

CAMBIA LA TUA VITA. CAMBIA IL TUO MONDO.

contatto

Anno 20 • Numero 11

QUESTA MIA PICCOLA LUCE

Falla brillare

La formula

Come svolgere il lavoro
di Dio

Il profilo del cristiano

Uno sguardo nello
specchio

Bambini sicuri di sé

2 modi per farli
prosperare



L'ANGOLO DEL DIRETTORE LUCE CONTRO BUIO

Secondo un'allegoria che possiamo trovare in vari punti dell'internet, una volta c'era una caverna profonda che non aveva mai visto la luce e non poteva nemmeno immaginare che cosa essa significasse. Un giorno il sole mandò alla caverna l'invito a uscire e fargli visita. La caverna lo fece e ne rimase sorpresa e deliziata. Per ricambiare la cortesia invitò il sole a scendere a far visita a lei, perché il sole non aveva mai visto il buio. Quando però il sole arrivò ed entrò nella caverna, pieno di curiosità su cosa fosse il "buio", rimase perplesso e disse: «Non vedo alcuna differenza».

A volte il mondo può sembrare un posto piuttosto buio: una persona cara con una malattia preoccupante, un bambino che viene bullizzato, una storia nei notiziari che parla di tragedie o disastri naturali. Il buio può anche entrare nei nostri rapporti con gli altri, mediante amarezza, risentimento, la sensazione d'essere incomprendi o il rifiuto di provare a comprendere gli altri. A volte, poi, facciamo scelte sbagliate o cediamo di fronte alle nostre debolezze, permettendo al buio di creare incrinature e ferite che possono durare a lungo.

Ciò che la storia della caverna ci mostra, però, è che il buio non può proprio esistere alla presenza della luce. Le tenebre più oppressive sono impotenti di fronte alla luce. «La luce splende nelle tenebre, e le tenebre non l'hanno sopraffatta».¹

Gesù dice: «Io sono la luce del mondo; chi mi segue non camminerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita».² Dice anche: «Voi siete la luce del mondo. [...] Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, affinché vedano le vostre buone opere e glorifichino il Padre vostro che è nei cieli».³

In questi passi paralleli, Gesù, che è la luce del mondo, chiama a sua volta luce del mondo i suoi seguaci. È una cosa stupenda ma è anche una sfida. Per quanto il mondo possa sembrare buio a volte, è nostra responsabilità, ma anche nostro privilegio, diffondere la sua luce negli angoli più bui del mondo, così che tutti, dappertutto, abbiano l'opportunità di vedere e quindi conoscerlo personalmente.

1. Giovanni 1,5 NR

2. Giovanni 8,12

3. Matteo 5,14-16, corsivo aggiunto

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)

© 2021 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.



IL PROFILO DEL CRISTIANO



LA LETTERA A DIOGNETO FU SCRITTA DA UN ANONIMO CRISTIANO A UN PAGANO DI ALTO RANGO, probabilmente verso la fine del secondo secolo. È probabilmente il primo esempio a noi arrivato di una spiegazione e una difesa della fede cristiana fatta a un non credente. Ci dà un'idea di come i primi cristiani vedessero il mondo e la loro posizione in esso. Le caratteristiche che l'autore elenca nel quinto capitolo, *Le maniere dei Cristiani*, sono argomento di meditazione anche per noi oggi. Eccone alcuni brani:



I cristiani né per regione, né per voce, né per costumi sono da distinguere dagli altri uomini. Infatti, non abitano città proprie, né usano un gergo che si differenzia, né conducono un genere di vita speciale. [...] Vivendo in città greche e barbare, come a ciascuno è capitato, e adeguandosi ai costumi del luogo nel vestito, nel cibo e nel resto, testimoniano un metodo di vita sociale mirabile e indubbiamente paradossale. Vivono nella loro patria, ma come forestieri; partecipano a tutto come cittadini e da tutto sono distaccati come stranieri. Ogni patria straniera è patria loro, e ogni patria è straniera. [...] Sono “nella carne”, ma non vivono “secondo la carne”. Dimorano nella terra, ma hanno la loro cittadinanza nel cielo. Obbediscono alle leggi stabilite, e con la loro vita superano le leggi. Amano tutti, [...] sono uccisi, e riprendono a vivere. [...] Mancano di tutto, e di tutto abbondano. [...] Sono disprezzati, e nel disprezzo hanno gloria. Sono oltraggiati e proclamati giusti. Sono ingiuriati e benedicono; sono maltrattati ed onorano, [...] condannati, gioiscono come se ricevessero la vita. [...] Coloro che li odiano non saprebbero dire il motivo dell'odio.

