

CAMBIA LA TUA VITA. CAMBIA IL TUO MONDO.

CONTATTO

Anno 12 • Numero 6

STRATEGIE PER IL SUCCESSO

Investimenti che rendono

L'equilibrismo della vita

Tenere il ritmo

Fango e palazzi

Una coppia improbabile



L'ANGOLO DEL DIRETTORE AMICI DI DIO

La maggior parte dei genitori sarà d'accordo nel sostenere che la loro speranza più grande è che i loro figli siano sani e felici. Recentemente mi stavo chiedendo se ci fosse qualcosa di più specifico da chiedere a Dio per mia figlia Audrey e ho pensato di pregare per i suoi successi nel futuro.

Mi sembrava una buona richiesta, pensando al successo come al sentirsi realizzati, trovare un posto nel mondo e prosperare. È l'altro suo aspetto più materialistico che mi ha provocato un po' di disagio. Vedete, non ritengo che si possa misurare il successo in base al denaro, alle cose che abbiamo o alle persone che conosciamo. Quel tipo di successo solitamente è passeggero e non garantisce la felicità.

Prendete ad esempio Madre Teresa (1910–1997), che lavorò per decenni in mezzo ai più poveri dei poveri a Kolkata (Calcutta), in India. Visse in povertà e spesso dovette affrontare ostilità e difficoltà enormi. Tuttavia, a mio parere — e senz'altro agli occhi di Dio — ebbe sicuramente successo; dedicò la sua vita interamente a Gesù e agli altri e adempì il suo destino.

Non voglio dire che il successo e la felicità si possono trovare solo nel tipo di devozione totale e di abnegazione dimostrato da Madre Teresa, ma questo dimostra come il successo e la felicità possono arrivare in molti modi diversi.

L'altro giorno mi sono imbattuto in questa citazione del missionario scozzese Oswald Chambers (1874–1917): «La chiamata che Dio ti rivolge è di essere il suo amico fedele, di realizzare gli scopi e gli obiettivi che ha per la tua vita». Una vita che realizza gli obiettivi e gli scopi divini — qualunque essi siano — sembra una vita coronata di successi; una persona che ha un rapporto d'amicizia con Dio sembra di certo una persona felice.

In breve, quello è il tipo di successo che auguro ad Audrey — e anche a me stesso, se è per quello.

Il direttore editoriale

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

contatto@activated.org
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

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)

© 2014 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 la Nuova Riveduta (NR), la CEI (CEI), la Diodati (D) e la Traduzione In Lingua Corrente (TILC).



L'EQUILIBRISMO DELLA VITA

DINA ELLENS

«IL MIO LAVORO VA BENE», mi ha detto recentemente un'amica, «ma le allergie mi danno un sacco di problemi. Sembra che peggiorino ogni volta che sono stressata. Mi chiedo se le cose siano correlate».

Essere occupati è una cosa che capita a tutti, ma Gesù ci dice: «Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo. Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mansueto e umile di cuore; e voi troverete riposo alle vostre anime».¹

La parola «giogo» non vuol dire molto per noi moderni abitanti delle città, ma qui in Asia spesso si vedono uomini e donne che portano grandi carichi al mercato. Riescono a farlo portando sulle spalle una struttura di legno alle cui estremità sono appesi dei cesti. Il

segreto sta nel mantenere un equilibrio perfetto. Hanno sviluppato un passo ritmico che impedisce ai cesti di dondolare troppo da una parte o dall'altra.

Anche se Gesù sapeva che il suo tempo sulla terra sarebbe stato breve, non si agitò e non cercò di stipare il più possibile in ogni giornata. Al contrario, riuscì a portare il suo grande carico mantenendo il giusto equilibrio, riposando quando era stanco² e incoraggiando i suoi discepoli a fare lo stesso.³ Trovò anche il tempo di allontanarsi per conto suo, pregare e ascoltare la voce di suo Padre.⁴

Anche noi possiamo portare dei grossi carichi, se troviamo il ritmo giusto e manteniamo l'equilibrio tra le nostre responsabilità e il tempo necessario a riposare e ricaricarci.

DINA ELLENS VIVE IN GIAVA OCCIDENTALE, DOVE È ATTIVA NEL VOLONTARIATO. ■

Gettate su Dio ogni vostra preoccupazione, perché Egli ha cura di voi.
—Pietro 5,7

C'è un momento per tutto: un momento per rilassarsi e uno per darsi da fare, un momento per divertirsi e uno per lavorare, un momento per ricevere e uno per dare, un momento per cominciare e uno per portare a termine.
—Jonathan L. Huie (n. 1944)

Non è il peso che spezza la schiena, ma il modo in cui lo si porta.
—Robert Whitfield

La maggior parte del lavoro nel mondo non è fatto da geni, ma da gente comune con una vita equilibrata, che ha imparato a lavorare in maniera fuori dal comune.
—Gordon Hinckley (1910–2008)

La felicità non è questione d'intensità, ma di equilibrio, ordine, ritmo e armonia.
—Thomas Merton (1915–1968)

1. Matteo 11,28–29 NR
2. Vedi Matteo 8,24.
3. Vedi Marco 6,31.
4. Vedi Marco 1,35.



PETER AMSTERDAM, ADATTATO

STRATEGIE PER I

TI TROVI DI FRONTE A UN GROSSO PROGETTO O UN LAVORO DIFFICILE?

