

CAMBIA LA TUA VITA. CAMBIA IL TUO MONDO.

CONTATTO

Anno 20 • Numero 7

COSA C'È NELLA TORTA

Sostanza, più che
stile

I pesi diventano ali

Superare i problemi

Programmazione positiva

Allena la mente al
successo



L'ANGOLO DEL DIRETTORE DUE BARCHE E UN ELICOTTERO

In una parabola molto nota, un paesino è colpito da una forte tempesta che causa un'alluvione. Mentre l'acqua sale, il prete locale s'inginocchia sotto il portico della chiesa, circondato dall'acqua. Dopo un po' uno dei suoi parrochiani arriva su una canoa.

«Salti su, padre. L'acqua sta salendo in fretta».

«Non c'è da preoccuparsi», dice il prete. «Dio mi salverà».

L'acqua continua a salire e il pastore si rifugia sulla balconata. Arriva una barca a motore.

«Salga a bordo, padre. È stata ordinata l'evacuazione».

Di nuovo, il prete è inamovibile. «Dio mi aiuterà».

Gli argini si rompono e l'acqua sale attorno alla chiesa, finché rimane fuori solo la punta del campanile. Il pastore è lì, aggrappato alla croce, quando dall'alto scende un elicottero.

«Padre, afferra la scaletta!» gli grida il pilota.

Ancora una volta il prete rifiuta, insistendo di avere piena fiducia in Dio.

L'elicottero se ne va e lui annega.

Alle porte del paradiso il prete incontra Dio. «Non capisco. Perché non mi hai salvato dall'alluvione?»

«Cosa vuoi dire?» gli risponde Dio. «Ti ho mandato due barche e un elicottero!»

A volte possiamo comportarci anche noi come quel prete. Quando passiamo dei momenti difficili, quando problemi e questioni si alzano intorno a noi, può sembrare che Dio ignori le nostre richieste d'aiuto, mentre forse siamo noi che ci concentriamo solo su come *pensiamo* che Dio dovrebbe aiutarci.

Ricordiamo che l'aiuto, le risposte e le soluzioni che desideriamo e che chiediamo potrebbero non arrivare sempre come ci aspettiamo. Come disse Martin Lutero: «Tutti quelli che invocano Dio dal cuore, con una fede sincera e fervente, saranno certamente ascoltati e riceveranno ciò che hanno chiesto e desiderato, anche se non nel momento o nella misura che richiedono, forse nemmeno quella cosa esatta. Tuttavia otterranno qualcosa di migliore e più bello di quello che hanno osato chiedere».

Progetto Aurora

Redazione di *Contatto*

e-mail: contatto@activated.org
www.progettoaurora.net/contatto

VERSIONI ELETTRONICHE DELLA
RIVISTA SONO DISPONIBILI ONLINE A
QUESTO INDIRIZZO, ANCHE IN ALTRE
LINGUE:

www.activated-europe.com/it/

DIRETTORE RESPONSABILE

Augusto Maffioli

DIRETTORE EDITORIALE

Ronan Keane

GRAFICA

Gentian Suçi

TRADUZIONI

Progetto Aurora

STAMPA

BMC - S. Martino B.A. (VR)

© 2022 Associazione Progetto Aurora

Tutti i diritti riservati.

Pubblicato da Associazione Progetto Aurora

Direzione e redazione: Via Vago 3 - 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), la Traduzione In Lingua Corrente (TILC), la Bibbia della Gioia (BDG) o La Parola è Vita (PEV). Copyright e diritti delle rispettive case editrici.

CURTIS PETER VAN GORDER



IO E L'ABALONE

L'ABALONE È UN MOLLUSCO CHE SI FISSA AGLI SCOGLI in acque costali. È un gastropodo, il che significa che il suo stomaco è anche il suo piede: cammina sullo stomaco. A parte la sua conchiglia, un abalone è praticamente tutto stomaco. Si attacca a uno scoglio, poi alza la conchiglia un paio di centimetri. Mentre la corrente fluisce accanto alla parte dello stomaco che rimane esposta tra il guscio e la roccia, l'abalone afferra e digerisce le minuscole particelle vegetali disperse nell'acqua.

La conchiglia dell'abalone non è solo la sua casa, ma anche la sua armatura. Quando si sente minacciato, il mollusco può fissarsi allo scoglio su cui vive con la forza di una morsa. Quel grosso stomaco può diventare una ventosa molto forte. In un attimo quella grossa conchiglia può aderire alla roccia con una forza tale che ci vuole un palanchino per rimuoverla. Così, quando si dice che una persona «si attacca come un abalone», vuol dire che si attacca davvero.

Forse è una cosa che s'impara col tempo. Le prime onde dei problemi di solito mi sbilanciano per un momento, perché vedo tutto ciò che mi sta intorno andare a gambe all'aria; le cose vorticano nell'acqua e il mio mondo è sottosopra. Poi però trovo una roccia e mi ci attacco, come se tutto dipendesse da quello. Momenti

simili una volta mi spaventavano, ma alla fine ho imparato che la vita è fatta così. Quando ho accettato che quello è l'ordine naturale delle cose, è diventato più facile muovermi.

