

CAMBIA LA TUA VITA. CAMBIA IL TUO MONDO.

contatto

Anno 23 • Numero 2

CAMMINARE NELL'AMORE DI CRISTO

Vedere l'amore in azione

Il testo inaspettato

Il valore delle piccole cose

Cogli l'attimo

Un sorprendente gesto di bontà





QUALCHE PAROLA D'INTRODUZIONE COSTRUIAMO PONTI

Quando si tratta di relazioni, possiamo scegliere se costruire muri o ponti. Le sfide più grandi che incontriamo nella vita spesso riguardano come imparare ad amare il prossimo come noi stessi (Matteo 22:39).

Ci vuole uno sforzo per raggiungere gli altri. Gesù ha insegnato che è abbastanza facile prendersi cura di

chi ci vuole bene, ma la vera prova inizia quando incontriamo qualcuno che troviamo più difficile da amare (Luca 6:32-34). Molto probabilmente c'è un motivo per cui il nostro vicino è un brontolone o la cassiera è acida. Eppure, un sorriso, qualche parola d'incoraggiamento o un atto di gentilezza possono bastare ad aiutarli ad abbandonare la scontroosità e a uscire da un periodo buio.

Molte persone soffrono interiormente e la loro durezza esteriore serve come guscio di protezione. Potrebbero essere necessari un interesse genuino e preghiera e pazienza per abbattere quei muri di resistenza e costruire un ponte di amicizia, ma con il tempo potremmo guadagnare un amico o un fratello. Accettiamo oggi la sfida di costruire un ponte. Il poeta Edwin Markham ha scritto: "Ha tracciato un cerchio che mi ha escluso: eretico, ribelle, uno da ignorare. Ma io e l'amore abbiamo vinto col buon senso: abbiamo tracciato un cerchio e lo abbiamo incluso!"

In onore del mese di febbraio, quando molti celebrano l'amore e l'amicizia, gli articoli di questo numero trattano di modi pratici per camminare con amore. Ci sono testimonianze di chi ha dato e di chi ha ricevuto una gentilezza amorevole. Ci sono storie di persone che attraversano momenti difficili, ma che si offrono un sostegno reciproco, che godono dei benefici del mentoring, che affrontano le incomprensioni e non esitano ad aiutare gli altri. Il nostro articolo in evidenza questo mese è un approfondimento biblico sull'amore nelle sue molteplici sfaccettature, partendo dal fatto che l'amore è l'essenza stessa di Dio (1 Giovanni 4:8).

Ricordate: l'amore che date non va mai perso, le sfide che affrontate nelle vostre interazioni con gli altri sono piccole in confronto alla potenza dell'amore di Dio. L'amore sia la vostra guida, la vostra luce e la vostra forza durante questo mese e oltre.

Gabriel e Sally García
Redazione di *Contatto*

Per altre informazioni su *Contatto*, visita il nostro sito o scrivici a:

Website:
activated-europe.com/it/

Email:
activated-europe.com/it/contattaci/

Sul sito sono disponibili versioni elettroniche della rivista anche in altre lingue.

© 2025 Activated.

Tutti i diritti riservati.

Grafica di Gentian Suçi.

Se non altrimenti indicato, i brani biblici sono tratti dalla versione La Nuova Riveduta (NR) Società Biblica di Ginevra. Altre citazioni possono provenire dalle seguenti versioni: La Nuova Diodati © La Buona Novella - Brindisi, la CEI (CEI) Conferenza Episcopale Italiana, la Diodati (D) Società Biblica Britannica e Forestiera, la Traduzione In Lingua Corrente (TILC) Alleanza Biblica Universale, la Bibbia della Gioia (BDG) Tau Editrice o La Parola è Vita (PEV) Biblica, Inc.®.

Copyright e diritti delle rispettive case editrici. Citazioni utilizzate in base ad Art. 70, Legge 22 aprile 1941 n. 633.

IRIS RICHARD

COGLI L'ATTIMO

SEMBRA CHE IL DESIDERIO DI FARE DEL BENE, DI FARE LA DIFFERENZA E DI TROVARE UNO SCOPO NELLA VITA SIA UNA BUSSOLA INNATA NELLA MAGGIOR PARTE DI NOI.

Tuttavia, è facile minimizzare i piccoli gesti di bontà che possono avere un impatto significativo sulla vita. Dare spazio a sentimenti di inadeguatezza può perfino scoraggiarci dal rispondere quando Dio ci chiama all'azione, quando cogliere un'occasione potrebbe offrirci una grande opportunità di fare del bene.