Probabilmente hai qualche idea di cosa fare, ma hai bisogno di una strategia, di un piano con passi precisi da seguire per raggiungere quell'obiettivo.

Fare progetti è un investimento. Progettare bene e in modo avveduto richiede tempo, impegno, pazienza, ricerca e consiglio. Per quelli di noi, poi, che vi aggiungono una dimensione spirituale, ci vuole anche del tempo passato in preghiera. Un piano ben sviluppato, però, si ripaga abbondantemente da solo.

Si può formare una strategia in molti modi, ma ecco alcuni principi ben collaudati:

1 STABILISCI OBIETTIVI A LUNGO TERMINE.

Cosa speri di ottenere esattamente? Stabilisci obiettivi in termini concreti e precisi. Per avere maggiori possibilità di successo,

1. Proverbi 3,5-6. Vedi Proverbi 16,9.
2. Matteo 7,7. Vedi 1 Giovanni 5,14-15.

concentrati su un paio di obiettivi principali. Potrai abbracciarne altri o modificarli in seguito, se le risorse lo consentiranno.

2 FISSA OBIETTIVI A BREVE TERMINE.

Per raggiungere quelli a lungo termine avrai bisogno di passi intermedi. Dovrebbero essere obiettivi minori che ti consentiranno di arrivare alla destinazione finale. Dovrebbero essere specifici, particolareggiati e misurabili. Se non è possibile segnare il completamento di un obiettivo, se esso non è quantificabile, allora non è sufficientemente specifico.

Raggiungere grandi obiettivi richiede tempo. Avere diversi obiettivi minori mantiene alto il tuo livello d'entusiasmo, perché i progressi saranno più tangibili. Ogni volta che raggiungi uno degli obiettivi minori, sei più vicino all'obiettivo a lungo termine.

3 IDENTIFICA QUALSIASI OSTACOLO.

Una volta stabiliti i tuoi obiettivi a breve e a lungo termine,

dai un'occhiata agli ostacoli che potrebbero impedire i risultati che desideri. Se sei consapevole dei possibili problemi, puoi affrontarli preventivamente cercando possibili soluzioni.

4 FORMULA UN PIANO STRATEGICO.

Avendo deciso i tuoi obiettivi a breve e a lungo termine, hai bisogno di un piano con compiti specifici che ti aiutino a raggiungere ognuno degli obiettivi a breve termine. Il piano deve essere realistico; un piano fantastico può fare grande impressione, ma, se è troppo complicato o difficile da implementare, non riuscirà a decollare.

Se devi lavorare con altri, assegna a ciascuno dei compiti specifici. Stabilisci chi sarà responsabile dei vari passi ed entro quanto dovrà completarli. La responsabilità individuale è essenziale per il successo.

5 CHIEDI A DIO DI GUIDARTI.

Una volta fatti i passi precedenti, chiedi a Dio di confermare



L SUCCESSO

che sei nella direzione giusta, che hai scelto le priorità giuste, che non hai trascurato niente di essenziale e che i tuoi obiettivi a lungo e a breve termine sono realistici. «Confida nell'Eterno con tutto il tuo cuore e non appoggiarti sul tuo intendimento; riconosco in tutte le tue vie ed Egli raddrizzerà i tuoi sentieri».¹

6 DOCUMENTA IL PIANO.

Avere un piano scritto serve a non dimenticare o trascurare le cose. Una buona documentazione è essenziale per portare avanti le cose, controllare le responsabilità e valutare i progressi. Molti trovano utile avere un'agenda specifica per il progetto.

7 METTILO IN PRATICA!

L'insidia più comune è lasciare le cose a metà. Alcuni investono energie nella creazione di un ottimo piano e hanno le migliori intenzioni al mondo di implementarlo; ma ci sono imprevisti, la vita è indaffarata e non lo mettono in pratica.

8 PREGA.

Chiedi a Dio di aiutarti a concludere il progetto. «Chiedete e vi sarà dato».²

9 CONTROLLA IL TUO PROGRESSO.

Metti in atto qualche sistema per monitorare il progresso a intervalli regolari. Assicurati che i vari compiti vengano svolti e che si faccia progresso nel raggiungimento degli obiettivi a breve termine. Se non ti fermi regolarmente a "controllare la cartina" per vedere a che punto sei, sarà più difficile rimanere sulla strada del successo.

10 ASPETTATI L'INASPETTATO.

Sii flessibile. Raramente le cose avvengono come immaginiamo. Mentre tieni d'occhio il tuo progresso, sii pronto all'arrivo di fattori nuovi e regolati di conseguenza. Se qualcosa ti rende impossibile portare a termine un compito, cerca delle alternative. Se una cosa non funziona, cambiala. Segui il piano in linea generale, ma rimani aperto ai cambiamenti.