Adesso, mentre le onde vanno e vengono, riesco a capire meglio; so cosa fare. Conosco le onde e lo scoglio, so di avere una ventosa che mi aiuta a restare attaccato; ho imparato che man mano che lo faccio, diventa più facile. Restare attaccato ha reso più forte la mia ventosa. Ho imparato anche a rilassarmi quando il mare è calmo, pur restando pronto ad aggrapparmi saldamente alla roccia da un momento all'altro. Non voglio più riprovare quella terribile sensazione di essere sbalottato in un mare di guai. Ho anche imparato a non allontanarmi mai troppo dalla roccia, perché è l'unica cosa su cui posso fare affidamento.

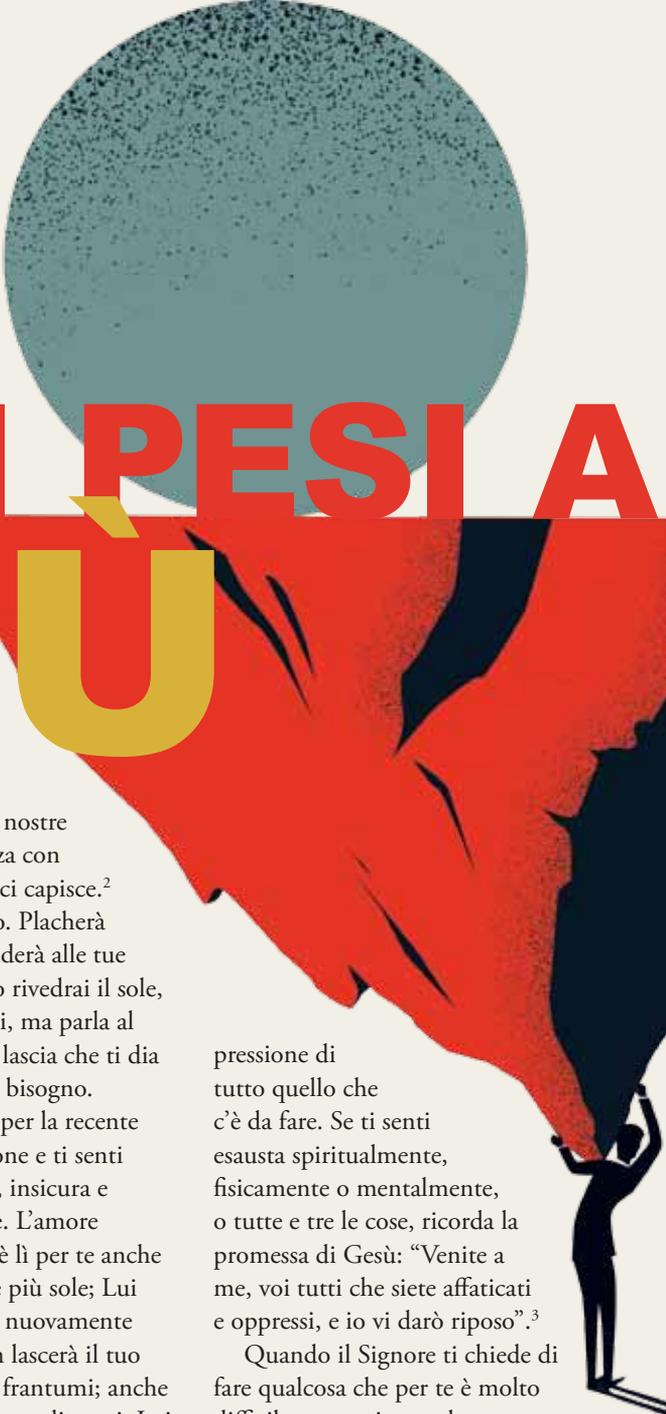
La mia roccia è Gesù. Lui e la sua Parola sono la mia forza e la mia salvezza in tempi d'avversità. Sono solo una creatura semplice e vulnerabile, ma so a chi rivolgermi e a chi aggrapparmi. Che ci crediate o no, sono arrivato perfino ad amare il mare in tempesta. Dopotutto, mi attacco come un abalone. Più le onde sono forti, più mi attacco alla mia Roccia.

CURTIS PETER VAN GORDER È UNO SCENEGGIATORE E UN MIMO; VIVE IN GERMANIA. ■

1. <http://elixirmime.com>

MARIA FONTAINE

PORTA I TUOI PESI A GESÙ



TUTTI PASSANO PER ESPERIENZE MOLTO DIFFICILI IN MOMENTI DIVERSI DELLA VITA. Forse stai proprio vivendo uno di questi momenti, ti senti stanca e ti chiedi a cosa servano tutte queste prove e quando finiranno.

Nonostante quello che succede nella tua vita, Dio vuole farti sapere che ti ama, che gli stai a cuore, che tutto è nelle sue mani. Anche se nessun altro capisce la sofferenza del tuo cuore, Lui lo sa. Forse ci vorrà del tempo perché la tua ferita guarisca, ma prima o poi succederà, perché Lui ha promesso che non ci abbandonerà, non ci lascerà orfani.¹ Vuole

consolarci in tutte le nostre esperienze. Simpatizza con le nostre infermità e ci capisce.² Allevierà il tuo carico. Placherà il tuo dolore. Risponderà alle tue preghiere. Ben presto rivedrai il sole, quindi non disperarti, ma parla al tuo miglior Amico e lascia che ti dia il conforto di cui hai bisogno.

Forse hai sofferto per la recente rottura di una relazione e ti senti disfatta, a pezzi, sola, insicura e impossibile da amare. L'amore inesauribile di Gesù è lì per te anche nelle notti più buie e più sole; Lui può aiutarti ad avere nuovamente fede nell'amore. Non lascerà il tuo cuore e la tua vita in frantumi; anche se è ridotta a un milione di pezzi, Lui è in grado di trovare ogni pezzo per renderti completa e trasformare la tua vita in qualcosa di bello.