A dirla in breve, come è l'anima nel corpo, così nel mondo sono i cristiani. L'anima è diffusa in tutte le parti del corpo e i cristiani nelle città della terra. L'anima abita nel corpo, ma non è del corpo; i cristiani abitano nel mondo, ma non sono del mondo. L'anima invisibile è racchiusa in un corpo visibile; i cristiani si vedono nel mondo, ma la loro religione è invisibile. ■



GESÙ—LA SUA VITA E IL SUO MESSAGGIO: LA LUCE

PETER AMSTERDAM

POCO DOPO AVER INSEGNATO AI SUOI DISCEPOLI A PREGARE,¹ Gesù procedette a parlare della luce in tre brevi frasi. Iniziò con un riferimento alla luce normale, poi passò a parlare della luce che è dentro di noi.

Nessuno, quando ha acceso una lampada, la mette in un luogo nascosto o sotto il moggio, ma sul candeliere, affinché coloro che entrano vedano la luce.²

La lampada di cui si parla potrebbe essere o una lampada con dentro una candela o una lampada a olio, ma è più probabile che si tratti della seconda. Non avrebbe senso accendere una lampada e poi metterla dove la luce

non avrebbe scopo e nessuno ne trarrebbe vantaggio.

Gesù e il suo messaggio sono associati alla luce in tutti i Vangeli.

In lui era la vita, e la vita era la luce degli uomini.³

In altri punti del Nuovo Testamento leggiamo della luce in riferimento alle persone che credono in Gesù.

Un tempo infatti eravate tenebre, ma ora siete luce nel Signore; camminate dunque come figli di luce, poiché il frutto dello Spirito consiste in tutto ciò che è bontà, giustizia e verità.⁴

Gesù e il suo messaggio – la luce – non devono essere nascosti. Devono essere proclamati ampiamente mediante il suo ministero, i suoi discepoli e tutti i credenti nel corso dei secoli. Se qualcuno rifiuta il messaggio, non è perché sia un insegnamento nascosto o segreto, ma perché dopo averlo ascoltato ha scelto di respingerlo.

1. Vedi Luca 11,1–4.

2. Luca 11,33

3. Giovanni 1,4

4. Efesini 5,8



Gesù continua con il secondo detto:

La lampada del corpo è l'occhio; se dunque il tuo occhio è sano, tutto il tuo corpo sarà illuminato; ma se il tuo occhio è malato, anche tutto il tuo corpo sarà pieno di tenebre.⁵

Secondo le teorie mediche dell'antichità, non erano gli occhi a lasciar entrare la luce, ma erano le persone ad avere la luce dentro di sé e questa luce usciva dagli occhi, permettendo loro di vedere. Il detto di Gesù rispecchia questo antico concetto. Gli ascoltatori avrebbero capito che Gesù si riferiva agli occhi come fonte della luce che usciva dal corpo, che poteva essere sana o malata. Se l'occhio è sano, indica che la persona è piena di luce e che essa viene emessa dall'occhio. Se invece l'occhio è malato e non emette luce, questo dimostra che la persona è piena di tenebre.

Gesù parlava della persona interiore, della sua condizione spirituale. Se l'occhio era malato, la persona interiore era buia, priva di luce spirituale — moralmente malata. L'occhio sano era visto come appartenente a una persona tesa al bene, che Dio ha riempito di luce.

Tu infatti, sei colui che fa risplendere la mia lampada; l'Eterno, il mio DIO, illumina le mie tenebre.⁶

Le persone che respingevano il messaggio di Gesù erano quelle i cui occhi – la loro persona interiore – erano pieni di tenebre. Poi Gesù li ammonì:

Bada perciò che la luce che è in te non sia tenebre. Se quindi tutto il tuo corpo è illuminato senza avere alcuna parte tenebrosa, tutto sarà illuminato, come quando la lampada ti illumina col suo splendore.⁷

Ciò che guida i pensieri, la vita, le decisioni ecc. di una persona deve trarre origine dalla luce; quindi la persona deve fare il possibile per assicurarsi che la luce che ha dentro sia vera luce, che sia spiritualmente sana.

La luce interiore dei credenti risplenderà all'esterno, proprio come una lampada. Chi crede in Lui e nei suoi insegnamenti, senza durezza di cuore, è spiritualmente sano interiormente, pieno di luce. Grazie alla luce di Gesù risplenderà e sarà chiaramente visibile, come una persona illuminata da una lampada in una stanza buia.

Sembra che ci sia una progressione in questi tre versetti. Gesù è la luce, messa dove tutti possono vederla. La salute spirituale di una persona è determinata dalla sua reazione a quella luce. Chi assorbe la luce di Gesù sarà spiritualmente sano e quindi risplenderà e diffonderà la luce. Rifletterà la luce di Gesù sugli altri, grazie al modo in cui vive e all'amore che dimostra. C'è poi il contrasto con chi respinge Gesù e i cui occhi sono maligni e perciò pieni di tenebre. Il messaggio, quindi, è di accogliere la luce, credere in Gesù. Chi ha la luce dentro di sé potrà essere guidato da Dio, fare le scelte giuste ed essere la luce divina per gli altri.

5. Luca 11,34

6. Salmi 18,28

7. Luca 11,35–36

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

UN RAGGIO DI LUCE NEL BUIO



IRIS RICHARD

STAVO ANDANDO A UN APPUNTAMENTO IMPORTANTE che purtroppo era previsto proprio durante le ore di punta del mattino, col loro terribile traffico. In genere, se è possibile, cerco di pianificare la giornata in modo da evitare di essere per strada a quell'ora.