11 FALLO IN MODO SEMPLICE.

Spesso, all'inizio, un progetto sembra abbastanza semplice, però man mano che prosegui s'ingrandisce, o perché continui ad aggiungere idee nuove, o perché le cose sono più complicate di quanto pensavi, e spesso per entrambi i motivi. Renditi conto di quando il piano comincia a essere troppo pesante e stabilisci cosa sia necessario e cosa no. Sii disposto a tagliare i fronzoli e a eliminare gli aspetti troppo costosi in termini di risorse.

12 CELEBRA I TUOI SUCCESSI.

Non aspettare fino al raggiungimento degli obiettivi a lungo termine. Celebrare il completamento degli obiettivi a breve termine genera soddisfazione ed esultanza.

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

III Nilo rosso

ELSA SICHROVSKY

AVEVO NOVE ANNI e per il mio compleanno ricevetti in regalo un libro che insegnava a dipingere ad acquerello. Mi entusiasmai e cominciai subito a sfogliarlo, solo per restare delusa: tutta la prima parte consisteva in esercizi e descrizioni sull'uso dei pennelli e su come mischiare i colori. Che noia! Sospirando, passai alla sezione successiva: consigli sui vari tipi di pennelli e di carta da usare. Non ho bisogno di tutta 'sta roba. Dov'è la parte divertente?

Passai a metà del libro, dove un disegno di fragole colse la mia attenzione. Il prodotto finale sembrava promettente e le istruzioni passo per passo sembravano facili da seguire. Questa sì che era azione! Intinsi il pennello nell'acqua e cominciai.

La base di giallo limone per la lumeggiatura delle mie fragole andò abbastanza bene, ma quando cercai di aggiungere l'arancione per le tonalità intermedie, mi

accorsi che il mio impasto aveva troppa acqua e troppo poco colore. Non avevo mai mescolato i colori e non avevo idea di come farlo correttamente.

La carta che stavo usando, sottile e di bassa qualità, rifiutò di assorbire il rosso per le tonalità più scure e cominciò a impregnarsi e poi a dissolversi, infradiciata dagli abbondanti strati di colore annacquato che non avevo lasciato asciugare. I miei bei colori avevano l'aspetto del fiume Nilo colpito dalla prima piaga!¹

Nel tentativo disperato di salvare i miei sforzi, cercai di dipingere il picciolo e le foglioline delle fragole, ma il mio pennello era troppo grande e aggiunse solo strisce di verde alla zuppa, trasformandola in una grottesca pozza marrone. Dopo aver ripulito il mio disastro, decisi che non avrei mai più preso in mano un pennello.

La mattina dopo, comunque, il mio sconvolgimento aveva fatto posto a una nuova risoluzione:

avrei speso un po' della mia preziosa paghetta per comprare il materiale necessario e avrei dedicato del tempo a studiare e fare pratica. Alla fine ebbi il piacere di dipingere quei paesaggi e quelle nature morte — sì, anche le fragole — e mi resi conto che tutte quelle «cose noiose» avevano posto le basi per il buon esito successivo.

Spesso non vedo l'ora di raggiungere i miei obiettivi in modo rapido e facile; mi sgomento e mi scoraggio di fronte a ostacoli, contrattempi e difficoltà. Non ho scoperto nessuna pillola magica per il successo, ma la lezione del «Nilo rosso» mi ricorda di darci dentro e perseverare anche nei momenti tediosi, spiacevoli o difficili. È l'unico modo di mettere delle fragole su una tela.

ELSA SICHROVSKY STUDIA ALLE SUPERIORI E INSIEME ALLA SUA FAMIGLIA SVOLGE ATTIVITÀ MISSIONARIE IN TAIWAN. ■

1. Vedi Esodo 7,14–25.



PASSO PER PASSO

SPUNTI PER LA RIFLESSIONE

I passi dell'uomo sono guidati dall'Eterno, quando egli gradisce le sue vie. —*Salmi 37,23*

Avere fede vuol dire mettere il piede sul primo gradino quando non si vede tutta la scala. —*Martin Luther King Jr. (1929-1968)*

Il viaggio di mille miglia comincia con un passo. —*Lao Tzu (ca. 604-531 a.C.)*

Non abbiate paura di fare un passo lungo, quando è necessario. Non si può superare un baratro con due piccoli salti. —*David Lloyd George (1863-1945)*

Il primo passo per il successo è il rifiutarsi di restare prigionieri dell'ambiente in cui ci si trova. —*Mark Caine*

Molti grandi uomini e donne hanno raggiunto il successo solo un passo dopo il loro insuccesso più grande. —*Napoleon Hill (1883-1970)*

Lavorare duro, restando concentrati, è la vera chiave per il successo. Tenete gli occhi puntati sull'obiettivo e continuate a fare un passo dopo l'altro finché non l'avrete raggiunto. —*John Carmack (n. 1970)*

I vincitori hanno la capacità di fare un passo indietro dalla tela della loro vita, come pittori che studiano la prospettiva. Fanno della loro vita un'opera d'arte, un capolavoro personale. —*Denis Waitley (n. 1933)*