Forse in questo momento ti senti sovraccarica o oberata di lavoro; ti sembra di non poter sopportare la

pressione di tutto quello che c'è da fare. Se ti senti esausta spiritualmente, fisicamente o mentalmente, o tutte e tre le cose, ricorda la promessa di Gesù: «Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo».³

Quando il Signore ti chiede di fare qualcosa che per te è molto difficile, potresti avere la tentazione di pensare: «È troppo difficile, Signore; non sono in grado di farlo», oppure: «Non ho i talenti e le capacità fisiche o mentali o emotive per farlo». Ma dobbiamo credere che se il Signore ci chiede di farlo, allora

1. Vedi Giovanni 14,18.

2. Vedi Ebrei 4,15.

3. Matteo 11,8 NR

4. Da *Comandamenti paradossali*, di Kent Keith.

5. Vedi Filippesi 4,19.

6. Vedi Efesini 3,16.

semplicemente non riesci a trovare un posto, un lavoro, una casa o una carriera adatta a te. Non disperare, perché Gesù ti sta preparando un posto – non solo in cielo, ma anche qui sulla terra, adesso. Ricorda anche che Dio non commette errori.

I grandi uomini e le grandi donne di Dio non cercavano qualcosa che li soddisfacesse, ma quello che potevano fare per gli altri. Erano visionari che credevano di poter fare la differenza nel mondo e decidevano di farla.

Molti di loro realizzarono i loro obiettivi perché non si arresero.

Recentemente ho letto qualcosa che mi sembra descriva bene il carattere di un visionario:

Le persone sono spesso irragionevoli, illogiche ed egocentriche; amale comunque.

Se fai il bene, la gente ti accuserà di avere dei motivi egoistici nascosti; fai il bene comunque.

Sei hai successo, incontrerai falsi amici e nemici veri; cerca il successo comunque.

Se sei onesto e aperto, la gente potrebbe ingannarti; sii onesto e aperto comunque.

Il bene che fai oggi sarà spesso dimenticato domani; fai del bene comunque.

Le persone più grandi, con le idee più grandi, possono essere bocciate da

persone molto piccole, con una mente molto piccola. Pensa in grande comunque.

La gente parteggia per gli svantaggiati, ma segue solo chi è in vantaggio. Lotta per gli svantaggiati comunque.

Quello che hai costruito in anni di lavoro potrebbe essere distrutto da un giorno all'altro; costruisci comunque.⁴

Fare la cosa giusta comunque, nonostante le opposizioni o il senso di scoraggiamento o inadeguatezza personae, è una caratteristica di grandi uomini e donne di fede. Quando cammini sulla strada di Dio, Lui non mancherà di prendersi cura di te. Puoi contare sulle sue promesse.

Il Signore ha promesso di supplire a tutti i tuoi bisogni secondo le sue ricchezze e con gloria;⁴ ha promesso di darti forza interiore per mezzo del suo Spirito.⁵ Sappiamo che non smetterà di prendersi cura di te, in nessuna circostanza. E un giorno sarai davvero grata di tutte le esperienze che ti avrà fatto avere in questa vita.

MARIA FONTAINE E SUO MARITO PETER AMSTERDAM SONO I DIRETTORI DEL MOVIMENTO CRISTIANO LFI. ADATTATO DALL'ARTICOLO ORIGINALE. ■

lo
ren-
derà
possibile.
Quindi devi
andare avanti
per fede e farlo,
semplicemente. Corri
quel rischio e vedrai
che Lui ti aiuterà.

Quando sembra impossibile fare tutto quello che hai in agenda, chiedi a Dio di darti forza e guidarti e lo farà. Se il carico diventa troppo pesante da portare, parlane a Gesù e chiedigli una soluzione. Può indicarti come procedere. Può indicarti quando fermarti un attimo a pregare o a leggere la sua Parola o prenderti una pausa dal lavoro per goderti la vita, la tua famiglia e i tuoi cari.

Forse sei finita in una situazione che sembrava temporanea, ma nella quale sembri bloccata da molto tempo, oppure



Ali AL POSTO DEI PESI

VIRGINIA BRANDT BERG

NELLA STORICA CAPPELLA DI WESLEY, A LONDRA, C'È UNA SPLENDIDA VETRATA su cui sono scritte le seguenti parole: «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».¹

Gli uomini hanno sempre desiderato avere ali – un modo per librarsi sopra la loro esistenza terrena e i loro problemi. Sembra che sia nella natura umana sentirsi limitati e scontenti del “qui”. Le cose devono senz'altro essere più facili, luminose, migliori e più libere “là”, appena oltre la prossima collina.

1. Salmi 139,9–10

2. Salmi 55,6

3. Salmi 3,5

4. Isaia 40,31

5. Salmi 27,14

C'è un altro versetto nel quale il Salmista fa eco a quel sentimento di «portami lontano da tutto»: «Oh, avessi io le ali come una colomba! Me ne volerei lontano per trovare riposo».² Tuttavia sapeva anche il segreto per trovare quel posto meraviglioso lontano da tutto, e ce lo svela: «L'Eterno mi sostiene».³

Dio sostenne Davide in tutte le sue difficoltà e le sue prove e trasformò quei pesi in ali. «Quelli che sperano nell'Eterno acquistano nuove forze, s'innalzano con ali come aquile, corrono senza stancarsi e camminano senza affaticarsi».⁴ Quando ci rivolgiamo alla Parola di Dio e aspettiamo in preghiera finché Lui tocca la nostra anima, ci innalziamo verso mondi di pace e riposo e siamo veramente «sostenuti dall'Eterno».