Un'amica mi ha raccontato di un incontro straordinario, unico nel suo genere, che ha avuto di recente. Era entrata di corsa in un negozio per una commissione veloce e quando è uscita pochi istanti dopo ha scoperto con orrore che la sua auto era sparita! Aveva parcheggiato in fretta senza bloccare il freno a mano e ora l'auto stava scendendo lentamente lungo la strada, in direzione di un incrocio trafficato. A quel punto è successa una cosa impressionante. Un uomo vestito di stracci ha rincorso l'auto, si è appoggiato con tutto il suo peso contro la fiancata, e in qualche modo è riuscito a dirigerla verso il marciapiede dove si è fermata. Per un attimo lei è rimasta senza parole, ringraziando silenziosamente Dio per un intervento così straordinario da parte di una persona da cui se lo sarebbe aspettato di meno.

Ha detto di essersi resa conto che chiunque può fare la differenza in modo significativo e salvare la situazione cogliendo il momento in cui è necessario agire. Non solo quel mendicante aveva salvato la sua auto da un grave

danno, ma l'incidente le ha anche fatto capire che tutti noi possiamo essere una benedizione per gli altri se non esitiamo a reagire quando vediamo un bisogno.

Ascoltare la storia della mia amica mi ha fatto venire voglia di stare più attenta a cercare le opportunità di cogliere l'attimo per fare la differenza. In fondo, tutti affrontiamo battaglie difficili a volte, ed essere gentili e disponibili potrebbe alleviare il peso di qualcuno e portare un raggio di sole nella sua vita. È importante essere empatici e gentili con gli altri, soprattutto quando ci sono così tante persone che soffrono in questo mondo. La gentilezza può aprire le porte agli altri e a voi stessi, come è successo al mendicante la cui azione gentile ha salvato la giornata della mia amica e ha fruttato a lui una bella ricompensa.

Nessun gesto di gentilezza, per quanto piccolo, è mai sprecato.

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



CAMMINARE NELL'AMORE DI CRISTO

PETER AMSTERDAM

NELLA PRIMA EPISTOLA DI GIOVANNI
LEGGIAMO LA BREVE MA PROFONDA
AFFERMAZIONE CHE «DIO È
AMORE» (1 GIOVANNI 4:8).

Giovanni poi spiega che «in
questo si è manifestato
l'amore di Dio verso

fino alla millesima generazione» e «d'eternità
in eternità» (Deuteronomio 7:9; Salmi
103:17).

Nel Nuovo Testamento Gesù è raffigurato
come l'amore di Dio per l'umanità manifestato
sulla terra. A quelli di noi che lo amano e
credono in Lui ordinò di seguire i suoi insegnamenti

per dimorare nel suo amore e rifletterlo sugli
altri (Giovanni 15:9-10). Per aiutarci a
camminare nel suo amore e rifletterlo lo
Spirito Santo a insegnarci ogni
cosa e ricordarci tutto ciò che
ci ha detto (Giovanni 14:26).

La presenza dello Spirito
nella nostra vita si manifesta
con l'amore, la bontà e la
gentilezza nei confronti degli
altri (Galati 5:22).

Nel Nuovo Testamento ci
sono quattro parole che in italiano

vengono tradotte con *amore*, ma che

nel greco originale hanno significati diversi. Quella
usata più comunemente è *agape*. Nell'uso che se ne fa
nella Scrittura indica l'amore di Dio. Per esempio, in 1
Giovanni 4:8 quando dice che *Dio è amore*, il termine

di noi,
che Dio ha mandato
il suo Figlio unigenito
nel mondo, affinché noi
vivessimo per mezzo di lui» (1
Giovanni 4:9).

Anche se nell'Antico Testamento non
troviamo la frase *Dio è amore*, dalla Genesi fino a
Malachia Dio è raffigurato come Colui che ama
fedelmente ed eternamente. In tutto l'Antico Testamento
leggiamo che Dio «mantiene [il suo grande amore]

originale greco è *agape*. Tutto ciò che Dio fa è motivato e originato dal suo amore.

Agape si riferisce anche all'amore che proviamo per Dio e per il nostro prossimo, come nei due comandamenti più grandi (Marco 12:30-31), e l'amore cristiano che dovremmo avere nei confronti degli altri: «Vi do un nuovo comandamento: che vi amiate gli uni gli altri; come io vi ho amato, anche voi amatevi gli uni gli altri» (Giovanni 13:34). È l'amore dimostrato da Gesù durante la sua esistenza terrena, l'amore che lo spinse a dare la vita perché potessimo vivere con Lui in eterno.

Come cristiani, dobbiamo imitare l'amore altruista manifestato da Gesù, come scrisse Paolo: «Siate dunque imitatori di Dio, come figli

carissimi, e camminate nell'amore, come anche Cristo ci ha amati e ha dato se stesso per noi, in offerta e sacrificio a Dio come un profumo di odore soave» (Efesini 5:1-2).