Non abbassate mai gli occhi per saggiare il terreno prima di fare il passo successivo: solo chi tiene gli occhi puntati sull'orizzonte lontano riesce a trovare la strada giusta. —*Dag Hammarskjöld (1905-1961)*

Possiamo raggiungere i nostri obiettivi solo per mezzo di un piano in cui dobbiamo credere fermamente e che dobbiamo mettere in atto vigorosamente. Non c'è altra strada per il successo. —*Pablo Picasso (1881-1973)*

La visione deve essere seguita dal rischio. Non basta osservare gli scalini; dobbiamo salire le scale. —*Vance Havner (1901-1986)*

La vita è composta da una serie di passi. Tutto è fatto gradualmente. Ogni tanto bisogna fare un passo da gigante, ma per lo più facciamo passettini apparentemente insignificanti sulla scalinata della vita. —*Ralph Ransom (1874-1908)*

Il primo passo per arrivare da qualsiasi parte è decidere di non restare dove si è. —*Chauncey Depew (1834-1928)*

Possa tu avere abbastanza felicità da mantenerti dolce, abbastanza prove da mantenerti forte e sofferenze da mantenerti umano; abbastanza speranza da mantenerti felice, insuccessi da mantenerti umile, successo da mantenerti impaziente, amici da cui trarre conforto; ricchezza per soddisfare i bisogni, entusiasmo per guardare avanti, fede per scacciare la depressione; e determinazione sufficiente a rendere ogni giorno migliore del precedente. —*Anonimo* ■

FANGO E PALAZZI



MARIA FONTAINE, ADATTATO

PER QUANTO LO VOGLIAMO, la vita non è sempre meravigliosa come vorremmo e a volte ci troviamo a dover sfidare un tumulto di esperienze che sono più difficili da sopportare. A volte, quando la nostra pazienza e la nostra fede sono messe alla prova, quando tutti i nostri tentativi di fare le cose giuste finiscono per restare incrostatati dal fango dei problemi e delle difficoltà, potrebbe sembrare impossibile trovare soddisfazione in quello che stiamo facendo.

In queste condizioni è facile sentire che vivere una giornata è come attraversare un pantano. Ma

possiamo trarre incoraggiamento e incentivo dal fatto che non siamo soli. La potenza e l'amore di Dio devono mostrarsi nei momenti peggiori come in quelli migliori. Devono funzionare in mezzo al fango, non solo nei palazzi.

Pensate all'apostolo Paolo. Ecco un uomo che molti cristiani vedono come esempio di una fede incrollabile di fronte a continue persecuzioni e difficoltà. Comunque, anche se solitamente rimaneva positivo in mezzo alle vicissitudini, deve aver avuto la sua parte di momenti di "fango".

A Damasco, immediatamente dopo il suo incontro con Gesù e la sua successiva conversione, Paolo si era buttato nella vita di discepolo di Gesù. Vi si era dedicato completamente, solo per scoprire che il suo cambiamento aveva fatto infuriare i suoi precedenti colleghi giudei, al punto che avevano assoldato dei sicari per assassinarlo prima che potesse lasciare la città. Nemmeno quelli

che ora considerava suoi fratelli in Cristo si fidavano di lui. Il modo in cui aveva perseguitato i cristiani in precedenza faceva venire loro molti dubbi sulla sincerità della sua conversione.

Abbandonato e spedito a Tarso, sua città natale,¹ deve essere stato difficile per Paolo non sentirsi in qualche modo un fallito. Ma non si arrese, finché il Signore gli mandò Barnaba con la visione di diffondere il Vangelo in Asia Minore e successivamente in tutto l'impero romano.²

È vero che molti grandi uomini di fede ebbero i loro momenti di successo, come Giuseppe con il faraone, o Elia quando invocò il fuoco dal cielo, o Daniele nella fossa dei leoni, ma la maggior parte del tempo erano giù in mezzo al fango con tutti gli altri, perché era lì che la loro fede poteva manifestarsi chiaramente e rinforzarsi.

Un momento Giuseppe era in cima al mondo;³ poco dopo veniva venduto come schiavo in un

1. Vedi Atti 9,22-31.
2. Vedi Atti 11,25-26; 13,1-3.
3. Vedi Genesi 37,9-11.
4. Vedi Genesi 37,28.
5. Vedi Genesi 39.
6. Vedi Genesi 40-41.
7. Vedi Esodo 2,10-15.
8. Vedi Atti 7,29-30.
9. Matteo 8,20
10. Salmi 139,7-12



paese straniero.⁴ Poi fece carriera fino a curare gli affari di uno dei personaggi più influenti in Egitto; ma durò poco, perché si trovò vittima della moglie vendicativa di quell'uomo, che lo fece rinchiudere in prigione per aver difeso le proprie convinzioni.⁵

Dovette sentirsi completamente a terra; ma utilizzò il poco che aveva per andare avanti, fino a interpretare i sogni di poveri disgraziati come lui, là nel “fango” della prigione. Passarono due anni prima che fosse rilasciato e catapultato nella posizione che Dio gli aveva preparato, come secondo in comando su tutto l'Egitto.⁶

