in modo che possa entrare la potenza di guarigione e amore di Cristo.

Dalla sua risurrezione, il potere di Cristo è disponibile in ogni respiro che facciamo. Poiché Egli abita la Terra, l'aria, come suo corpo.

Come dice il poeta:

Non è magia; non è un trucco.  
Ogni respiro è una risurrezione.<sup>1</sup>



*L'incredulità di San Tommaso*  
(Luca Signorelli, Loreto – 1479 ca.)

Dalla newsletter 2019 (tempo di Pasqua), traduzione di Luisa Testa

## NOTE

1. Gregory Orr, in *Concerning the Book that is the Body of the Beloved*