Quando sono uscita di casa speravo in una giornata diversa dal solito, ma con mio disappunto mi sono ritrovata bloccata in un ingorgo. A peggiorare le cose, da un caseggiato era uscito uno di quei vecchi camion della spazzatura con il cassone aperto e si era piazzato davanti a me.

In Kenya la spazzatura è un bene molto ambito. La maggior parte degli oggetti scartati ha valore per qualcuno. Nelle enormi discariche della città il riciclaggio è fatto da persone che vivono lì, in baracche di legno e cartone.

Per la maggior parte i camion della spazzatura sono vecchi di decenni e il loro aspetto esterno è orribile come il loro contenuto. Questo camion era così vecchio che cigolava forte, sputava gas di scarico neri e impregnava della sua puzza tutto ciò che gli era vicino. Come se qualcuno avesse cercato di migliorarne l'aspetto, era decorato da giocattoli rotti, scarpe vecchie e parti di

decorazioni natalizie appese ai suoi lati con dei fili. Ho arricciato il naso e mi è venuta voglia d'imprecare contro la mia sfortuna – non solo l'ingorgo, ma l'essere bloccata dietro il peggior tipo di veicolo.

Poi ho notato tre spazzini con abiti stracciati seduti sul mucchio di spazzatura nel cassone del camion. Uno di loro stava leggendo agli altri da un grosso libro: una Bibbia. Avevano un'espressione serena e sembravano quasi incuranti del posto insopportabile in cui si trovavano.

Seduta lì nella mia auto, davanti a questa scena incongrua, mi è venuto da pensare a Dio. Nonostante l'ingorgo, dalle mie labbra sono uscite lodi che hanno sollevato il mio spirito incupito. In poco tempo l'ingorgo si è sciolto e il camion ha svoltato in una strada laterale; ma in me è rimasta la testimonianza silenziosa della presenza di Dio in mezzo ai rifiuti e alla spazzatura e il modo in cui quegli umili operai avevano partecipato di qualcosa di divino. Ho continuato a guidare, felice di essermi lasciata alle spalle l'ingorgo ma commossa da ciò cui avevo assistito.

IRIS RICHARD FA L'ASSISTENTE SOCIALE IN KENYA, DOVE SVOLGE LAVORO COMUNITARIO E DI VOLONTARIATO DAL 1995. ■

QUESTA MIA PICCOLA LUCE

DAVID BOLICK

L'ALTRA SERA, mia moglie ed io stavamo ammirando il tramonto dalla nostra terrazza e siamo rimasti lì fino a che sono uscite le stelle. Come al solito, la stella della sera è stata la prima ad apparire. Dopo circa un'ora continuava a essere la luce più brillante nel cielo di quella notte senza luna; il suo bagliore costante superava facilmente la concorrenza delle altre stelle.

La stella della sera aveva un vantaggio sleale, naturalmente, dato che in realtà è il pianeta Venere, mascherato da stella. Come la Luna, non emette nessuna luce sua, ma riflette semplicemente quella del sole.

Mi ha colpito il fatto che, se Venere e la Luna possono essere tanto brillanti, considerando che la loro superficie è spenta e priva di luce propria, non devo preoccuparmi tanto di come rifletto la luce io; del mio stato spirituale e della mia presunta bontà o santità, come possiamo percepirle io stesso o gli altri. Tutto quel che devo fare in realtà è riflettere la luce

di Dio quando brilla su di me. Questa consapevolezza non mi dà licenza di lasciarmi andare e diventare un fannullone nello spirito, ma è liberatorio sapere che non devo cercare di sembrare qualcosa che non sono.

Questa esperienza ha dato un senso nuovo a un versetto familiare della Bibbia: «Ora vediamo come per mezzo di uno specchio, in modo oscuro».¹ L'avevo sempre applicato al mio modo di percepire Dio e le realtà spirituali, ma ora vedo che si applica anche al modo in cui gli altri vedono Dio riflesso in me. Per quanto ci provi, non posso cambiare la mia natura più di quanto un pianeta possa trasformarsi in una stella. Quella trasformazione avviene per opera di Dio quando brilla su di me. Può darsi che io non abbia la superficie più brillante e riflettente, ma la sua luce è sufficientemente forte da rendermi una delle sue stelle.