Che dire poi di Mosè? Dio aveva permesso che fosse allevato alla corte del faraone, ma il giovane Mosè, forte e fiero com'era, non era ancora pronto a diventare lo strumento che Dio avrebbe usato per liberare il suo popolo.⁷ Dio dovette metterlo giù nel fango di Madian, a faticare per quarant'anni di esilio nel deserto finché fu

pronto per i piani che Dio avrebbe realizzato attraverso di lui.⁸

E Gesù? Ha certamente avuto i suoi momenti nel “fango”! Disse perfino: “Le volpi hanno delle tane, e gli uccelli del cielo dei nidi, ma il Figlio dell'uomo non ha neppure dove posare il capo”.⁹

Se vi è mai capitato di pensare che le cose per voi erano andate così storte che Dio non avrebbe più potuto venire in vostro soccorso, ricordate semplicemente ciò che disse il re Davide. Aveva fatto cose orribili, tuttavia sapeva che l'amore divino non l'aveva mai abbandonato, anzi, lo aveva accompagnato in ogni situazione.

“Dove potrei andare lontano dal tuo Spirito, o dove potrei fuggire lontano dalla tua presenza? Se salgo in cielo, Tu sei là; se stendo il mio letto nello Sceol, ecco, Tu sei anche là. Se prendo le ali dell'alba e vado a dimorare all'estremità del mare, anche là la tua mano mi guiderà e la tua destra mi afferrerà. Se dico: ‘Certo le tenebre mi

nasconderanno’, persino la notte diventerà luce intorno a me; le tenebre stesse non possono nasconderti nulla, anzi la notte risplende come il giorno; le tenebre e la luce sono uguali per te”.¹⁰

Gesù opera nella vita di ognuno di noi in maniera personale, perché non esistono due persone o due vite esattamente uguali. Gli esempi che Dio ci dà di persone che riteneva grandi hanno tutti una cosa in comune: erano determinate a mantenersi fedeli anche nei momenti in cui non riuscivano a capire il piano divino per la loro vita. Qualsiasi cosa il presente e il futuro abbiano in serbo per voi, ricordate che Dio ha promesso che sarà sempre al vostro fianco, che siate in un palazzo o in mezzo al fango.

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



LA VIA DELLA PERSEVERANZA

Tutte le prestazioni artistiche dell'uomo che noi osserviamo con meraviglia e ammirazione, sono esempi della forza irresistibile della perseveranza: grazie a essa la cava di pietre diventa una piramide e terre lontane sono unite da canali. Se si dovesse confrontare l'effetto di un singolo colpo di piccone, o del buco lasciato da un badile, con il progetto generale e il suo risultato finale, si sarebbe sopraffatti dal senso della loro sproporzione; tuttavia quelle operazioni insignificanti, continuate incessantemente, con il tempo superano le difficoltà più grandi; le montagne vengono spianate e gli oceani collegati dalla esile forza degli esseri umani.

—Samuel Johnson (1709–1784)

Se desideri successo nella vita, prendi la perseveranza come tua migliore amica, l'esperienza come tua consigliera più saggia, la cautela come sorella maggiore e la speranza come angelo custode.

—Joseph Addison (1672–1719)

Se pure il giorno non soddisferà ogni tua speranza, abbi pazienza; forse il sole di domani vedrà giorni più felici in sua presenza.

—Anonimo

Guardate come l'agricoltore aspetta il prezioso frutto della terra con pazienza, finché abbia ricevuto la pioggia della prima e dell'ultima stagione.

—Giacomo 5,7

Con il suo grande libro illustrato della natura, Dio vi sta insegnando ad aspettare, a deporre il seme e ad attendere la maturazione lenta della messe sotto la pazienza del cielo. No vi dà cose perfette e pienamente formate in un solo momento. Depone il seme di cose che cresceranno e matureranno gradualmente, per dare frutto. Offre prima germogli, poi boccioli aperti, poi frutti completi.

—Hugh Macmillan (ca.1850), adattato

Signore, quando ci chiami a vivere e lavorare per te, dacci la saggezza di ricordare che non è l'inizio di un'impresa, ma la sua fedele continuazione, che ha importanza ai tuoi occhi; finché l'avremo completata come meglio sapremo fare, mediante Gesù Cristo, nostro Signore, che per noi depose la sua vita per completare la tua opera.

—Anonimo ■

L'ORNITORINCO PULITO

CHALSEY DOOLEY

ALCUNI GIORNI SEMBRANO

MAGICI: le cose vanno bene, metto in pratica idee nuove, vedo i risultati pratici delle ore dedicate ai miei vari compiti. Poi ci sono momenti in cui arrivo alla fine della giornata e mi sembra di non aver realizzato niente d'importante. Certo, ho nutrito e vestito i bambini; hanno svolto le loro attività scolastiche, hanno giocato nel parco... ma desidero qualcosa di più. Voglio poter depennare altre cose dalla mia lista di progetti. Voglio poter dire di aver fatto progressi enormi. Invece, mi sento come se la mia vita fosse rimasta indietro in molti campi.