Questo vecchio mondo cerca di buttarci a terra, ma c'è una spinta

verso l'alto che ci avvicina al cuore di Dio. Se leggi la sua Parola, se ti confidi con Lui e aspetti che ti parli, troverai tutta la forza di cui hai bisogno. Molta gente, però, cerca di correre con le proprie forze, sperando di sormontare le difficoltà in quel modo; dà più importanza ai piedi che alle ali. Ma rileggi quel versetto: correre e camminare arriva dopo il rinnovamento. Che possibilità ha la tua anima, se non ti prendi mai quei momenti per collegarti a Dio e trarre forza da Lui? «Attendi l'Eterno; sii forte, ed Egli conforterà il tuo cuore».⁵

VIRGINIA BRANDT BERG (1886–1968) ERA UNA PREDICATRICE ED EVANGELIZZATRICE AMERICANA. ADATTATO DALL'ARTICOLO ORIGINALE. ■



DIO ELIMINA LA BUROCRAZIA

QUANDO LA NOSTRA FAMIGLIA SI È TRASFERITA IN UN PAESE NUOVO per il lavoro di mio marito, abbiamo sentito storie scoraggianti su come ottenere una patente di guida locale. Le mie nuove amiche mi hanno raccontato di avere passato ore in una scuola guida, di aver fatto l'esame scritto e poi un esame pratico nella lingua locale. Ho sentito di una persona che ha sostenuto l'esame tre volte e di un'altra che ha aspettato un anno per l'approvazione finale. Mi girava la testa. Con i figli a scuola e mio marito spesso assente, poter guidare era una vera necessità.

La mattina in cui sono andata con mio marito a preparare tutta la documentazione, l'ufficio era affollato e sembrava che la coda non si muovesse. Mio marito voleva andare in un altro ufficio, ma era già l'ora di punta, così abbiamo deciso di

aspettare fino al pomeriggio.

Abbiamo pranzato con degli amici, abbiamo preso nostra figlia da scuola, poi siamo andati a presentare la domanda per i documenti di residenza. Mentre ci andavamo, abbiamo deciso di restare positivi e confidare che tutto sarebbe andato bene.

Appena arrivati ci hanno ricevuto, ci hanno dato un numero e quasi immediatamente ci hanno chiamato allo sportello. L'intera faccenda è durata appena 15 minuti, così abbiamo deciso di passare dall'ufficio trasporti per richiedere la mia patente. Quando ci hanno chiamato allo sportello, ho potuto sentire il piccolo sussurro di Dio che mi diceva di restare calma perché tutto sarebbe andato bene. Ho compilato tutti i miei dati, poi mi hanno detto di pagare l'imposta dovuta e lasciare la patente all'impiegato.

Qualche minuto dopo mi hanno richiamato e mi hanno detto che i documenti erano stati accettati. «Congratulazioni!» mi ha detto l'impiegata, porgendomi la mia patente nuova. Ero tutta emozionata e grata a Gesù per essersi occupato di una cosa apparentemente piccola nel grande schema delle cose, ma molto importante per me.

Spesso è nelle piccole cose come questa che Dio rivela la sua presenza, la sua potenza e il suo amore. Dobbiamo ricordarci di chiedere a Dio d'insegnarci ad ascoltare la sua voce e seguire le sue indicazioni. Non possiamo fare tutto da soli; per questo Lui dice: «Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto».¹

ROSANNA DE ANGELIS È UNA
LETTICE DI *CONTATTO* NEGLI
EMIRATI ARABI. ■

1. Matteo 7,7



Le acque della Parola di Dio

WILLIAM B. McGRATH

NEL SALMO 27 LEGGIAMO CHE RE DAVIDE CONSIDERAVA SUA GIOIA PRINCIPALE, SUA PRIORITÀ NELLA VITA, IL POTER AMMIRARE LA BELLEZZA DEL SIGNORE NEL TABERNACOLO dove erano conservati gli artefatti simbolo dell'intervento di Dio a favore del suo popolo. Oggi possiamo andare in un luogo altrettanto bello e sorprendente; abbiamo la sua Parola nella sua pienezza, abbiamo lo Spirito Santo che abita in noi e parla personalmente al nostro cuore.

Ogni volta che leggiamo un passaggio biblico possiamo scoprire cose vecchie e nuove. Ecco un esempio di un racconto biblico su cui ho riflettuto:

La storia di Naaman, in 2 Re capitolo 5, parla di un famoso capitano dell'esercito siriano, che aveva successo, posizione e ricchezza e godeva di grande stima. Purtroppo era lebbroso e ciò lo isolava e gli faceva perdere tutto il lustro e l'importanza che aveva ottenuto con molta fatica.

Sua moglie aveva una giovane schiava ebrea, che le spiegò: «Se il mio signore potesse andare dal profeta che è in Samaria, certamente egli lo libererebbe dalla sua lebbra».¹

Naaman va dal re di Siria e gli spiega che vuole andare dal profeta in Samaria. Il re di Siria allora manda una lettera al re d'Israele, spiegandogli perché Naaman vuole fare quel viaggio.