BRILLA SEMPRE

La luce può essere vista solo quando è riflessa da un oggetto, ma perfino un granello di polvere, per piccolo che sia, può brillare come un diamante quando è colpito da un raggio di sole. Se non ci fosse la polvere, non si potrebbe vedere la luce; se non ci fosse la luce, non si potrebbe vedere la polvere. Ci vogliono entrambe. Vediamo il Creatore riflesso dalla sua creazione.² Quindi, «risplenda la vostra luce davanti agli uomini, affinché vedano le vostre buone opere e glorifichino il Padre vostro che è nei cieli».³

DAVID BOLICK È UN CONSULENTE LINGUISTICO E TRADUTTORE. OLTRE CHE LETTORE NELLA CHIESA ORTODOSSA. VIVE A GUADALAJARA, IN MESSICO. ■

1. 1 Corinzi 13,12
2. Vedi Romani 1,20
3. Matteo 5,16

SIA LA

KOOS STENCER

HO SENTITO UNA BELLA STORIA, RACCONTATA DALL'EVANGELIZZATRICE OLANDESE CORRIE TEN BOOM. Parlava di una sua visita a una prigione situata da qualche parte nella savana africana. L'atmosfera era buia e opprimente; la maggioranza dei detenuti non aveva nemmeno un tetto sopra la testa e doveva passare all'esterno la maggior parte del tempo, cacciata insieme in una massa di umanità distrutta. Erano circondati da filo spinato e da guardie armate dal grilletto facile, che non avrebbero pensato due volte prima di sparare.

Là, in quel miserabile abisso di disperazione, questi uomini dovevano soffrire per i loro crimini. A volte stavano seduti senza protezione sotto il sole cocente, altre volte venivano sferzati da scrosci di temporali implacabili che facevano tremare dal freddo i loro corpi scarni.

Lei era un'evangelizzatrice e il giorno della sua visita era appena piovuto. Il luogo era trasformato in un'enorme pozza di fango piena di persone sofferenti con visi che mostravano sconforto e depressione. Qui la parola speranza aveva perso il suo significato. Parlare a quelle persone dell'amore di Dio sembrava una beffa. Come poteva dir loro che Dio era buono e che lo era *sempre*?

Le potenze delle tenebre sono scaltre, molto subdole nella loro empietà ed estremamente esperte nel coltivare il male. Per convincere le anime perdute che Dio è una menzogna e che l'unica cosa da aspettarsi è l'inferno sulla terra e l'inferno nell'aldilà,

le tenebre cercano di immergere gli uomini in così tanta oppressione e in un'oscurità così impenetrabile, che ogni senso del bene e del male perde significato. Tutto quel che rimane è la lotta senza sosta per l'autoconservazione, nella quale non si rifugge da alcun gesto egoistico.

Questo è il potere della malvagità nell'ora delle tenebre.

Corrie era stata lei stessa in prigione da adulta, spedita nel campo di concentramento di Ravensbrück per la coraggiosa decisione della sua famiglia di nascondere alcuni ebrei dai nazisti che occupavano l'Olanda. Si ricordava i suoi stessi giorni di sofferenza e le sue battaglie con la tentazione di cedere alla menzogna che Dio l'aveva dimenticata.

Lui non l'aveva dimenticata.

Il fatto stesso che si fosse unita alla lotta per ripulire questo mondo con la luce del Vangelo era una testimonianza sufficiente; ma come poteva convincere della grande fedeltà divina queste persone disperate e piene di fango, che la fissavano con occhi spenti?

Quello di cui queste persone hanno bisogno è gioia.

Un lampo d'ispirazione. Quel posto aveva bisogno di gioia. Vera gioia, profonda, del tipo che viene da dentro. Una gioia soprannaturale. Non la gioia di questo mondo temporale, ma quella che costruisce un ponte verso l'eternità.

Così pregò. Era una preghiera semplice ma piena di convinzione. «Signore, riempimi di una gioia tale

LUCE

che cadrà su questi detenuti. Questo buio è troppo profondo per me, ma tu hai vinto il mondo».

Così cominciò a parlare.

In un attimo il suo cuore si riempì di una gioia che, proprio come aveva pregato, toccò gli uomini nel fango. Prima uno, poi un altro; finché da ultimo la gioia si diffuse in tutta la folla. La speranza piovve su questi uomini infelici che per la prima volta capirono perché Gesù era venuto sulla terra. Ben presto l'intero posto squallido si trasformò. Non per la saggezza umana o per le frasi brillanti di un'oratrice eloquente. Niente di tutto ciò. Lo Spirito Santo prese il controllo e cacciò via le tenebre.

Quando lei terminò e si preparò a uscire, i detenuti e le guardie camminarono insieme oltre il filo spinato, fuori dal carcere, seguendo il loro desiderio di salutarla con la mano per dimostrare la loro gratitudine. Non fu sparato un solo colpo e nessun detenuto fuggì. «Torni ancora, cara signora», tutti gridarono. «Ci parli ancora del Re dei cieli».

È così che combattiamo le tenebre. Non con le nostre forze, non analizzandole o cercando modi di evitarle o superarle in astuzia; ma lasciando entrare la luce e lasciando che Dio faccia ciò che sa fare meglio: bastonare il buio con la verga del suo amore. Dopotutto, quando disse «sia la luce», lo intendeva sul serio – e la luce fu.