Alcuni mesi fa, alla fine di una lunga giornata, stavo cercando di allontanare il peso dello scoraggiamento per tutte le cose di cui dovevo prendermi cura, con problemi che si ammucciano più in fretta di quanto potessi risolverli. Poi entrai nella stanza e scoprii che mio figlio Patrick, di due anni, aveva preso il suo soffice ornitorinco di peluche, aveva riempito il lavandino, gli aveva dato una bella lavata e adesso lo stava cospargendo del bicarbonato che uso per pulire.



Non avevo proprio bisogno di fare altre pulizie, ma era una cosa carina, così risi tra me, pensando: *Anche se non riuscirò a fare nient'altro, per lo meno l'ornitorinco è pulito!*

Più tardi, mentre guardavo i bambini felicemente sistemati nei lettini in attesa della storia della buonanotte, decisi di cambiare i miei criteri di valutazione per «risultati» e «una buona giornata».

Adesso mi sono fatto una lista nuova e vedo quanti punti riesco a depennare.

- ✓ Ho aiutato i bambini a sorridere, oggi?
- ✓ Sono stata paziente quando le cose non sono andate bene?
- ✓ Ho mostrato a ognuno dei miei figli che gli voglio bene?
- ✓ Sono stata disponibile ad

aiutare, ascoltare e incoraggiare, anche a costo di «non riuscire a fare qualcosa?»

- ✓ Ho pregato per qualcuno?
- ✓ Ho riso e scelto di prendere le cose allegramente quando mi sembrava di essere arrivata al limite?

Domani è un altro giorno. Alla fine le liste in agenda saranno sistemate. Vai avanti. Respira. Sorridi. Vai avanti. Respira. Sorridi. Alla fine arriveremo «là», dovunque quel «là» si trovi.

CHALSEY DOOLEY SCRIVE MATERIALE PER BAMBINI E INSEGNANTI; SI OCCUPA DELL'EDUCAZIONE IN CASA DEI SUOI FIGLI; VIVE IN AUSTRALIA. VEDI WWW.NURTURE-INSPIRE-TEACH.COM. ■



SUKANYA KUMAR-SINHA

FARE BUONA IMPRESSIONE

VI SIETE MAI CHIESTI, come è capitato a me, che tipo di impressione fate sulla gente? O, ciò che più conta, se avete un'influenza duratura sulla vita della gente?

Vivendo in un'India multireligiosa, in cui i Cristiani sono solo il 2% della popolazione, sono costantemente consapevole del fatto che probabilmente la gente giudica il mio Dio da come vivo. So che il modo in cui mi comporto ha un grande ruolo nell'aiutare gli altri a formarsi un'opinione positiva dei Cristiani in genere e perfino di Gesù stesso.

Mia zia una volta offrì un bicchiere d'acqua a una coppia di anziani in attesa del carro attrezzi sulla strada davanti a casa sua, dove la loro auto era rimasta bloccata. Il marito accettò l'acqua con gratitudine e disse: «Lei deve esser cristiana».

L'altro giorno, mentre tornavo a casa dal lavoro, mi sono arrabbiata con un motociclista che aveva

sforato la mia auto. Poi improvvisamente mi sono resa conto che mentre guardava la mia faccia arrabbiata mentre lo riprendevo, doveva aver visto anche la croce che pendeva dallo specchietto retrovisore. Avrà passato il resto della giornata a ripensare alla donna cristiana che aveva incontrato? Di certo non positivamente; e mi sono vergognata subito del mio cattivo esempio.

Come potete vedere, ho ancora spazio per migliorare e per questo sono stata incoraggiata da un gioco che la mia famiglia ha fatto recentemente. Abbiamo preparato dei bigliettini con i nomi di ognuno, poi tutti hanno scritto parole d'incoraggiamento sui biglietti degli altri. Li abbiamo mischiati tutti, così che nessuno sapesse chi aveva detto cosa.

Quando è arrivato il mio momento di leggere quello che gli altri avevano scritto di me, sono rimasta sorpresa che nessuno avesse

fatto commenti su quelli che ritenevo i miei talenti e le mie capacità più visibili; invece, i bigliettini contenevano punti come:

«Hai una grande fede nella preghiera».

«Mi piacciono i buoni rapporti che hai con Dio».

«Metti Gesù al primo posto in tutto ciò che fai».

In seguito mi sono resa conto del gran valore di questi complimenti, venuti da persone che mi conoscono bene. Sono piccoli esempi della vita quotidiana, ma alla fine gli atteggiamenti e i gesti di tutti i giorni sono quelli che spesso lasciano l'impressione più grande e serviranno a farci ricordare.

