

## Il Carburante dimenticato

Scritto da Marco Cicoletti

---

In questo periodo di sali e scendi del prezzo del petrolio ne abbiamo viste di tutti i colori. Il costo del carburante è salito alle stelle al punto che per viaggiare in aereo si è dovuto ricorrere ad una tassa extra per ogni passeggero. Il prezzo da sballo della benzina ha fatto ripensare agli italiani la modalità degli spostamenti e rivalutare alcuni vecchi veicoli come la bicicletta e perché no i tanto doloranti piedi.

Tutti abbiamo imparato a fare un po' di ginnastica grazie al rincaro del petrolio. La paura della crescita impazzita del prezzo del petrolio tuttavia non ha interessato solo gli italiani ma ha paralizzato il mondo intero senza precedenti ed ha fatto interrogare sulla futura disponibilità di scorte per evitare crisi simili oltre a stimolare l'ideazione di tecnologie che sfruttino altre forme di energia presenti in natura. Ma come si sa l'economia fa la politica!!!

Tuttavia ben più grande del problema dell'approvvigionamento di petrolio e gas naturale è il problema del carburante fisico ed emotivo di una cultura privata del sonno anche se, questo passa meno osservato. Secondo i dati scientifici un 60-70% della popolazione attiva si trova ben al di sotto della soglia minima del sonno necessario per essere riposati e "funzionare" meglio. Basti pensare ai quantitativi di sonniferi chimici e naturali ai quali la gente ricorre per i disturbi del sonno poiché non solo si dorme poco ma quel poco è di pessima qualità.

Disturbi del sonno e così pesantezza ed irritabilità finiscono per incidere sensibilmente nel mondo delle relazioni, nella produttività lavorativa, la salute fisica e la sicurezza quando si è alla guida. Quello che apparirebbe un problema sciocco diviene invece un pozzo che succhia molte risorse al sistema sanitario nazionale perché aumentano i malanni ed i disagi.

Il riposo costituisce dunque il carburante dimenticato. Ma questo riposo di cui c'è tanto bisogno è più che qualche semplice riposino, qualche ora di sonno in più o un po' di rilassamento. Ciò di cui abbiamo bisogno è un riposo spirituale — un ritrarci dalla frenesia caotica del nostro mondo globale e tempo di qualità alla presenza ristoratrice di Dio.

## Il Carburante dimenticato

Scritto da Marco Cicoletti

---

Questo tempo di preghiera o spazio santo come amo definirlo è fondamentale per il nostro equilibrio spirituale e per una vita vera e produttiva. Gesù “faceva il pieno” per il suo ministero in questo spazio santo. Dopo un periodo di intensa attività pubblica lo troviamo sempre e regolarmente fermarsi alla stazione di servizio per fare il pieno del Padre: Al mattino si alzò quando ancora era buio e, uscito di casa, si ritirò in un luogo deserto e là pregava. (Mc 1,35) Gesù provvedeva questo stesso spazio sacro per i suoi più stretti seguaci.

Questo riposo rigenerante faceva parte della formazione dei suoi futuri uomini che avrebbero cambiato il mondo. Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e insegnato. Ed egli disse loro: «Venite in disparte, in un luogo solitario, e riposatevi un po'». Era infatti molta la folla che andava e veniva e non avevano più neanche il tempo di mangiare. Allora partirono sulla barca verso un luogo solitario, in disparte. (Mc 6,30-32)

Come va il tuo tempo di riposo intenzionale lontano dalla folla per stare alla presenza di tuo Padre? Non permettere che il tuo tempo di riposo diventi il negletto carburante della tua vita; incoraggiamoci a vicenda a ritagliare il sacro spazio per trascorrere un po' di tempo da soli con Dio per cercare il nutrimento spirituale e la potenza rigenerativa che solo lui è in grado di dare.

Non disertiamo la preghiera e non disertiamo le nostre assemblee. Gesù è lì che ci aspetta! Che brutta figura farlo aspettare e non farsi vivi!!!!

Marco Cicoletti