KOOS STENGER È UNO SCRITTORE INDIPENDENTE
CHE VIVE NEI PAESI BASSI. ■

“

Puoi fare entrare la luce invitando Gesù, Figlio di Dio, a entrare nella tua vita:

Caro Gesù, credo che sei morto per me e che mi ami. So di aver bisogno della tua presenza nella mia vita, così ti chiedo di entrare. Perdona i miei peccati. Grazie per il dono della vita eterna. Aiutami ad amarti e a condividere con gli altri il tuo amore, la tua luce e la tua verità. Amen.

“

La luce dell'amore

CURTIS PETER VAN GORDER

LA PAROLA DI DIO CI DICE CHE DIO È AMORE E VUOLE CHE IL MONDO NE SIA PIENO: «Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il più grande e il primo dei comandamenti. E il secondo è simile al primo: Amerai il prossimo tuo come te stesso».¹

Vediamo l'amore di Dio in azione nei Vangeli, nel modo in cui visse Gesù: dal guarire i ciechi al risuscitare i morti; dal preoccuparsi dei bambini al lavare piedi sporchi; dallo sfamare le moltitudini all'insegnare ai suoi discepoli; e finalmente, dal morire sulla croce per i nostri peccati al risorgere dai morti per darci la speranza che un giorno lo faremo anche noi.

Quando celebravo matrimoni in Giappone, ho scoperto che il modo migliore per riassumere il modo in cui gli sposi devono amarsi si trova in 1 Corinzi 13, che a volte viene chiamato il capitolo dell'amore. Comincia col dirci che cosa l'amore *non* è: egoista, orgoglioso o rude; poi passa a dirci che l'amore sopporta ogni cosa e non ha mai fine.

Molti tendono a pensare all'amore con scetticismo finché non ne vedono qualche prova. Nel 2009, George

1. Matteo 22,37-39

2. Stossel, Scott (maggio 2013). «What Makes Us Happy, Revisited: A new look at the famous Harvard study of what makes people thrive» (Ciò che ci rende felici, rivisto: uno sguardo nuovo al famoso studio di Harvard su ciò che fa prosperare le persone). The Atlantic. Visto il 25 giugno 2017.

3. <http://elixirmime.com>

Vaillant, il ricercatore principale dell'indagine sulle borse di studio, che in un periodo di ottant'anni seguì 268 studenti universitari con l'intento di scoprire cosa ci rende felici, affermò che le sue scoperte si potevano riassumere in: «La felicità è amore. Punto e basta».²

Cambiando discorso, un libro pubblicato nel 2011 e intitolato *Dio e l'aldilà*³ ce ne ha dato altre prove intervistando migliaia di persone che avevano avuto esperienze di quasi-morte. Alla domanda, «Durante la tua esperienza, hai avuto qualche informazione o consapevolezza specifica riguardante l'amore?», il 58,1 % dei volontari ha risposto di sì. Ecco alcuni esempi delle risposte:

«L'amore era dappertutto. Permeava l'aldilà. Era incredibile.

«L'amore che ho ricevuto era incondizionato, nonostante i miei difetti e i miei timori».

«Nessun essere umano può amare con l'amore che ho sentito in quella luce. Consuma tutto, perdona tutto. Non ci sono paragoni. È come il giorno in cui hai guardato per la prima volta negli occhi di tuo figlio, ingrandito un milione di volte. È indescrivibile».

Questi racconti in prima persona ci dicono molto sull'amore di Dio per ognuno di noi e sulla sua immensità. Dovremmo fare la nostra parte per parlare agli altri della sua verità e del suo amore, così che anche loro possano conoscerlo e sperimentarlo di persona.

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



DALL'OSCURITÀ ALLA LUCE

G.L. ELLENS

NONON STENTAVA A TRATTENERE LE LACRIME MENTRE MI PARLAVA DELLA MORTE DI SUA SORELLA. La bicicletta aveva urtato una buca nella strada e Rani era volata in aria sbattendo la testa per terra. Quel giorno non indossava il casco. Nonostante fosse atletica e in buona forma, era bastato un momento di disattenzione.

Delle due sorelle, Rani era quella allegra, quella con un cuore affettuoso. Nonon era più introversa e solitaria e si considerava quella più “cupa”. Tutto era cambiato in un secondo. Adesso Rani giaceva in coma su un letto in terapia intensiva e Nonon stava al suo fianco giorno e notte, cercando di incoraggiarla e tenendole la mano. Rani però non riprese conoscenza. Alla fine la famiglia si rese conto che dovevano lasciarla andare...

Mentre Nonon parlava dell'incidente e dell'UTI, potevo vederla rivivere da capo tutto il dolore e il lutto. Aveva il cuore e la mente pieni di quella domanda — «Perché?» — ma non aveva nessuno a cui rivolgersi per una risposta. Cresciuta da cattolica non praticante, Nonon si era convertita al buddismo quando si era sposata. Ora non era sicura di cosa fosse la verità.

In quel momento, però, il dolore e il lutto la spingevano a cercare...

Potevo sentirlo, ma esitavo. Non avevo mai avuto una conversazione profonda con lei. Sapeva che credevo in Gesù, ma mi punzecchiava sempre con sarcasmo per qualsiasi cosa dicessi sulla religione e la fede.