SUKANYA KUMAR-SINHA È UNA LETTRICE DI CONTATTO IN INDIA. VIVE A GURGAON E LAVORA COME DIRETTRICE DI PROGETTI IN UNA MISSIONE DIPLOMATICA A NUOVA DELHI. ■

SECRETI PER AVERE SUCCESSO CON LE PERSONE

CHRIS HUNT

LA BIBBIA RACCHIUDE UN TESORO DI CONSIGLI SPIRITUALI E PRATICI. Fra i

suoi temi ricorrenti ci sono esempi di solidi rapporti umani. In effetti, Martin Lutero commentò che la vita cristiana consiste tutta dei rapporti con gli altri.¹

Così che cosa possiamo imparare dalla Bibbia riguardo al successo con le persone?

TRATTATE GLI ALTRI CON CORTESIA, COME VORRESTE ESSERE TRATTATI VOI.

Fate agli altri ciò che volete che gli altri facciano a voi. In breve, questo è l'insegnamento delle leggi di Mosè. —*Matteo 7,12*²

Non dobbiamo cercare il nostro piacere, ma quello degli altri, in modo di fare il loro bene. —*Romani 15,1-2*

1. "La libertà del Cristiano", Lutero *Opere scelte n.13 n.102*, Editrice Claudiana (Torino, 2012).
2. Tutti i versetti sono tratti da BdG.

Siate indulgenti, mostrando a tutti la massima comprensione.

—*Tito 3,2*

CERCATE IL LATO BUONO.

Indirizzate i vostri pensieri su tutto ciò che è vero, nobile, giusto, puro, amabile, onorato, quello che è virtù e merita lode. —*Filippesi 4,8*

SIATE ADATTABILI.

Cerchiamo, quindi, di darci da fare per ciò che contribuisce alla pace e ci fortifica insieme nella fede.

—*Romani 14,19*

Anche se sono libero e non appartengo a nessuno, sono diventato di mia spontanea volontà, e con gioia, il servo di tutti, per portare a Cristo il maggior numero possibile di persone. Quando sono tra gli Ebrei, vivo come loro, per conquistarli. Anche con i pagani sono accondiscendente al massimo; proprio così, cerco di adattarmi ad ogni tipo di persona, purché possa parlargli di Cristo, e Cristo lo salvi. —*1 Corinzi 9,19-22*

PERDONATE SEMPRE.

Poi Pietro s'avvicinò a Gesù e gli domandò: «Signore, quante volte devo perdonare un fratello che mi ha fatto un torto? Fino a sette volte?» «No», rispose Gesù. «Non solo fino a sette volte, ma fino a settanta volte sette!»

—*Matteo 18,21-22*

SIATE D'AUTO.

Aiutatevi nelle difficoltà e nei problemi. —*Galati 6,2*

[Sono] contento, e vi comunico la mia gioia. —*Filippesi 2,17*

Dal momento in cui abbiamo avuto queste notizie continuiamo a pregare e a chiedere a Dio di aiutarvi a conoscere la sua volontà; e di rendervi saggi e istruiti per quanto riguarda le cose spirituali. —*Colossesi 1,9*

CHRIS HUNT VIVE IN GRAN BRETAGNA ED È UN LETTORE DI CONTATTO DALLA SUA PRIMA PUBBLICAZIONE NEL 1999. ■



COME SUPERARE LO STRESS

ROSANE PEREIRA

SONO SEMPRE STATA UNA PERSONA MOLTO ATTIVA.

Fin da ragazza la gente mi diceva che avrebbero dovuto chiamarmi «Dinamo».

Dopo la morte di mio marito ho cominciato a sentire lo stress. Mi sono sentita angosciata anche per gli ostacoli più piccoli; sapevo che dovevo sviluppare strategie per sopportare e minimizzare lo stress nella mia vita.

Il primo passo, il più difficile, è stato rallentare e adattare il lavoro alle mie capacità. Volevo andare avanti alla velocità a cui ero abituata. Soltanto quando ho perso la memoria di un giorno intero, dopo una settimana molto stressante, ho finalmente pensato con serietà a limitare il lavoro che mi accolgo e le ore che gli dedico.

Il secondo è che adesso ogni giorno, subito dopo le mie

devozioni mattutine, scrivo un elenco delle cose da fare. Dopo la colazione comincio ad affrontare i punti uno per uno. Quello che non riesco a finire entro la fine della giornata, passa a quella successiva. Questo mi ha liberato dall'ansia di sapere cosa fare dopo, o se per caso non mi sto dimenticando qualcosa.

Terzo, mi dedico di più alla mia vita spirituale, come leggere o ascoltare ogni giorno la Bibbia e altro materiale ispirante, e ascoltare canzoni ispiranti mentre pulisco, cucino o cucio. Mi sono anche impegnata a fare attività con altri cristiani nei fine settimana.

Quarto, cerco di distrarmi più spesso, andando alla spiaggia o a feste di compleanno e altre attività, che contribuiscono a liberarmi la mente dalle preoccupazioni e a rimettere le cose in prospettiva. Quando porto a spasso il cane alla fine della giornata, ringrazio Dio

per il tramonto e le montagne e tutte le mie benedizioni, invece di pensare al lavoro. Anche questo ha un effetto rilassante sulla mia anima.

