

CAMBIA LA TUA VITA. CAMBIA IL TUO MONDO.

# CONTATTO

Anno 11 • Numero 9

## LA PARTITA VINCENTE

Superare la prova

## Il Paradiso è fatto di gente così

Come mio padre mi ha influenzato

## Come avere una famiglia felice

Comunicazione a tavola



## L'ANGOLO DEL DIRETTORE FORZA E TENEREZZA

Nella nostra serie sui frutti dello Spirito, abbiamo raggiunto l'ottavo frutto, che nell'originale greco è definito con la parola *prautes*, che a quanto pare è una parola particolarmente difficile da tradurre. Nei suoi commenti a Galati 5,22, il teologo scozzese William Barclay (1907–1978) si spinse fino a dire che “*prautes* è la parola meno traducibile di tutto il Nuovo Testamento”. Le sue traduzioni variano da “dolcezza” a “mitezza” a “mansuetudine”.

Mentre lavoravo a questo numero, ho compilato una definizione personale di questo concetto, così come ha senso per me. Eccola, in breve:

**Sottomissione a Dio:** Gesù è l'esempio perfetto di essere totalmente dedicato a compiere la volontà di Dio, a qualunque costo. Perfino di fronte al suo imminente arresto e alla sua esecuzione, Egli disse al Padre: “Non come voglio io, ma come vuoi Tu”.<sup>1</sup>

Mansuetudine significa non pensare mai di saperne abbastanza, o di essere troppo bravo o importante per imparare dagli altri.

**Riguardo:** Quando il fratello e la sorella di Mosè attaccarono la sua posizione di leader degli Israeliti, lui rimase tranquillo nei loro confronti e lasciò che fosse Dio a occuparsi della situazione. Anche dopo che Dio lo ebbe scagionato, la sua sola preoccupazione fu che Miriam fosse perdonata e guarita.<sup>2</sup>

La mansuetudine non si ritiene mai troppo importante ed è sempre tranquilla e cortese.

**Rabbia contro l'ingiustizia:** Aristotele definì *prautes* come il perfetto equilibrio tra l'arrabbiarsi senza motivo e il non arrabbiarsi del tutto.

La mansuetudine non porta mai odio, ma non è nemmeno rammollita. Consiste nell'arrabbiarsi al momento giusto, nella misura giusta e per il motivo giusto.

In questo numero troverete alcuni articoli che si riferiscono a tutti questi aspetti della mansuetudine. Vedete se riuscite a riconoscerli.

S. K.

1. Matteo 26,39

2. Vedi Numeri 12,1–16.

Se ti interessa ricevere altri numeri di Contatto, se desideri abbonarti o se vuoi ordinare altre nostre pubblicazioni a sfondo biblico, contattaci oggi stesso. Abbiamo a tua disposizione un vasto assortimento di pubblicazioni per nutrire l'anima, sollevare lo spirito, rinforzare i legami familiari e offrire momenti di divertimento ai bambini. Puoi rivolgerti a uno dei nostri distributori o a uno dei seguenti indirizzi:

*Progetto Aurora*  
*Redazione di Contatto*  
Casella postale 17  
37069 Villafranca VR  
e-mail: [contatto@activated.org](mailto:contatto@activated.org)  
web: [www.progettoaurora.net/contatto](http://www.progettoaurora.net/contatto)

LE PUBBLICAZIONI SONO DISPONIBILI  
IN ALTRE LINGUE PRESSO:

*Activated Europe*  
Bramingham Pk. Business Ctr.  
Enterprise Way  
Luton, Beds. LU3 4BU  
England  
[activatedeurope@activated.org](mailto:activatedeurope@activated.org)  
[www.activatedeurope.com](http://www.activatedeurope.com)

DIRETTORE RESPONSABILE  
Augusto Maffioli  
DIRETTORE EDITORIALE  
Samuel Keating  
GRAFICA  
Gentian Suçi  
PRODUZIONE  
Ronan Keane  
TRADUZIONI  
Ass. Progetto Aurora  
STAMPA  
BMC - S. Martino B.A. (VR)

© 2013 Associazione Progetto Aurora  
Tutti i diritti riservati.  
Pubblicato da Associazione Progetto Aurora  
Direzione e redazione: Via Vago 3/G - Caldiero VR  
Tel. 340 5039143

Se non altrimenti indicato, i brani biblici sono tratti dalla versione La Nuova Diodati © La Buona Novella - Brindisi. In alcuni casi, possono essere usate le versioni Nuova Riveduta (NR); CEI (CEI); Diodati (D); Traduzione In Lingua Corrente (TILC); La Parola è vita (LPV) Copyright © 1997 Biblica.

# LA PARTITA VINCENTE

**DENNIS EDWARDS**

**NEL MIO PRIMO ANNO ALL'UNIVERSITÀ**, fui scelto come allenatore della squadra di football americano della mia confraternita. La mia prima, importantissima decisione fu la scelta del nostro "quarterback", il giocatore che decide le azioni e organizza l'offensiva. Volevo un quarterback che ascoltasse i miei consigli e fosse rispettato dagli altri giocatori; ovviamente doveva anche essere capace di passare la palla, correre ed essere un buon atleta.

La mia confraternita mi metteva addosso un po' di pressione. La maggior parte pensava che il posto spettasse a Levy. Era un atleta pieno di talento, molto agile, veloce e con più forza nelle braccia. Oltretutto era uno studente dell'ultimo anno e molti pensavano che ciò gli desse la precedenza su altri candidati. Un'altra possibilità era O'Neil, studente del primo anno ma ottimo atleta, alto, robusto, anche lui con un braccio forte. Tuttavia avevano entrambi la lingua lunga e la tendenza a offendere gli altri, mentre noi avevamo bisogno di qualcuno che desse unità alla squadra.