Naaman parte per rintracciare Eliseo in Samaria, pronto a pagare un'ingente somma di denaro nella speranza di ottenere una meravigliosa guarigione. Si aspettava che il re d'Israele ordinasse a Eliseo di curarlo e che certamente il Dio d'Israele avrebbe accolto la sua richiesta, vedendo la grande somma e riconoscendo l'importanza di Naaman sulla scala sociale.

Quando però Naaman e il suo seguito arrivano a casa di Eliseo, invece del profeta esce a incontrarlo un suo servitore, che gli dice di andare a lavarsi sette volte nel fiume Giordano. Questo per Naaman è un insulto. Riparte pieno di rabbia, ma uno dei servi che lo avevano accompagnato nel viaggio gli suggerisce di provarci, tanto per scoprire se avrebbe funzionato. Naaman si calma, si ridimensiona, si reca al Giordano, si lava sette volte ed è miracolosamente guarito.

Nel suo libro *Counterfeit Gods* (Dei contraffatti), Timothy Keller ci dice che questa famosa storia biblica è colma di lezioni importanti per la nostra società contemporanea. Il successo personale, le grandi

realizzazioni, la posizione sociale ed economica sono viste come massime priorità dalla nostra cultura — tutte cose che Naaman aveva. Aveva ottenuto un grande successo; pensava di usare i suoi contatti speciali e la sua ricchezza per presentarsi a Eliseo e al Dio ebreo. Scopri invece che il Dio dell'universo «non è un'estensione della cultura, ma il suo trasformatore, non è controllabile ma è un Signore sovrano [...] e la salvezza che viene da Lui non può essere meritata ma solo ricevuta».²

Anche noi, come Naaman, potremmo avere il sottile desiderio che Dio organizzi un grande spettacolo per noi, quando gli chiediamo di esaudire le nostre preghiere più fervide. A volte sì, farà cose stupefacenti, ma non sempre. Come questa storia c'insegna, spesso ci chiederà di fare cose semplici, umili. Naaman fu invitato ad «andare a lavarsi» e all'inizio questo gli sembrò un insulto, un affronto al suo orgoglio e alla sua posizione. Oggi ci viene chiesto di lavarci nell'acqua della sua Parola.³

Quando ritorniamo più volte alla sua Parola, essa diventa la nostra massima gioia e priorità, proprio

come per Re Davide ammirare la bellezza di Dio e meditare su chi è e su ciò che fa. Quando passiamo momenti difficili, quando procediamo incespicando sulla strada della vita, quando subiamo grandi delusioni, questa è l'unica risorsa che ci aiuta e ci sostiene.

Quando Naaman scese nel Giordano e si lavò «secondo la parola dell'uomo di Dio, la sua carne tornò come la carne di un piccolo fanciullo e fu mondato». E Gesù ci dice: «Voi siete puri a causa della parola che vi ho annunciato». La sua Parola purifica e rigenera il nostro spirito; nel corso degli anni, quando l'osserviamo più profondamente e impariamo a goderne più pienamente e capirla più completamente, la nostra sicurezza e la nostra fede diventeranno gradualmente più forti. Questo semplice gesto di andare alla sua Parola cambia le nostre motivazioni, la nostra identità, le nostre vedute e le nostre azioni.

WILLIAM B. McGRATH È
UNO SCRITTORE E FOTOGRAFO
INDIPENDENTE; FA PARTE DI LFI
IN MESSICO. ■

Che cosa c'è nella torta?

AALIYAH WILLIAMS



HAI MAI MANGIATO UNA TORTA FATTA PIÙ DI GLASSA E COPERTURA CHE DI TORTA VERA E PROPRIA? Quando mangio un dolce del genere, di solito raschio via la decorazione e mangio il resto. La parte superiore è solo guarnizione e io preferisco la parte più sostanziosa e “cioccolatosa”.

Nemmeno certi tipi di pane mi piacciono — quelli che si sciolgono in bocca come se fossero privi di sostanza. Il fatto è che, proprio come ci sono pani e torte privi di vera sostanza, ci sono anche comunicazioni dello stesso tipo.

1. Luca 3,16

2. www.just1thing.com

È il tipo di discorsi in cui milantiamo conoscenze per darci arie, oppure esageriamo i nostri risultati o altre circostanze per sembrare più attraenti. È quando proiettiamo per gli altri una falsa immagine di noi stessi.

Quando non siamo sinceri nelle nostre comunicazioni, barattiamo la sostanza per zucchero e crema, e la gente può sopportarlo solo fino a un certo punto. È strano, ma tutte le nostre vanterie e sbruffonerie, il nostro darci arie, sembrano avere l'effetto contrario. La gente spesso apprezza le persone che non hanno paura di essere se stesse e ha una reazione negativa davanti a quelle che si sforzano troppo di piacere.

Nella Bibbia c'è una persona che ne sapeva qualcosa di autenticità. Giovanni Battista era un tipo cui non importava quello che gli altri pensavano di lui. Era vestito di pelli, mangiava insetti e miele e probabilmente non si radeva mai. Immagino che non abbia nemmeno mai cercato di sembrare migliore degli altri.

Non si faceva pubblicità. Quando gli chiesero se era il Cristo, non ebbe paura di dire che «viene uno che è più forte di me, al quale io non sono degno di sciogliere neppure il legaccio dei sandali».¹

Diceva sempre la verità e in questo modo si guadagnava la fiducia degli altri.