I bambini conoscono il segreto; non hanno quasi mai problemi di stress e si godono ogni momento. Non si preoccupano del futuro perché sanno che i genitori si prenderanno cura di loro. Gesù disse che dobbiamo essere come bambini piccoli per entrare nel Regno di Dio.¹ Così, in aggiunta alle altre strategie, cerco di ricordarmi che mio Padre si prenderà cura di me, adesso e per sempre, e che desidera che io mi goda il dono più bello che mi ha fatto: la vita stessa.

ROSANE PEREIRA È UN'INSEGNANTE D'INGLESE E UNA SCRITTRICE; VIVE A RIO DE JANEIRO, IN BRASILE, E FA PARTE DELLA FAMIGLIA INTERNAZIONALE. ■

1. Vedi Matteo 18,3.



MOMENTI DI QUIETE

VAI DA LUI

ABI MAY

«Il mio diletto mi ha parlato e mi ha detto: “Alzati, amica mia, mia bella, e vieni!”»¹

Marta era una persona che aveva imparato una lezione sull'importanza di dare valore soprattutto alla pace e all'ispirazione donate da Gesù. Una volta, quando Gesù andò a far visita a lei e alla sua famiglia, i suoi doveri e le sue attività di padrona di casa la resero così affrettata e agitata che non gli dedicò tempo e attenzione.² Possiamo imparare tutti qualcosa da questo.

Signore, aiutami a venire da te, per godere della tua compagnia.

Datemi retta e venite a me!
Ascoltatevi e vivrete.
—*Isaia 55,3 TILC*

Avvicinatevi a Dio ed Egli si avvicinerà a voi. —*Giacomo 4,8*

1. Cantico dei cantici 2,10 TILC
2. Vedi Luca 10,38-42.

Come gli uccelli hanno un nido [...] e i cervi hanno boschetti e cespugli, [...] anche noi dovremmo scegliere ogni giorno un posto [...] come rifugio in cui ritirarci occasionalmente per ristorarci e rigenerarci.

—*San Francesco di Sales*

Signore, aiutami a fare spazio nelle mie giornate affaccendate per venire in silenzio alla tua presenza.

Benedetta quiete, santa quiete, certezza beata nella mia anima!
Gesù mi parla in mezzo a mari in burrasca, e i flutti smettono il loro rullio.

—*Manie Ferguson (1850-1932)*

Dio è un Essere tranquillo e dimora in una tranquilla eternità. Così il tuo spirito deve diventare un laghetto trasparente e tranquillo, sul quale può riflettersi la serena luce di Dio. —*Gerhard Tersteegen (1697-1769)*

Signore, aiutami a trovare non solo un luogo esteriormente tranquillo, ma anche la tranquillità interiore.


[Gesù] non venne soltanto a dare il pane; disse: «Io sono il pane». Non venne semplicemente per diffondere la luce; disse: «Io sono la luce». Non venne solo per indicare un pastore; disse: «Io sono il pastore». Non venne solo a indicare la via; disse: «Io sono la via, la verità e la vita». —*J. Sidlow Baxter (1903-1999)*

Chi crede nel Figlio ha vita eterna.
—*Giovanni 3,36*

Egli può salvare perfettamente quelli che per mezzo di Lui si avvicinano a Dio. —*Ebrei 7,25 NR*

Credo in Te, Gesù. Possa io conoscerti ogni giorno di più e prepararmi per una vita per sempre con Te.

ABI MAY È UNA SCRITTRICE
INDIPENDENTE E UNA
EDUCATRICE; VIVE IN GRAN
BRETAGNA. ■

A close-up, high-angle photograph of a bicycle tire and its spokes. The tire is black with a prominent tread pattern of large, rectangular lugs. The spokes are silver and radiate from the center. A black rubber cap is visible on one of the spokes. The background is a plain, light color.

DA GESÙ CON AMORE

LE RUOTE DEL PROGRESSO

Nella vita vi sono dei cicli – dei momenti in cui tutto sembra andare bene e momenti in cui le cose sembrano andare male. Voglio che impari ad aggrapparti a me in ogni fase.

Quando devi affrontare un nuovo ostacolo o problema, non lasciarti scoraggiare e non pensare che tu ed Io insieme non riusciremo a superarlo. Quando li affronti, i problemi ti fanno mettere in pratica la tua fede e ciò ti porta alla fase successiva del ciclo: invochi il mio aiuto e combatti, vinci e fai progressi. È come una ruota che gira: quando la parte alta scende, la parte bassa sale e la ruota ti porta avanti.

Ogni volta che affronti una nuova prova, devi combattere di nuovo. Accetti la sfida, invochi il mio aiuto e ti trovi di nuovo a vincere e fare altri progressi. Più prove portano più vittorie; ma se non mi chiedi la soluzione, se non affronti la sfida e combatti fino alla vittoria, blocchi il ciclo. Rimani nel punto basso e non c'è movimento in avanti: non vai da nessuna parte.

Quindi, non vedere i punti bassi della vita come sconfitte, ma come opportunità di muoverti e fare progressi. Lo so che spesso è difficile passare per questi cicli, ma per andare avanti devi farlo, così non fermarti!