Finii per scegliere Terry, un ragazzo tranquillo che era anche lui un buon atleta, ma privo dei talenti più ovvi che avevano Levy e O'Neil. Dal mio punto di vista, la decisione non era tanto difficile, ma i sostenitori degli altri giocatori sollevarono diverse critiche.

Alla fine, però, il nostro campionato fu fantastico. Nei due anni in cui restammo imbattuti, usai Levy come mediano che correva con la palla e O'Neill come estremo di difesa. Entrambi ebbero le opportunità di impiegare bene le loro caratteristiche e molti dei nostri giocatori furono scelti per la prima squadra del campionato tra confraternite.

Ciò che imparai dalla mia esperienza di allenatore fu che le personalità appariscenti e chiassose non sono necessariamente le migliori per guidare una squadra. Anche un giocatore più tranquillo, come Terry, in collaborazione con il suo allenatore, poteva fare un lavoro eccellente e promuovere unità e lavoro di squadra, che sono esattamente ciò di cui c'è bisogno per vincere.

DENNIS EDWARDS È UN INSEGNANTE IN PENSIONE CHE LAVORA CON UNA ONG PORTOGHESE IMPEGNATA A FORNIRE MATERIALE EDUCATIVO AI BAMBINI NELLE FAMIGLIE POVERE E NEGLI ISTITUTI. ■

Il lavoro di squadra è il carburante che permette alla gente comune di ottenere risultati straordinari.

—*Andrew Carnegie (1835–1919), industriale americano*

Il talento vince le partite, ma il lavoro di squadra e l'intelligenza vincono i campionati.  
—*Michael Jordan (n. 1963), considerato il miglior giocatore di pallacanestro di tutti i tempi*

Nessun membro di un equipaggio di canottieri è elogiato per la sua vigorosa remata individuale.

—*Ralph Waldo Emerson (1803–1882), poeta americano*



# Il paradiso è fatto

MARINA GRUENHAGE

NON VOGLIO METTERE MIO PADRE SU UN PIEDISTALLO, non lo avrebbe voluto. Sempre umile, non mi ricordo che abbia mai cercato onori. Quando qualcuno si complimentava con lui, puntava il dito al cielo, al suo Creatore e dava gloria a Dio.

Quando era ancora qui, non lo tenevo nella giusta considerazione. Davo per scontato che tutti i padri fossero teneri e disposti al sacrificio. Non apprezzavo la sua natura paziente, non rispettavvo le sue convinzioni. Al contrario molte volte lo mortificavo, insensibile al dolore che gli causavo. Ora, molti anni dopo la sua morte, mi rendo conto di che gioiello fosse.

Papà era nato in Germania nel 1893 e quando sono nata io era già abbastanza vecchio da poter essere mio nonno.

Durante la I Guerra Mondiale era andato alle armi giovanissimo e nonostante molta opposizione parlava di Gesù ad ogni opportunità.

“Una volta”, ci raccontava mio padre, “un ufficiale mi portò via la Bibbia per cercare un versetto con cui prendermi in giro insieme ai suoi compagni. Non riuscirono a trovarlo, ma in mezzo alle pagine trovarono l’elenco delle persone per cui pregavo e lo lessero attentamente. Con grande sorpresa lessero anche i loro nomi”. Quegli uomini rudi e orgogliosi gli restituirono umilmente la Bibbia, con molte scuse. Da quel momento in poi non lo presero più in giro.

Papà ci raccontò anche di un ufficiale che era stato tra quelli che lo schernivano sempre e spesso si era divertito alle sue spalle. Sul campo di battaglia, però, rimaneva vicino a mio padre. “Perché si nasconde sempre dietro di me?”

gli chiese una volta. “Non sono a prova di pallottola!”

Quella volta l’ufficiale gli parlò onestamente e senza scherno: “C’è tanta pace attorno a te. Per qualche motivo quando sono vicino a te mi sento al sicuro”.

La voce di Papà si riempiva d’emozione quando parlava di un ragazzo di 19 anni che si era lasciato prendere dal panico prima di una battaglia.

Papà gli parlò di Gesù, l’Uomo che affrontò le proprie paure e diede la vita per noi, poi pregarono insieme. Il giovane soldato affrontò coraggiosamente la battaglia, sapendo che probabilmente gli sarebbe costata la vita. Quando ritrovarono il suo corpo, aveva in viso un’espressione piena di pace. La sua mano stringeva al petto il volantino che gli aveva dato papà. Il testo si chiudeva con questo verso della Bibbia: “Il Dio

1. Deuteronomio 33,27



# to di gente così un omaggio a mio padre

eterno è il tuo rifugio; e sotto di te stanno le braccia eterne”.<sup>1</sup>

Dopo la guerra Papà cominciò a studiare da pastore, ma dovette rinunciare ai suoi sogni per salvare i genitori da una crisi finanziaria. Con una famiglia da mantenere, non fu in grado di riprendere gli studi. Questo non gli impedì di continuare a parlare dell'amore divino dovunque andasse. Iniziò una scuola biblica domenicale e spesso fece le veci del pastore nella chiesa locale. Una delle sue occupazioni preferite era andare a far visita agli ammalati e alle persone sole.

Io ero la più giovane di sei figli. Quando ero piccola, Papà ed io ci adoravamo e passavamo molti momenti bellissimi insieme; ma quando crebbi e voltai le spalle all'amore di Dio e alla fede dei miei genitori, spezzai il suo cuore. Durante l'adolescenza non ebbi

quasi nessuna comunicazione con lui, perché non volevo sentire le prediche che ero sicura mi avrebbe fatto.