Feci un respiro profondo. «Nonon», dissi, «nella Bibbia c'è un versetto che dice: **“Il giusto muore, e nessuno vi bada; i buoni spesso muoiono prima del loro tempo. Nessuno sembra capire che Dio li protegge dai mali che sopraggiungono. Quelli che hanno camminato per la retta via riposano in pace quando muoiono”**».¹

Appena dissi questo, fu come se nell'anima di Nonon si accendesse una luce. «Dov'è? Fammelo vedere!» Fece immediatamente cenno a sua madre di avvicinarsi: «Mamma, guarda qui!»

Ben presto un gruppetto di parenti si fece intorno mentre leggevo a voce alta il brano e ne spiegavo il significato. Tutti volevano bene a Rani. Era allegra, brillante e aveva sempre qualcosa di buono o di carino da dire. Nonon l'aveva sempre ammirata come la sorella perfetta. Questo versetto spiega che a volte Dio chiama le persone a raggiungerlo per compassione, per proteggerle ed evitare loro un male o una calamità. Fu come se nella stanza tutti venissero riempiti da un senso di calma e di pace. Avevano compreso perché Rani era morta e furono in grado di trovare pace e conforto in un versetto della Parola di Dio.

Da quel momento Nonon è rimasta in contatto. Le mando ogni giorno delle citazioni e delle piccole gemme della Parola di Dio e lei risponde sempre con gratitudine.

DINA ELLENS È STATA MISSIONARIA E INSEGNANTE PER OLTRE 25 ANNI NEL SUDEST ASIATICO. PUR ESSENDO IN PENSIONE, RIMANE ATTIVA NEL VOLONTARIATO E NELLA SUA ATTIVITÀ DI SCRITTRICE. ■

1. Isaia 57,1-2 NLT trad.

BAMBINI SICURI DI SÉ

ALEX PETERSON

I GENITORI CHE SI PREOCCUPANO DEL PROGRESSO DEI LORO FIGLI AD OGNI STADIO DEL LORO SVILUPPO, devono rendersi conto del ruolo importante svolto dall'immagine che il bambino ha di sé. I bambini che si vedono in modo positivo, che credono di poter avere successo, lo raggiungeranno molto più facilmente.

I bambini iniziano a valutare se stessi e le proprie abilità nel contesto della loro famiglia. I genitori possono scoprire ogni giorno delle opportunità per sviluppare nei loro figli la fiducia in se stessi, che a lungo andare li aiuterà a diventare adulti completi e ben inseriti.

COME RISOLVERE I PROBLEMI

I genitori spesso rimangono sorpresi nello scoprire quanto i loro figli sono capaci e intraprendenti nella risoluzione dei propri problemi, con solo un po' di aiuto. Tutti i bambini incontrano dei problemi ed è proprio affrontando queste sfide che acquistano le doti essenziali per avere successo nella vita. Ci vogliono tempo e pazienza per aiutare i bambini ad imparare a risolvere i loro problemi, ma è un buon investimento che darà i suoi frutti quando cresceranno, quando i loro problemi diventeranno più complessi e la posta in gioco sarà più alta.

A volte i genitori tendono a risolvere il problema o a dare una risposta troppo in fretta. Così facendo possono risolvere il problema del momento, ma ostacolano il processo di apprendimento. È come nel proverbio: «Dai a un uomo un pesce e mangerà per un giorno. Insegna a un uomo a pescare e mangerà per tutta la vita».



È quello che Dio fa con noi. Potrebbe risolvere tutti i nostri problemi semplicemente schioccando le dita, ma di solito si aspetta che riflettiamo, consideriamo le nostre opzioni e facciamo quel che possiamo, prima di intervenire e fare quello che noi non possiamo fare. Ci coinvolge nella ricerca della soluzione e ci fa progredire un passo alla volta, non per renderci la vita più difficile, ma per aiutarci a crescere mediante l'esperienza.

PROBLEMI D'INSICUREZZA

Per quanto i genitori amino i figli e cerchino di venire incontro ai loro bisogni, sorgono sempre situazioni che provocano insicurezza nei bambini; questa insicurezza spesso si riflette in problemi comportamentali.

Un cattivo comportamento va corretto, ma se i genitori non capiscono cosa l'ha provocato la correzione può

essere più dannosa che utile. Il cattivo comportamento è solo un sintomo, quindi i genitori devono individuare il problema e attaccarlo alla radice, cercando di comprendere ciò che lo ha provocato.

A seconda dell'età e del livello di maturità del bambino, cercate di aiutarlo a raggiungere le proprie conclusioni, affrontando il problema dal lato della possibile soluzione. Facendo una chiara distinzione tra il problema e il bambino e aiutandolo a trasformare la situazione da problema ad occasione di apprendimento, è possibile aumentare la sua autostima invece di indebolirla.

Non tutti i bambini si comportano male quando si sentono insicuri. In qualsiasi modo si manifesti la loro insicurezza, il primo passo per correggere il problema è riconoscerlo; il secondo è affrontarne la causa da un punto di vista positivo.