Quando leggiamo i Vangeli e le Epistole, in ogni capitolo vediamo questo amore *agape* che sceglie di porre i bisogni degli altri al di sopra dei propri, che accetta di essere disturbato e si sacrifica volontariamente a vantaggio di un altro. È un amore che dimostra bontà, benevolenza e impegno per il benessere altrui senza aspettarsi niente in cambio.

In alcune traduzioni della Bibbia *agape* è spesso tradotto con «carità» e questo ci aiuta a capire che si parla di un amore generoso e altruista, un amore che

agisce. L'invito a imitare l'amore di Gesù è un invito a dimostrare bontà, compassione e amore, non solo per le persone cui siamo vicini e con cui ci sentiamo a nostro agio, ma anche per quelle che pensano, credono e agiscono in modi con cui non siamo d'accordo. Dopotutto, Gesù ci disse di amare anche i nostri nemici e quelli che ci maltrattano o ci fanno del male.

L'apostolo Paolo indicò chiaramente che cos'è l'amore e come si manifesta, in 1 Corinzi 13, quello che è spesso chiamato «il capitolo dell'amore». Scrisse: «L'amore è paziente, è benevolo; l'amore non invidia; l'amore non si vanta, non si gonfia, non si comporta in modo sconveniente, non cerca il proprio interesse, non s'inasprisce, non addebita il male, non gode dell'ingiustizia, ma gioisce con la verità; soffre ogni cosa, crede ogni cosa, spera ogni cosa, sopporta ogni cosa» (1 Corinzi 13:4-7).

Altre traduzioni usano termini che aiutano a capire meglio questo passo. Ci dicono che «Chi ama è paziente, pieno di bontà. Chi ama non invidia, non si vanta, non si gonfia di orgoglio. Chi ama non è altezzoso, non fa niente d'indecoroso, non cerca il proprio interesse, non si irrita, né si ricorda dei torti che subisce. Chi ama soffre per le ingiustizie, ma gioisce quando la verità viene a galla. Chi ama è pronto a scusare ogni cosa, a credere in ogni cosa, a sperare in ogni cosa, a sopportare ogni cosa» (1 Corinzi

13:4-7). Un'altra versione ci dice che «Chi ama è paziente e generoso. Chi ama non è invidioso, non si vanta, non si gonfia di orgoglio. Chi ama è rispettoso, non cerca il proprio interesse, non cede alla collera, dimentica i torti. Chi ama non gode dell'ingiustizia, la verità è la sua gioia. Chi ama è sempre comprensivo, sempre fiducioso, sempre paziente, sempre aperto alla speranza».

Questo elenco è un



buon un parametro da seguire se desideriamo camminare nell'amore di Cristo e incarnare il suo amore, la sua compassione e la sua bontà per gli altri mediante la nostra vita, le nostre parole e le nostre azioni. Gesù diede alcuni esempi di come

dimostrare questo amore nella vita di tutti i giorni: «Da' a chiunque ti chiede; [...] come volete che gli uomini facciano a voi, così fate a loro» (Luca 6:30-31). Disse anche: «Fate del bene e prestate senza sperarne nulla, e il vostro premio sarà grande e sarete i figli dell'Altissimo, perché

egli è benigno verso gli ingrati e i malvagi. Siate dunque misericordiosi, come anche il Padre vostro è misericordioso. [...] Date e vi sarà dato» (Luca 6:35-38).

La prima epistola di Giovanni esprime così l'importanza di mettere in pratica l'amore nella vita quotidiana: «Figlioletti miei, non amiamo a parole né con la lingua, ma a fatti e in verità» (1.

Giovanni 3:18). *Nella sua epistola, Giacomo ci offre alcuni esempi concreti di come mettere in pratica la nostra fede così da rispecchiare l'amore di Cristo: «Se un fratello o una sorella non hanno vestiti e mancano del*



cibo quotidiano, e uno di voi dice loro: «Andate in pace, scaldatevi e saziatevi», ma non date loro le cose necessarie al corpo, a che cosa serve? Così è della fede; se non ha opere, è per sé stessa morta» (Giacomo 2:15-18).

Dimostrare l'amore di Cristo nella vita, nelle azioni ed interazioni quotidiane con gli altri è essenziale per condurre una vita che rifletta Gesù sugli altri e li attiri a Lui. La decisione di sviluppare un carattere cristiano, spogliarsi del vecchio io e indossare il nuovo, come scrisse l'apostolo Paolo, è anch'essa un'espressione di amore (Efesini 4:20-24). Valori cristiani come amore, compassione, bontà, benevolenza e pazienza si basano tutti sull'amore di Cristo che ci costringe (2 Corinzi 5:14).