Così Papà scelse di restare in silenzio, mentre invece io e mia madre avevamo un sacco di discussioni. “Perché passi tanto tempo a parlare con nostra figlia? – le chiedeva – Faresti meglio a parlare di lei a Dio”. A volte mi si stringeva il cuore per il modo in cui mi guardava con occhi pieni di tristezza. Il nostro dolce rapporto padre-figlia era svanito e per lui il dolore era difficile da sopportare. Anch'io mi sentivo triste, ma non volevo ammetterlo, così mi davo un'aria da dura.

Papà parlava di me a Dio e Dio lo ascoltò. A 21 anni ebbi una trasformazione miracolosa. Come una figliola prodiga ritornai a Gesù e gli chiesi di entrare nella mia vita.

Papà ne fu felicissimo! Quando ci rincontrammo fu un momento gioioso. La mamma mi spiegò che in tutti quegli anni lui non aveva mai smesso di pregare con fervore e determinazione. Grazie, papà, per non aver rinunciato a me.

Quando mio padre morì, un giornale locale pubblicò un breve articolo su di lui. Tra le altre cose diceva: “È raro trovare una cortesia e una pazienza come quella dimostrata dal Sig. Gruenhage. Chi lo ha incontrato poteva sentire che ‘era stato con Gesù’ (Atti 4,13)”.

Nel suo modo umile, papà era un santo, il tipo di persona di cui è fatto il Paradiso.

MARINA GRUENHAGE (1947–2005) È STATA UNA VOLONTARIA A TEMPO PIENO DELLA FAMIGLIA INTERNAZIONALE PER OLTRE 30 ANNI, LA MAGGIOR PARTE DEI QUALI PASSATI IN GIAPPONE. ■



# Essere stimati

► sul posto

di lavoro

MARIA FONTAINE, ADATTATO

**ESSERE STIMATI È UNA NECESSITÀ UMANA.** Non è solamente una cosa piacevole quando c'è, ma una cosa di cui ognuno ha bisogno per sentirsi bene e per prosperare. Questo è vero in ogni ambiente, ma forse in nessun altro luogo è altrettanto evidente come sul posto di lavoro. Quando le persone si sentono sinceramente apprezzate dal principale o dai colleghi, è più probabile che collaborino maggiormente e facciano un miglior "gioco di squadra".

Quando si manifesta la propria stima per gli altri all'interno di un gruppo, ciò aumenta in modo significativo le probabilità che quel gruppo diventi una squadra vincente. Sentirsi stimati ha il potere di tirar fuori il meglio dalle persone. Fa venir loro voglia di fare di più, lottare di più, contribuire di più, le fa sentire più capaci e appagate nel ruolo che occupano. Se in una squadra tutti si stimano,

si rispettano e ognuno mostra fiducia nell'altro, la produttività complessiva e la soddisfazione del gruppo vengono moltiplicate.

Non può che tornare a tuo vantaggio trovare il tempo di dimostrare la tua stima per le persone con cui lavori. Ti farà sentire più felice, perché manifestare la propria stima è una forma di amore e l'amore ritorna sempre a coloro che lo danno. Farà sentire più felice chi è oggetto della tua stima, perché illuminerà la loro vita. E se c'è stima reciproca fra tutti, il luogo di lavoro sarà un posto più allegro, tutti lavoreranno meglio e si renderà di più.

Avere pensieri positivi per gli altri va bene, come inizio, ma se non diamo voce a quei pensieri, se non li esprimiamo, non serviranno a nessuno. Non possiamo aspettarci che le persone ci leggano nel pensiero. Dobbiamo trasformare quei pensieri in parole o azioni.

C'è tanto da apprezzare negli altri, ma ci vuole uno sforzo da parte nostra per creare intimità con le persone e parlare a livello più profondo. Dobbiamo tentare di allargare i nostri orizzonti e non limitarci a stimare gli altri solo per le qualità più ovvie ed evidenti. È molto importante per le persone quando qualcuno s'interessa a loro, si accorge di quanto vi è di unico e speciale in loro e dimostra la sua stima a livelli più profondi.

Qualsiasi cosa in passato ti abbia impedito di esprimere apprezzamento sincero per gli altri, puoi iniziare oggi a farlo per tirar fuori quanto c'è di meglio in loro.

MARIA FONTAINE E SUO MARITO PETER AMSTERDAM SONO I DIRETTORI DELLA FAMIGLIA INTERNAZIONALE, UNA COMUNITÀ CRISTIANA DELLA FEDE. ■



GABRIEL GARCÍA V.

# LAVORO DI SQUADRA E SINERGIA

**SPESSE, QUANDO SI PENSA A UN CAPO**, viene in mente l'immagine di una persona forte, sicura di sé e piena d'autorità — un uomo che usa il suo stile carismatico per spingere al successo la sua squadra o la sua azienda.

Nel mondo d'oggi, però, i buoni dirigenti si rendono conto di non poter portare la loro azienda al successo solo con le proprie idee, la propria spinta e i propri talenti. Adottare e mantenere un senso di partecipazione sono un fattore essenziale per il progresso di un'organizzazione, e un leader saggio moltiplica i suoi sforzi appoggiandosi alle capacità e ai talenti di tutto il suo gruppo di lavoro.

Tremila anni fa, quando il suocero di Mosè, Ietro, vide che suo genero faceva personalmente da giudice per risolvere le dispute all'interno dell'accampamento, gli diede il seguente consiglio:

Non ti comporti nel modo giusto. Finirai per esaurire te e gli altri. È una cosa troppo pesante per farla da solo.