L'ATTEGGIAMENTO È TUTTO

Più vivo, più mi rendo conto dell'impatto che il nostro atteggiamento ha sulla vita. Il punto notevole è che ogni giorno abbiamo una scelta sull'atteggiamento da avere per quel giorno. Non possiamo cambiare il passato. Non possiamo cambiare il fatto che le persone agiscono in un certo modo. Non possiamo cambiare l'inevitabile. L'unica cosa che possiamo fare è suonare sull'unica corda che abbiamo, cioè il nostro atteggiamento. Sono convinto che la vita sia al dieci per cento ciò che mi succede e al novanta per cento il modo in cui reagisco a ciò che mi succede.
—Charles Swindoll (n. 1934)

In una società sommersa dal clamore pubblicitario, le persone che non hanno paura di essere reali e oneste su chi sono veramente o che parlano delle cose in cui credono, risaltano veramente.

Si tratta, per ognuno di noi, di avere il coraggio di essere la persona che Dio ha creato e di restare fedele a se stesso.

Ci ho rimuginato sopra perché so che è un settore della mia vita che ha bisogno di continui miglioramenti. Finora ho trovato due punti fondamentali che mi sono stati d'aiuto per essere sincera e genuina nel mio modo di mostrarmi agli altri.

Primo, passare tempo con Dio. Quando lo faccio abbastanza a lungo,

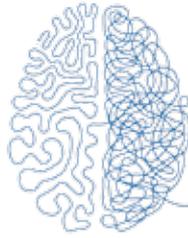
mi preoccupo meno di quello che gli altri pensano di me. Smetto di voler creare un'immagine di chi penso che dovrei essere. Sono soddisfatta al pensiero che Dio sapeva quel che faceva quando mi ha creato. Ho scoperto che quando passo tempo con Lui mi rivela ciò che aveva in mente quando mi ha fatto e mi ha messo qui, dove voleva Lui.

Secondo, essere onesta. Devo far conoscere alla gente la persona che sono veramente. È normale volere che gli altri pensino bene di me. Non sono sicura se riuscirò mai ad abbandonare il desiderio di essere ammirata e amata, ma la cosa sbagliata è pensare che una versione fittizia di me sia migliore di quella reale. Le

persone per cui nutro ammirazione sono quelle che mi hanno svelato il loro vero io: amici, mentori e altri che hanno rimosso lo strato superficiale delle conversazioni mondane per mostrarmi il loro cuore.

Arrivare al punto in cui decidiamo di essere sinceri può fare una differenza enorme nella nostra interazione con gli altri, perché è molto meglio comunicare qualcosa di sostanzioso che qualcosa d'inconsistente.

AALIYAH WILLIAMS È UN'EDITTRICE E SVILUPPATRICE DI CONTENUTI. L'ARTICOLO È ADATTATO DA UN PODCAST SU *JUST1THING*,³ UN SITO CRISTIANO PER LA FORMAZIONE DEI GIOVANI. ■



PROGRAMMA POSITIVA

▶ RONAN KEANE

IN QUALCHE MOMENTO DELLA VITA, LA MAGGIOR PARTE DI NOI HA A CHE FARE CON UN ATTEGGIAMENTO NEGATIVO.

Ci accusiamo di colpe e debolezze reali o immaginarie, oppure ci paragoniamo agli altri in modo negativo. Una tecnica comprovata per superare questo spirito pessimista è ripetere dentro di sé alcune frasi positive.

I nostri pensieri modellano il nostro atteggiamento e sua volta questo modella le azioni che contribuiscono a formare il nostro futuro. Una vita nuova inizia con un cambiamento nel modo di pensare. La Bibbia ci consiglia: «Siate trasformati mediante il rinnovamento della vostra mente».¹ Mettiamo in moto quel procedimento riempiendoci la mente di pensieri buoni e positivi. «Tutte le cose che sono sincere, tutte le cose che sono oneste, tutte le cose che sono giuste, tutte le cose che sono pure, tutte le cose che sono amabili, tutte le cose che sono di buona fama, se vi è qualche virtù e se vi è qualche lode, pensate a queste cose. Quelle cose che avete imparato, ricevuto e udito da me e veduto in me, fatele, e il Dio della pace sarà con voi».² Ci vuole pratica per concentrarsi sul positivo, ma col

tempo ne vedrai i risultati in una vita più felice e sicura.

La Bibbia è piena di affermazioni positive. Quando impariamo ad applicarle a noi stessi e alle situazioni di tutti i giorni, cominciamo a vedere noi stessi e la vita come ci vede Dio; questo si riflette nei nostri pensieri e nel nostro comportamento.

Ecco alcuni esempi per cominciare. Siamo tutti diversi e abbiamo esigenze diverse, così scegli le frasi più adatte a te, o trovine qualcuna tu.