COLTIVATE IL RISPETTO RECIPROCO

Il rispetto reciproco rinforza il legame affettivo tra genitori e figli. Genera anche unità, obbedienza e apprezzamento.

All'interno di una famiglia il rispetto si manifesta mediante considerazione, comprensione, premurosità, disponibilità all'ascolto e comunicazione affettuosa. E funziona in entrambi i sensi: se volete che i vostri figli vi dimostrino rispetto, dimostrate rispetto a loro.

I bambini imparano mediante l'osservazione e imitano quello che vedono. Se il problema è la mancanza di rispetto, probabilmente è iniziato con i genitori, i compagni, oppure altre influenze come la TV, i film o i videogiochi. Ridurre al minimo le influenze negative è solo metà della battaglia; l'altra metà è stabilire chiare regole su ciò che ci si aspetta da loro e poi mantenere costantemente quello standard.

Potete dimostrare rispetto per i vostri figli in vari modi:

- **T**rattando ogni bambino come una persona
- **E**ssendo sensibili alle loro emozioni; mettendovi nei loro panni
- **C**hiedendo e suggerendo, invece di dare ordini
- **P**restando attenzione quando parlano; stando ad ascoltarli; evitando di esporre troppo rapidamente il vostro punto di vista
- **P**rendendo seriamente in considerazione le loro idee; pensando in termini di come aiutarli a mettere in pratica le loro idee.



EVITATE LE INCOMPRESIONI

A volte sembra che i bambini scelgano i momenti meno adatti per comportarsi male; e a volte non si tratta tanto di un comportamento cattivo quanto fastidioso. Quando i genitori sono sotto pressione, occupati da altri lavori o da altri pensieri, quando non si sentono bene o sono semplicemente di cattivo umore, il loro modo di comportarsi con i figli ne risente.

Evitate incomprensioni tanto dannose fermanovi prima del punto di ebollizione e dando le giuste proporzioni al loro comportamento discutibile. «Mi piacerebbe sentirti cantare un'altra volta quella canzone, ma adesso devo concentrarmi sulla guida». «Ho mal di testa, così per favore non fare così adesso». Se non riuscite a bloccarvi in tempo, una spiegazione e delle scuse dopo l'accaduto aggiusteranno le cose. Dando al bambino l'opportunità di partecipare alla soluzione del problema, avrete trasformato in positiva una situazione potenzialmente dannosa.

RINFORZO POSITIVO

I complimenti sono un ottimo incentivo. I bambini prosperano con i complimenti. Spesso è più importante e proficuo complimentarsi con un bambino perché si comportato bene che sgridarlo per essersi comportato male.

Siate costanti, sinceri e creativi, ma credibili. Per esempio, se il bambino cerca di fare qualcosa di nuovo ma i risultati sono disastrosi, complimentatelo per lo sforzo, non per i risultati. Oppure, se voleva farvi una sorpresa ma l'esito è disastroso, elogiare la sua gentilezza. Sottolineate sempre il lato positivo e premiate il bene.

Insegna al ragazzo la condotta che deve tenere; anche quando sarà vecchio non se ne allontanerà.

—Proverbi 22,6 NR ■



INCORAGGIAMENTO

MARIE ALVERO

DOPO UNA RECENTE VALUTAZIONE PROFESSIONALE, mi ha sorpreso sapere che nell'opinione dei miei colleghi non sono particolarmente incoraggiante. La cosa mi ha colpito duramente, perché ho sempre ritenuto che incoraggiare gli altri fosse uno dei miei punti forti. Questo mi ha fatto riflettere su cosa sia veramente l'incoraggiamento. Mi sono resa conto che ero brava a "incoraggiare" le persone a fare qualcosa a modo mio, o a vedere qualcosa dal mio punto di vista, ma piuttosto scarsa nell'offrire complimenti che non fossero legati a un risultato che volevo vedere.

Quel che ho imparato è che è facile confondere l'incoraggiamento con la manipolazione. Pur non avendo cattive intenzioni, forse a volte ho dato l'impressione che una persona dovesse fare qualcosa per farmi piacere, invece di apprezzarla per quello che è oggi, senza abbellimenti.

Quando ho riconosciuto in me questa caratteristica in un ambiente professionale, ho potuto vederne gli effetti in tanti altri settori, soprattutto nel mio ruolo di genitore. Quante volte i miei figli mi hanno sentito dire cose come: «Vedo dei progressi» o «So che puoi farlo!»

Questi commenti anche se non sono demoralizzanti, sono molto diversi da «Hai fatto un lavoro incredibile oggi!» oppure «Mi fa piacere vederti così entusiasta!» In

queste frasi non ci sono qualifiche e non insinuano che vorrei che «facessero ancora meglio».