Lasciati dare qualche buon consiglio. È giusto rappresentare il popolo davanti a Dio e presentargli i loro problemi. Dovresti insegnare le leggi di Dio e spiegare come vivere e cosa fare.

Ma oltre a ciò, dovresti scegliere degli uomini fidati e stabilirli come leader del popolo. Facciano loro da giudici. Potranno portare alla tua attenzione i casi difficili, ma risolvere loro tutti i problemi più piccoli. Sarà più facile per te ed essi porteranno parte del tuo peso.

Così facendo, non ti esaurirai e tutta questa gente potrà tornare a casa con i problemi risolti.<sup>1</sup>

Il ruolo della collaborazione nel successo di un'iniziativa è ovvio. Perfino le nostre preghiere hanno più forza quando preghiamo insieme agli altri. «Se due di voi si accordano sulla terra per domandare qualunque cosa, questa sarà loro concessa dal Padre mio che è nei cieli. Poiché dovunque due o tre sono riuniti nel mio nome, Io sono in mezzo a loro».<sup>2</sup>

Ci vogliono molte mani per costruire qualcosa che duri. Le squadre più esperte hanno una meta comune e un obiettivo che spazia oltre gli obiettivi dei singoli individui. Sono questa visione collettiva, la collaborazione e l'unione dei vari talenti che danno forza alla squadra, così che i suoi risultati sono più grandi della somma delle capacità e degli sforzi individuali. L'unione fa la forza.

GABRIEL GARCIA (NOTO ANCHE COME GABRIEL SARMIENTO) È IL DIRETTORE DI *CONÉCTATE*, LA VERSIONE SPAGNOLA DI *CONTATTO*. ■

1. Esodo 18,18–23

2. Matteo 18,19–20

# Il nostro umile Salvatore



**DIAMO UNO SGUARDO  
A COME SI MANIFESTÒ  
IL CARATTERE DI GESÙ  
ATTRAVERSO ALCUNI DEGLI  
AVVENIMENTI PRINCIPALI  
DELLA SUA VITA:**

**NATO IN UNA STALLA**  
[Maria] lo fasciò e lo pose a giacere  
in una mangiatoia, perché non  
c'era posto per loro nell'albergo.  
—*Luca 2,7*

**RIFIUTATO DA MOLTI**  
Benché fosse nel mondo, che Egli  
stesso aveva creato, quando venne,  
il mondo non lo riconobbe. Non  
fu accettato neppure nel proprio  
paese, fra la sua gente. —*Giovanni  
1,10-11 – LPV*

**LA SUA ENTRATA TRIONFALE  
A GERUSALEMME**  
Ecco il tuo re viene a te mansueto,  
cavalcando un asino, anzi un  
asinello —*Matteo 21,5 – NR*

**LA LAVANDA DEI PIEDI**  
[Gesù] versò dell'acqua in una  
bacinella e cominciò a lavare i

piedi ai discepoli e ad asciugarli  
con l'asciugamano che aveva  
addosso. Dopo aver lavato i piedi  
ai discepoli, Gesù riprese la sua  
veste, si mise di nuovo a tavola  
e chiese: "Capite ciò che vi ho  
fatto? Voi mi chiamate Maestro  
e Signore, e fate bene, perché lo  
sono. Dunque se io, il Signore  
e il Maestro, ho lavato i piedi a  
voi, anche voi dovete lavarveli a  
vicenda. Io vi ho dato un esempio  
da seguire: fate come me. —  
*Giovanni 13,5.12-15 –LPV*

**IN SILENZIO DAVANTI AI  
SUOI ACCUSATORI**  
Maltrattato, si lasciò umiliare e  
non aprì la bocca. Come l'agnello  
condotto al mattatoio, come la  
pecora muta davanti a chi la tosa,  
Egli non aprì la bocca. —*Isaia  
53,7*

**SCHERNITO DAI MALVAGI**  
E gli sputavano addosso, prende-  
vano la canna e gli percotevano  
il capo. E, dopo averlo schernito,  
lo spogliarono del manto e lo  
rivestirono dei suoi abiti; poi lo

condussero via per crocifiggerlo.  
E quelli che passavano di là, lo  
ingiuriavano, scotendo il capo —  
*Matteo 27,30-31.39*

**CROCIFISSO CON DEI  
COMUNI CRIMINALI**  
Allora furono crocifissi con lui due  
ladroni, uno a destra e l'altro a  
sinistra —*Matteo 27,38*

**SCESE AL NOSTRO LIVELLO**  
Abbiate in voi gli stessi sentimenti  
che sono stati di Gesù Cristo, il  
quale, benché fosse chiaramente  
Dio, non si fece forte dei suoi  
diritti divini. Anzi, rinunciò a  
tutto, assumendo l'aspetto di uno  
schiavo e, diventato uomo, abbassò  
sé stesso. —*Filippesi 2,5-6 –LPV*

Se non hai ancora conosciuto  
l'umile Salvatore, puoi farlo  
adesso. Egli aspetta alla porta del  
tuo cuore che tu lo inviti a entrare.  
Prega semplicemente così: "Gesù,  
ti prego, entra e fammi dono della  
vita eterna. Amen". ■



# SEMPRE CONTENTA

TINA KAPP

LA MIGLIORE ESPERIENZA CHE ABBAI MAI AVUTO, NEGLI ALTI E NEI BASSI, FU QUANDO VIVEVO IN UGANDA E MI UNII A UNA MISSIONE A GULU, CHE LAVORAVA CON EX BAMBINI-SOLDATO, come quelli che si vedono nel film *Machine Gun Preacher*.<sup>1</sup> Portammo tonnellate di cibo donato e proiettammo il film *Jesus*<sup>2</sup> con l'aiuto di un interprete Acholi. Fu necessario usare un generatore per far funzionare il proiettore, perché non c'era elettricità.