- ▶ **Che** mi senta capace di svolgere questo incarico o no, farò del mio meglio e confiderò che Gesù farà il resto. «Io posso ogni cosa in Cristo che mi fortifica» (Filippesi 4,13).
- **Oggi** ho commesso un errore, ma sono deciso a trarne una lezione, a rialzarmi e provarci di nuovo. «I passi dell'uomo sono guidati dall'Eterno, quando egli gradisce le sue vie. Se cade, non è però atterrato, perché l'Eterno lo sostiene per la mano» (Salmi 37,23-24).
- **Forse** le cose non vanno come speravo – almeno per il momento – ma continuerò a confidare che Dio ha qualcosa di buono nella manica. «Sappiamo che tutte le cose cooperano al bene per quelli che amano Dio, i quali sono chiamati secondo il suo



- ▶ proponimento» (Romani 8,28).
- **Non** sono perfetto, ma sono speciale agli occhi di Dio, perché mi ha dato una mente unica, una personalità unica, delle capacità uniche e un destino unico. «Sono stato fatto in modo stupendo; le tue opere sono meravigliose» (Salmi 139,14).
- **Niente** si può interporre tra me

1. Romani 12,2

2. Filippesi 4,8-9

3. Vedi Romani 4,21.



Gesù vuole aiutarti a trovare la soddisfazione e la gioia di una vita ben vissuta. Puoi iniziare chiedendogli di entrare nel tuo cuore:

Caro Gesù, perdona i miei peccati. Credo che sei morto per me. Credo che sei il Figlio di Dio e ti chiedo di entrare nella mia vita. Riempimi del tuo Spirito Santo e aiutami a parlare agli altri di Te, così che anche loro possano conoscerti. Amen.

e l'amore di Dio. «Sono persuaso che né morte né vita né angeli né principati né potenze né cose presenti né cose future, né altezze né profondità, né alcun'altra creatura potrà separarci dall'amore di Dio che è in Cristo Gesù, nostro Signore» (Romani 8,38-39).

- ▶ • **Non** ho niente da temere, perché Dio è amore ed è sempre con

me. «Nell'amore non c'è paura, anzi l'amore perfetto caccia via la paura» (1 Giovanni 4,18).

- ▶ • **Dio** vuole che io sia felice in Lui e nella vita che mi ha dato. «Vi ho detto queste cose, affinché la mia gioia dimori in voi e la vostra gioia sia piena» (Giovanni 15,11).

- ▶ • **Oggi** penserò di più agli altri e meno a me stesso; regalerò a un

altro una giornata migliore. «C'è maggior felicità nel dare che nel ricevere!» (Atti 20,35).

- ▶ • **Non** mi arrenderò! Mi rifiuto di cedere! Gesù ha promesso di darmi la forza di cui ho bisogno, basta che continui a provarci. «Non veniamo meno nell'animo facendo il bene; se infatti non ci stanchiamo, raccoglieremo a suo tempo» (Galati 6,9).

- ▶ • **Forse** non ho tanti beni materiali come altri, ma ho qualcosa di più importante: onestà e pace interiore. «Essere pio è un grande guadagno, quando uno è contento del proprio stato» (1 Timoteo 6,6).

- ▶ • **Dio** vuole guidare la mia giornata e aiutarmi ad approfittarne al massimo. «Confida nel Signore con tutto il cuore e non ti appoggiare sul tuo discernimento. Riconoscilo in tutte le tue vie ed egli appianerà i tuoi sentieri» (Proverbi 3,5-6).

- ▶ • **Dio** mi aiuterà a prendere le decisioni giuste. «Se qualcuno di voi manca di sapienza, la chieda a Dio che dona a tutti liberamente senza rimproverare, e gli sarà data» (Giacomo 1,5).

Queste non sono affermazioni fatte a casaccio, tanto per farti stare meglio, prive di fondamenta solide. Ognuna d'esse si basa su una delle infallibili promesse divine; quello che ha promesso, Dio è anche in grado di fare.⁴ Con Dio non ci sono limiti! ■



IRENA ŽABIČKOVÁ

DIVENTARE LA PERSONA CHE DIO VUOLE

Io sono la vite, voi siete i tralci; chi dimora in me e io in lui, porta molto frutto, poiché senza di me non potete far nulla.

—Giovanni 15,5

OLTRE CHE PER MORIRE PER I NOSTRI PECCATI, Gesù venne sulla terra come uomo per essere un'illustrazione di Dio, per mostrarci con le sue azioni come Dio è. Per questo ha senso cercare di essere più simili a Gesù, di seguire il suo esempio.

Cambiare noi stessi però non è facile. Un tempo ho provato a studiare diversi manuali di auto-miglioramento per imparare a fare progressi in vari settori della mia vita in cui ritenevo fosse necessario un cambiamento. Ho trovato dei buoni consigli su cosa fare e come farlo. Comunque mi sono resa conto in fretta che si basavano soprattutto sulla forza di volontà e l'autodisciplina, che sono fallibili. Probabilmente tutti abbiamo provato a cambiare qualcosa in noi stessi perché l'abbiamo letto in un libro, o forse perché sentivamo

che Dio ci stava spingendo in quella direzione. Purtroppo, però, non ci siamo riusciti e abbiamo peggiorato le cose o danneggiato noi stessi. È quel che è successo a me. Ho finito per scoraggiarmi e pensare che non sarei mai riuscita a fare progressi.

A volte so che devo cambiare alcuni aspetti del mio comportamento o della mia mentalità; ci provo e ci riprovo solo per fallire ogni volta. Quando però faccio spazio a Gesù perché lavori dentro di me, c'è un progresso visibile, senza gli stessi sforzi e la stessa fatica da parte mia. Come posso lasciargli quello spazio? È molto semplice: passando più tempo con Lui. Più tempo a lodarlo e a vivere alla sua presenza, a meditare sulla sua Parola, ignorando il mondo con la sua frenesia e i suoi problemi quotidiani.