Mi farebbe piacere concludere dicendovi che ora sono una moderna Dale Carnegie, nota a tutti per essere una persona incredibilmente incoraggiante, ma la verità è che ho ancora molta strada da fare. Non è facile rinunciare alle mie aspettative, per la mia famiglia, i miei colleghi o chiunque altro. A volte è difficile ammettere che ho delle aspettative; mi preoccupa anche il fatto che, se non dimostro di avere delle aspettative nei loro confronti, si sforzeranno di meno.

Comunque, la settimana scorsa, quando sono uscita dal sistema di messaggistica interna del mio lavoro, ho detto a una delle mie colleghe: «Apprezzo il tuo entusiasmo, mi ispira a fare del mio meglio». E lei ha risposto con una fila di emoji felici.

Poi, quel giorno stesso, ho mandato a ognuno dei miei figli un messaggio dicendo loro che mi piacevano così com'erano. Poi ho mandato un messaggio anche a mio marito. Sono rimasti un po' sorpresi, ma spero che ci si abituino!

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

LA FORMULA

NINA KOLE

IL TEMA DI LASCIARE CHE DIO OPERI ATTRAVERSO DI NOI HA UN GRANDE VALORE PER ME, perché trovo incoraggiante che Dio scelga persone inaspettate per svolgere il suo lavoro, poi le aiuti non solo a fare quel lavoro, ma a farlo in modo *brillante*.

Mosè si lamentava di non essere un buon oratore, tuttavia Dio lo scelse per condurre il popolo ebreo fuori dall'Egitto. Per la persona media parlare di fronte a un pubblico è considerata la cosa più spaventevole, con la morte al secondo posto. Perciò Mosè doveva avere un bel po' di fiducia in Dio per accettare un lavoro tanto pubblico, che per di più comportava grandi pericoli. Come previsto, Dio lo aiutò.

A quanto pare l'apostolo Pietro a volte si comportava da testa calda. Spesso si cacciava in controversie ed è ben noto che negò di conoscere Gesù appena prima che Lui fosse crocifisso. Dio però lo usò per predicare a migliaia di persone solo poche settimane dopo. Spesso Dio sceglie le persone più inaspettate per compiere meraviglie attraverso di loro, così che tutti sappiano che è opera sua.

Alcuni anni fa ho fatto un viaggio a Paidha, in Uganda, per dare alcune lezioni sulla Bibbia. Ho portato con me alcuni libri e articoli cristiani che volevo usare. Un articolo che ho letto agli studenti su questo tema suggeriva che «a volte ci sforziamo troppo, lavoriamo troppo e cerchiamo di fare tutto da soli. Dobbiamo impregnarci



di Gesù e lasciare che sia Lui a illuminare il cammino, perché, se cerchiamo di farlo da soli, bruceremo in fretta».

Quando mi ricordo di dedicargli tempo per includerlo nella mia vita quotidiana, tutto funziona meglio, fila più liscio e stressa di meno.

NINA KOLE È UNA MISSIONARIA IN AFRICA E UNA SCRITTRICE. ARTICOLO ADATTATO DA UN PODCAST DI *JUST I THING*, UN SITO CRISTIANO PER LA FORMAZIONE DEI GIOVANI. ■

Camminando con Gesù, riposando il tuo capo sul suo cuore, imparerai a conoscere la sua Parola, la sua volontà e le sue vie. Desidererai ubbidirgli, non per obbligo, ma per una connessione profonda con Lui. Finché rimarrai nel suo amore, la tua gioia abbondierà.
—Sue Detweiler



Ero abituato a chiedere a Dio di aiutarmi. Poi ho chiesto se potevo aiutare Lui. Ho finito per chiedere a Dio di fare la sua opera attraverso di me.
—Hudson Taylor (1832–1905)

DA GESÙ CON AMORE

LA TUA ANIMA È STANCA?

Quanto ti senti esaurita e stracarica, il solo pensiero del lavoro o dei problemi che stai affrontando è sufficiente a farti bollire il cervello; la tua mente ha perso forza e ha bisogno di riposo.

Per questo passare tempo nella mia Parola è importante, perché è cibo per la mente e la tua mente influenza il tuo atteggiamento e il tuo modo di vedere le cose. La mia Parola e altre letture ispiranti illuminano la tua mente. Questo ti dona ispirazione e ottimismo, così ti rendi conto che la mia grazia ti aiuterà a gestire il carico, il lavoro, i problemi o qualsiasi altra cosa Io lasci intervenire nella tua vita.

Io vedo nel tuo cuore e so che il tuo desiderio più grande è realizzare cose buone; ma il vero bene si realizzerà solo attraverso di Me e attraverso l'opera che svolgo in te. Perché il mio Spirito operi in te e attraverso di te, devi riservarmi del tempo.

Guardando Me e ricavando risposte da Me, scoprirai di poterti godere la vita, il lavoro e le responsabilità che ti ho affidato. Riponendo la tua fiducia in Me, sapendo che ti amo e che voglio benedirti, troverai riposo e pace per la tua anima. Cercando Me innanzi tutto, tutte queste altre cose ti saranno date in più e scoprirai che gioia, amore e pace ti saranno ridati in misura piena.