Fummo ospitati in una delle capanne più "belle", rotonda e fatta di fango, con pareti intonacate con il cemento e il tetto di lastre metalliche. Il gabinetto era fuori, in una piccola capanna completa d'insetti di tutte le forme e le dimensioni. (In un'occasione contai diciotto grani!) Alla sera

ci portarono una tanica d'acqua bollente e un'altra d'acqua fredda, da mischiare in un catino dietro alla capanna, sotto le stelle. Mangiammo molti cibi interessanti, come una crema spalmabile di termiti. Non la mia preferita.

Dopo alcuni giorni, sono dovuta tornare a Kampala con uno dei miei colleghi. Alcuni nostri buoni amici, direttori della compagnia telefonica principale, stavano partendo dall'Uganda e ci avevano invitati a una cerimonia d'addio. Nel giro di poche ore passammo dalla crema di termiti a un grande banchetto in un hotel a cinque stelle, lo Sheraton, con uno spettacolo dei più celebri cantanti del paese. Al mio amico e a me piacque l'idea che, mentre il trattamento regale era già bello, venire da un posto dove la gente aveva così poco e bisognava fare una vita dura ci rendeva ancora più grati.

Nella lettera ai Filippesi Paolo disse: "Ho imparato ad accontentarmi dello stato in cui

“

UMILTÀ NON VUOL DIRE  
PENSARE POCO DI SE STESSI, MA  
PENSARE DI MENO A SE STESSI.

—C. S. LEWIS (1898–1963)

”

mi trovo. So vivere nella povertà e anche nell'abbondanza; in tutto e per tutto ho imparato a essere saziato e ad aver fame; a essere nell'abbondanza e nell'indigenza".<sup>3</sup> È quello che gli ha fatto veramente capire, nel versetto successivo, che: "Io posso ogni cosa in Cristo che mi fortifica".<sup>4</sup> Sapeva che non era con la sua bravura che riusciva a realizzare qualcosa e dà gloria a Dio per il bene che poteva fare.

TINA KAPP È UNA BALLERINA, PRESENTATRICE E SCRITTRICE INDIPENDENTE CHE VIVE IN SUDAFRICA. DIRIGE UNA COMPAGNIA DI SPETTACOLI CHE RACCOGLIE FONDI PER PROGETTI BENEFICI E MISSIONARI. ■

1. *Machine Gun Preacher* (2011)
2. *Jesus* (1999)
3. Filippesi 4,11–12
4. Filippesi 4,13

# La forza dell'umiltà

COMPILATO DA SAMUEL KEATING

## DIO CI AMMONISCE DI ESSERE UMILI E MANSUETI NEI RAPPORTI CON GLI ALTRI...

Siate sempre umili, gentili e pazienti l'uno verso l'altro, e sopportatevi con amore.

—*Efesini 4,2* – LPV

Ricerca la giustizia, la pietà, la fede, l'amore, la costanza e la mansuetudine. —*1 Timoteo 6,11*

[Riprendi] con mansuetudine gli oppositori. —*2 Timoteo 2,25*

Rivestitevi dunque, come amati di Dio, santi e dilette, di sentimenti di misericordia, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di pazienza. — *Colossesi 3,12* – CEI

## ...E PROMETTE DI BENEDIRCI QUANDO LO SIAMO.

Gli umili mangeranno e saranno saziati; quelli che cercano il Signore lo loderanno.

—*Salmi 22,16* – NR

L'Eterno innalza gli umili.

—*Salmi 147,6*

Il Signore gradisce il suo popolo e adorna di salvezza gli umili.

—*Salmi 149,4* – NR

Gli umili potranno ancora gioire nell'Eterno. —*Isaia 29,19*

Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mansueto ed umile di cuore; e voi troverete riposo per le vostre anime. — *Matteo 11,29*

Beati i poveri in spirito, perché di loro è il regno dei cieli.

Beati quelli che sono afflitti, perché saranno consolati.

Beati i mansueti, perché erediteranno la terra.

Beati quelli che sono affamati e assetati di giustizia, perché saranno saziati.

Beati i misericordiosi, perché a loro misericordia sarà fatta.

Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.

Beati quelli che si adoperano per la

pace, perché saranno chiamati figli di Dio.

Beati i perseguitati per motivo di giustizia, perché di loro è il regno dei cieli.

Beati voi, quando vi insulteranno e vi perseguiteranno e, mentendo, diranno contro di voi ogni sorta di male per causa mia. Rallegratevi e giubilate, perché il vostro premio è grande nei cieli. —*Matteo 5,3.12*

Siate belle dentro, nel vostro cuore, col fascino duraturo di uno spirito gentile e tranquillo, che ha tanto valore agli occhi di Dio.

—*1 Pietro 3,4*

L'uomo mansueto troverà un luogo di riposo per l'anima. Camminando nella mansuetudine troverà la gioia nel farsi difendere da Dio. Non deve più preoccuparsi di difendere se stesso. Ha trovato la pace che viene con la mansuetudine.