Quando riesco a passare del tempo in questo modo, posso

letteralmente sentire l'impatto che ha su di me. Ne esco una persona diversa, piena di gioia invece di tristezza, di pace invece d'inquietudine, di fiducia invece di preoccupazione, di amore invece d'invidia, di perdono invece di risentimento, di generosità invece di egoismo. Spesso, da sola, ci provo e fallisco; quando però passo del tempo con Gesù, il suo Spirito e la sua Parola lavorano dentro di me per cambiare la mia mentalità e il mio comportamento.

Ho scoperto che vivere alla sua presenza e studiare la sua Parola sono delle chiavi per assomigliare di più a Lui e diventare la persona che vuole io sia.

IRENA ŽABIČKOVÁ È UNA VOLONTARIA A TEMPO PIENO DI *PER UN MONDO MIGLIORE*¹ IN CROAZIA E IN ITALIA. ■

1. <http://www.perunmondomigliore.org>

La vedova di Sarepta

MARIE ALVERO



LA BIBBIA CONTIENE MOLTI PASSI CHE PARLANO DI GENEROSITÀ. È una caratteristica importante della vita cristiana e come seguaci di Gesù dobbiamo dare con gioia e generosità. So che a volte invece mi sento arida, consumata, con poche risorse mentali, fisiche, spirituali e finanziarie. Voglio dare, ma mi sembra di grattare il fondo del barile e ci vogliono tutte le mie energie per arrivare alla fine della giornata.

Questo mi ricorda una storia della Bibbia. Il paese d'Israele e le zone circostanti sono colpiti da siccità e carestia. Non piove da anni e la gente muore di fame. Il profeta Isaia aveva ricevuto un sostentamento miracoloso accanto a un torrente, ma un giorno Dio gli dice di andare a Sarepta, una città vicino a Sidone, in un paese straniero. Alla periferia della città incontra una vedova che sta raccogliendo degli sterpi e le chiede un sorso d'acqua.

Mentre lei andava a prenderla, le gridò dietro: «Portami, ti prego, anche un pezzo di pane». Lei rispose:

«Com'è vero che vive il Signore, il tuo Dio, del pane non ne ho; ho solo un pugno di farina in un vaso, e un po' d'olio in un vasetto; ed ecco, sto raccogliendo due rami secchi per andare a cuocerla per me e per mio figlio; la mangeremo, e poi moriremo».

Elia le disse: «Non temere; va' e fa' come hai detto; ma fanne prima una piccola focaccia per me, e portamela; poi ne farai per te e per tuo figlio. Infatti così dice il Signore, Dio d'Israele: "La farina nel vaso non si esaurirà e l'olio nel vasetto non calerà, fino al giorno che il Signore manderà la pioggia sulla terra"». ¹

Sono sicura che quella vedova con la prospettiva di morire di fame era più esausta di me. Mi chiedo cosa l'abbia motivata a dare da bere al profeta, ancora prima che lui le parlasse della promessa di Dio. Forse pensava che a quel punto non aveva niente da perdere? Era una straniera e forse nemmeno conosceva il Dio d'Israele o credeva in Lui, tuttavia fu disposta a dare al profeta di Dio le ultime cose che le erano rimaste.

Spesso per noi generosità vuol dire

dare un po' di ciò che abbiamo in abbondanza, ma se invece fosse dare del poco che abbiamo? È possibile che dare parte del tempo, della forza, della grazia, della saggezza e delle risorse che abbiamo in piccola misura offra a Dio l'opportunità di operare come non potrebbe fare se avessimo tutto in abbondanza?

Non so se la vedova riuscì ad avere una dispensa piena, ma posso immaginare che negli anni successivi, ogni volta che versò dell'olio dal suo vaso o prese una tazza di farina, si ricordò che Dio aveva preso l'ultima cosa che le era rimasta da offrire e l'aveva ripagata con un sostentamento continuo.

Forse Dio non mi chiede di essere generosa perché ho cose in abbondanza (anche se riconosco che sto molto meglio di molti). Forse mi chiede di farlo spinta dalla mia fede in Lui, sapendo che ciò che ho è innanzitutto suo e per la sua gloria.

MARIE ALVERO È STATA MISSIONARIA IN AFRICA E IN MESSICO; ORA VIVE IN TEXAS CON LA SUA FAMIGLIA. ■

1. 1 Re 17,11-14

DA GESÙ CON AMORE

UN PEZZO DEL PUZZLE

Posso capire le domande che ti sei fatto da quando le cose non sembrano andare bene come speravi. Ti chiedi se hai fatto bene, se hai preso la decisione giusta, se hai fatto le scelte giuste.

Capisco i dubbi, la tristezza, il dolore e la disperazione che provi. Voglio assicurarti che sono qui al tuo fianco. Tu sei mio figlio, ti amo e mi prendo cura di te con tenerezza. Non ti ho mai messo in un posto troppo piccolo per crescere. Questa è una situazione in cui puoi crescere: è un'opportunità per imparare nuove lezioni e coltivare qualità del mio Spirito come l'umiltà, la fede, la fiducia e la dipendenza da Me.

Sii paziente e lascia che mi occupi Io della situazione. Sei sulla mia «ruota del vasaio»¹ e se devo trasformare la tua vita in qualcosa di bello, ti chiedo di stare fermo e darmi il tempo di lavorare. Non devi preoccuparti che sarai costretto a girare su quella ruota per sempre. Ricordati semplicemente che il tempo che passi nelle mani del Vasaio è ciò che fa di te un vaso migliore.

Fidati di Me, perché faccio bene ogni cosa. L'opera che ho iniziato in te, la porterò a compimento.

1. Vedi Geremia 18,1-6.