—*A. W. Tozer (1897–1963)*

# 7 OTTIMI MODI PER ESSERE PIÙ UMILI

A TANTI DI NOI NON DISPIACEREBBE ESSERE UN PO' PIÙ UMILI, ma, oh, come detestiamo essere umiliati! Il nostro orgoglio ne viene ferito, ma quel tipo di dolore ci fa bene, se l'accogliamo con grazia e lasciamo che raggiunga il suo scopo. Ricordate il detto degli olimpionici: non c'è progresso senza dolore.

## CERCATE IL MEGLIO NELLA GENTE

**1** Tutti hanno avuto qualche esperienza che voi non avete avuto e quindi in quel senso vi sono superiori. Come disse lo scrittore e studioso George Herbert Palmer (1842–1933): «Ho perso, e me ne rendo conto, se incontro un essere umano da cui sono incapace di imparare qualcosa».

## AMMETTETE I VOSTRI LIMITI E LE VOSTRE NECESSITÀ

La natura umana vuole sembrare forte e autosufficiente, per orgoglio, ma di solito questo rende solo le cose più difficili. Umiliatevi, chiedete e accettate l'aiuto degli altri – ne ricaverete grandi vantaggi.

## IMPARATE QUALCOSA DI NUOVO, UN NUOVO TALENTO, UNA NUOVA LINGUA, UN NUOVO SPORT O HOBBY

**6** Cominciare da zero è quasi sempre umiliante, ma offre molti vantaggi: oltre al vantaggio di una cosa nuova, il vostro esempio incoraggerà gli altri e, contrariamente a quel che suggerisce l'orgoglio, conquisterà la loro ammirazione e il loro rispetto.

## FATE COMPLIMENTI SINCERI

È difficile disprezzare gli altri e allo stesso tempo parlare di ciò che ammirate in loro. Più esprimete a parole dei pensieri positivi sugli altri, più lati buoni vedrete in loro e meno facilmente cadrete nella trappola dell'egotismo.

**2**

## AMMETTETE SUBITO I VOSTRI ERRORI E SCUSATEVI

**3** Qualcuno ha detto che le parole più difficili da pronunciare in qualsiasi lingua sono: «Ho torto» e «Mi spiace». Chi rifiuta di farlo, per orgoglio, probabilmente ricadrà negli stessi errori e in più si alienerà gli altri.

## SERVITE GLI ALTRI

Offritevi volontari per aiutare gli anziani, gli infermi o i bambini, o fate qualche altra forma di servizio sociale. Ne ricaverete più di quanto daret.

**5**

## DATE A DIO IL CREDITO PER QUALSIASI COSA BUONA IN VOI E PER TUTTO CIÒ CHE VI AIUTA A FARE

**7** La Bibbia ci ammonisce: Il savio non si glori della sua sapienza, il forte non si glori della sua forza, il ricco non si glori della sua ricchezza. Ma chi si gloria si glori di questo: di aver senno e di conoscere me, che sono l'Eterno».¹ ■

1. Geremia 9,23–24



# IL FRUTTO AFFASCINANTE: LA MANSUETUDINE

RAFAEL HOLDING

UNO SPIRITO MANSUETO È UNA DELLE CHIAVI PER AVERE SUCCESSO CON LE PERSONE. PUÒ FARE UNA DIFFERENZA ENORME NEL MODO IN CUI GLI ALTRI SARANNO APERTI ALLE TUE OPINIONI E ALLE TUE IDEE.

Nella Bibbia Gesù è raffigurato come un agnello,<sup>1</sup> una chiocciola<sup>2</sup> e un pastore mite e premuroso.<sup>3</sup> Di se stesso ha detto: «Io sono mansueto e umile di cuore».<sup>4</sup> Non ha costretto nessuno a credere in Lui o seguirlo; ha mostrato compassione e ha gentilmente attirato la gente nel suo regno celeste mediante il suo amorevole esempio.

Se volete conquistare degli amici e conquistare altri al Signore, seguite il suo esempio.<sup>5</sup> «Mostrando grande gentilezza verso tutti».<sup>6</sup> «Chi fra voi è saggio e intelligente? Mostri con la buona condotta le sue opere compiute con mansuetudine e saggezza».<sup>7</sup>

Se sembra più facile dirlo che farlo, non preoccuparti Dio può aiutare ognuno di noi a essere più simile a Gesù anche sotto questo aspetto, se lasciamo che il Suo Spirito Santo operi attraverso di noi.

RAFAEL HOLDING È UNO SCRITTORE E VIVE IN AUSTRALIA. «LA MANSUETUDINE: IL FRUTTO ACCATTIVANTE» È ADATTATO DAL LIBRO *I DONI DI DIO*, COLLANA *FAI CONTATTO*. ■

1. Vedi Giovanni 1,29; Isaia 53,7.
2. Vedi Luca 13,34.
3. Vedi Isaia 40,11; Giovanni 10,14-15.
4. Matteo 11,29
5. Vedi 1 Pietro 2,21.
6. Tito 3,2
7. Giacomo 3,13 NR

## SOTTO CONTROLLO

PETER AMSTERDAM, ADATTATO

MI PIACE LA DEFINIZIONE DI MANSUETUDINE DATA DAL MIO DIZIONARIO BIBLICO. Dice che la mansuetudine è «un atteggiamento di umiltà nei confronti di Dio e di cortesia nei confronti degli uomini, partendo dal riconoscimento che Dio è in controllo delle cose». È forza e coraggio sotto controllo, unito a bontà.

Questo tipo di mansuetudine vuol dire avere fede e pace, perché sapete che Dio è in controllo. Potete avere una natura mite e tranquilla, perché siete pieni di fede. Avete la presenza del Signore, avete le sue istruzioni e avete la sicurezza che sistemerà le cose, per quanto la situazione possa essere incredibilmente confusa o disperata.

Avete fede e quindi vi fidate. Avete uno spirito calmo. Siete miti, perché non cercate di trovare freneticamente una soluzione con le vostre sole forze. Non contate sui vostri talenti, sulla vostra saggezza e sul vostro carisma, ma sul Signore; e quella calma si manifesta agli altri come la presenza del Signore in voi. Sanno che tutto è a posto, perché avete quell'aura di mansuetudine e di calma nello spirito.

MARIA FONTAINE E SUO MARITO PETER AMSTERDAM SONO I DIRETTORI DELLA FAMIGLIA INTERNAZIONALE, UNA COMUNITÀ CRISTIANA DELLA FEDE. «SOTTO CONTROLLO» È ADATTATO DA UN POST INTITOLATO «FIDUCIA DEVOTA». ■

# ARRABBIATO CON IL MALE

**D:** *Mi rendo conto che l'amore e l'umiltà sono virtù cristiane, ma cosa fare quando si vedono le ingiustizie? A volte mi arrabbio davvero quando leggo alcune delle cose terribili che succedono nel mondo. È sempre sbagliato arrabbiarsi?*

**R:** «Non perdere le staffe» è l'interpretazione che si può dare al consiglio evangelico sulla rabbia,<sup>1</sup> ma ciò non vuol dire che non dovremmo mai arrabbiarci.

Pensa a quando Gesù arrivò al tempio a Gerusalemme. Una grande folla riempiva il cortile. C'era rumore e confusione, un sacco di mercanti che vendevano le loro merci: colombe e piccioni, pecore e buoi, tutto quello che serviva per i sacrifici. Il denaro passava di mano e la gente barattava, discuteva, chiedeva. Era un mercato.

Gesù era furioso. Quel luogo doveva essere una casa di preghiera, tuttavia era stato trasformato in un mercato affollato e non del tutto onesto. Avrebbe potuto dimostrarsi comprensivo: dopotutto, anche se ci guadagnavano, per lo meno i mercanti procuravano un servizio utile, fornendo ciò di cui i devoti avevano bisogno per ubbidire alle leggi divine. Inoltre, più le persone dovevano pagare per fare il sacrificio, più lo avrebbero ritenuto valido. Avrebbe potuto vedere il lato positivo della situazione e andare per la sua strada.

Ma non è quel che fece. I Vangeli ci dicono che Gesù rovesciò i tavoli dei cambiavalute e le sedie dei venditori di colombe, sgridandoli per aver trasformato la casa di preghiera di suo Padre in un covo di ladri. Questo incidente

è riferito in tutti e quattro i Vangeli,<sup>2</sup> il che ne accentua il significato.

Ci sono dei momenti in cui dobbiamo affrontare le cose sbagliate. Ciò non significa che dobbiamo avere uno spirito arrabbiato, o “rovesciare i tavoli” letteralmente. La Parola di Dio ci ammonisce: “Adiratevi e non peccate; il sole non tramonti sopra la vostra ira”.<sup>3</sup> Nonostante questo, ci sono delle occasioni in cui dovremmo prendere posizione per ciò che è giusto. Rispettare le nostre convinzioni sulla verità e la giustizia fa parte dell'essere discepoli di Cristo.

Un uomo che non sa arrabbiarsi non sa essere buono. Ogni tanto uno dovrebbe essere profondamente scosso dall'indignazione davanti al male. —*Henry Ward Beecher (1813–1887)* ■

1. Ecclesiaste 7,9

2. Vedi Matteo 21,12–13; Marco 11,15–17; Luca 19,45–46; Giovanni 2,14–16.

3. Efesini 4,26



VIRGINIA BRANDT BERG, ADATTATO

# Come avere una FAMIGLIA FELICE

SECONDO IL DOTT. JAMES H. BOSSARD, già professore di sociologia all'Università della Pennsylvania, uno dei punti più deboli della maggioranza delle famiglie è il modo in cui i genitori parlano davanti ai figli. Dopo aver studiato un gran numero di registrazioni fatte a tavola, scrisse: «Ho scoperto che molte famiglie hanno abitudini di conversazione precise e costanti, e che il modello prevalente è quello della critica. Raramente queste famiglie avevano qualcosa di buono da dire degli altri. Trovavano sempre da ridire su amici, parenti e vicini — in quasi ogni aspetto della vita, dalla fila nel supermarket alla stupidità del loro datore di lavoro.

«Quest'atmosfera familiare costantemente negativa aveva un effetto disastroso sui figli, perché

un'alta percentuale dei bambini [di queste famiglie] erano asociali e malvisti. Questo modello di ostilità, poi, molte volte si risolveva in liti all'interno della famiglia. Quel modello influenzava i bambini e creava in loro dei problemi».

«Molto tempo fa — continuò il dott. Bossard — un grande Maestro spiegò che ciò che esce dalla bocca è molto più importante di ciò che vi entra».<sup>1</sup>

Gesù insegnò anche che le nostre parole rivelano il nostro carattere: «La bocca parla dall'abbondanza del cuore»<sup>2</sup> e «L'uomo buono dal buon tesoro del cuore trae cose buone; ma l'uomo malvagio dal suo malvagio tesoro trae cose malvagie».<sup>3</sup>

Il modo di cambiare la qualità delle nostre parole è di cambiare lo spirito da cui quelle parole provengono. Le parole che escono da un'anima piena dello Spirito d'amore di Dio avranno un sapore e

una forza dotate di vera profondità.

Come puoi essere così pieno dello Spirito di Cristo che sarà Lui a guidare le tue parole? Può succedere solo se gli dedichi parte del tuo tempo, riempiendoti del suo Spirito e del suo amore. Trova il tempo di leggere le sue parole scritte nella Bibbia e lascia che ti parli personalmente attraverso la preghiera e la riflessione.

Passando tempo con Gesù, la fonte di tutto ciò ch'è buono, premuroso e gentile, la tua relazione con Lui si approfondirà e ben presto scoprirai che le tue parole diventeranno un veicolo del suo Spirito e ti aiuteranno ad avere una maggiore influenza per il bene nella vita delle persone a te più vicine e più care.

VIRGINIA BRANDT BERG (1886–1968) ERA UNA PREDICATRICE ED EVANGELIZZATRICE AMERICANA. ■

1. Vedi Matteo 1,11.

2. Matteo 12,34

3. Matteo 12,35

# RITROVARE IL FILO

ABI MAY

**TI È MAI SEMBRATO DI AVER «PERSO IL FILO»?** Stai leggendo un romanzo, ti perdi e non riesci a capire il ruolo dei personaggi, oppure ti sei distratto mentre guardavi un film e adesso ti sembra che non abbia più molto senso. La tua vita è affaccendata e a volte non sei più sicuro di chi sei o di dove stai andando.

Giona perse il filo quando scappò da Dio. Gli aveva detto di andare a Ninive ad avvertire i suoi abitanti, ma a Giona la cosa non andava, così invece salì su una nave che andava nella direzione opposta. Poteva essere un viaggio verso l'oblio, perché finì nella pancia di un grosso pesce, ma quando si rivolse di nuovo a Dio, Egli lo salvò

miracolosamente. Ritornato all'asciutto, ritrovò la sua trama e andò a fare quello che Dio gli aveva chiesto.<sup>1</sup>

*Signore, aiutami a restare sulla via giusta, anche se può essere difficile.*

*Felice l'uomo che segue la retta via, camminando sulla strada rivelata da Dio.<sup>2</sup>*

Sara perse il filo quando gli angeli che fecero visita a suo marito Abramo predissero che avrebbe avuto un figlio. Lei ci rise sopra, pensando che la sua età avanzata rendesse la cosa impossibile.<sup>3</sup> Comunque affrontò questa sfida alla sua fede e «partorì, perché ritenne fedele Colui che aveva fatto la promessa».<sup>4</sup> Grazie alla sua fede, ritrovò il filo.

*Signore, aiutami a seguirti per fede, anche quando non capisco esattamente dove mi stai portando.*

*I miei passi sono rimasti fermi nei tuoi sentieri e i miei piedi non hanno vacillato.<sup>5</sup>*

Pietro perse il filo quando, in preda alla confusione, ebbe paura per la propria vita e rinnegò Gesù.<sup>6</sup> Ma non tutto era perduto. Una conversazione con il Salvatore risorto, durante una colazione da Lui preparata, cambiò il suo modo di vedere se stesso e la vita.<sup>7</sup> «Prenditi cura dei miei seguaci», disse Gesù. Ed è esattamente ciò che Pietro fece. Ritrovò il filo e il resto della sua vita ebbe un significato e un proposito.



*Signore, aiutami a sedermi in silenzio ad ascoltare la tua voce, per trovare e seguire il sentiero che hai preparato per me.*

*Al mattino fammi udire la tua bontà, perché in te confido; fammi conoscere la via da seguire, poiché io elevo l'anima mia a te.<sup>8</sup>*

ABI MAY È UN'EDUCATRICE E UNA SCRITTRICE IN GRAN BRETAGNA. ■

1. Vedi Giona 1-2.

2. Salmi 119,1

3. Vedi Genesi 18,1-15.

4. Vedi Ebrei 11,11; Genesi 21,1-2.

5. Salmi 17,5

6. Vedi Luca 22,54-62.

7. Vedi Giovanni 21.

8. Salmi 143,8



DA GESÙ CON AMORE

# IMPARARE LA MANSUETUDINE

Vieni a me quando sei stanco e affaticato e ti darò riposo, ti insegnerò a essere mansueto, come lo sono Io.<sup>1</sup> La mansuetudine a cui mi riferisco in realtà è una forza; ma si manifesta come dolcezza e cortesia. Non ha bisogno di affermarsi, perché conosce la propria forza.

Molte volte la gente pensa di dover indossare una maschera per sembrare più forte e fiduciosa di quel che è; ma è piuttosto facile vedere la realtà. A lungo andare è molto meglio essere onesto con te stesso e con gli altri; onesto sui tuoi punti forti, ma anche su quelli deboli; onesto quando sei sicuro di te e quando non lo sei. Quando sai chi sei — e soprattutto quando sai chi sono *Io* — quando sei onesto con te stesso e sincero nei tuoi rapporti con gli altri, allora puoi camminare con sicurezza.

Quando riposi in me, ti rinfresco, ti rinnovo e ti ricollego alla mia forza. Allora sarai in grado di affrontare tutto ciò che ti viene incontro — che si tratti di pressione, di sovraccarico di lavoro, di rapporti difficili, o di emozioni negative — e sfidarlo con la mia forza. Quando la situazione diventa indaffarata, frenetica e confusa, è facile lasciarsi andare e diventare sgarbati e pungenti con le persone. Ovviamente non si può dire che questa sia mansuetudine e cortesia e spesso non porta a buoni risultati, né ti fa sentire meglio.

Ritrova forza e stabilità riposando in me e imparando da me uno spirito di mansuetudine. Allora la mia forza ti darà ciò di cui hai bisogno per affrontare e gestire le difficoltà quotidiane.

---

1. Vedi Matteo 11,28–29.