Amiamo Dio perché ci ha amati per primo (1. Giovanni 4:19) e, basandoci su quell'amore, ci sforziamo di essere più simili a Lui, riflettere Lui e il suo amore sugli altri, anche se quel riflesso è solo un debole bagliore di ciò che Lui è veramente. Ma per debole che sia, quel bagliore illumina questo mondo buio e rende gloria a colui che ci ha creati, amati e salvati, e con cui passeremo l'eternità (Matteo 5:16). Possa ognuno di noi crescere a immagine di Cristo per riflettere meglio l'amore e la bontà di Dio su ogni persona con cui entriamo in contatto.

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



BUONI RAPPORTI

KEITH PHILLIPS

UN CANE RANDAGIO SI TRASFERÌ NEL QUARTIERE DELLA FAMIGLIA ROSSI LO STESSO GIORNO IN CUI I BIANCHI SI TRASFERIRONO NELLA CASA ACCANTO. Il cane iniziò subito a creare scompiglio, frugando nei bidoni della spazzatura e distruggendo le aiuole di entrambi i cortili. I Rossi erano irritati dal fatto che i Bianchi avevano portato una tale seccatura nel quartiere e i Bianchi trovavano imperdonabile che i Rossi non facessero alcun tentativo di controllare il loro cane. Per diverse settimane nessuna delle due coppie si rivolse all'altra, mentre il malumore serpeggiava da entrambe le parti. Alla fine, la signora Rossi non ne poté più e ne disse quattro alla signora Bianchi. «Oh», rispose questa, «pensavamo che il cane fosse *vostro!*»

Spesso le cose che rovinano i rapporti sono come quel cane: si tratta più di malintesi o di piccole irritazioni gonfiate a dismisura che di veri e propri misfatti da parte di qualcuno. Spesso per sistemare le cose basterebbe una comunicazione migliore, ma qualcuno deve fare la prima mossa e non sempre è facile. Entrambe le parti, convinte

di avere ragione o non disposte ad ammettere il contrario, si chiudono nelle loro posizioni. Le barriere si alzano. I rapporti si guastano. Tutti soffrono.

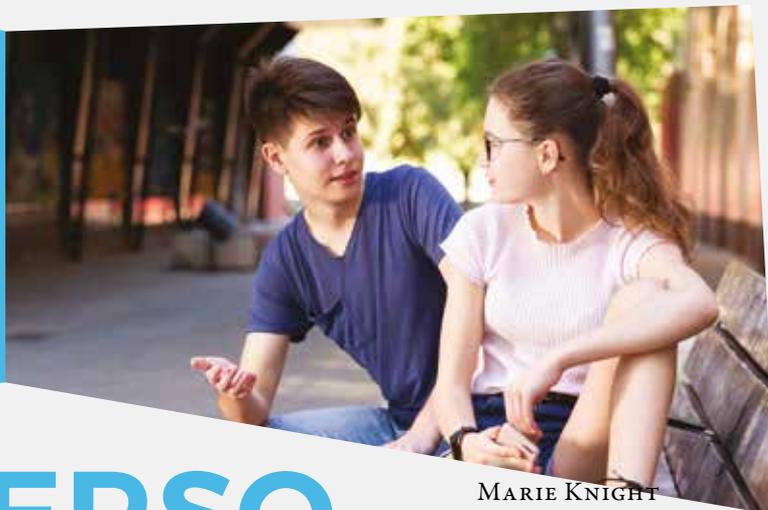
Dove possiamo trovare l'umiltà di ammettere di aver sbagliato, o l'amore e la grazia per perdonare e dimenticare quando abbiamo subito un torto? Dove possiamo trovare la saggezza per trasformare una situazione senza vincitori in una situazione in cui entrambi vincono? la forza per contrastare la nostra natura testarda o il coraggio di fare la prima mossa? La Bibbia ci dice che la sua potenza divina ci ha dato tutto ciò di cui abbiamo bisogno per una vita divina attraverso la nostra conoscenza di Lui (1 Pietro 1:4). Gesù ha detto: «Chiedete e vi sarà dato» (Matteo 7:7). Come tutte le cose migliori della vita, le relazioni di maggior successo iniziano con la relazione per eccellenza: la comunione cuore a cuore con «il Dio vivente, che ci fornisce abbondantemente ogni cosa perché ne possiamo godere» (1 Timoteo 6:17).

KEITH PHILLIPS È STATO REDATTORE CAPO DI *CONTATTO* DAL 1999 AL 2013. ORA LAVORA CON I SENZATETTO NEGLI USA, INSIEME A SUA MOGLIE CARYN. ■



Se non hai ancora sperimentato il rapporto definitivo con il Dio vivente, puoi farlo ora recitando questa semplice preghiera:

Caro Gesù, credo che sei il Figlio di Dio. Ti ringrazio per essere morto per me perché io possa vivere vicino a Te fin da ora e poi sempre in cielo. Ti chiedo di entrare nel mio cuore. Ti prego di perdonare i miei peccati e di riempirmi con il Tuo Spirito Santo. Grazie!



MARIE KNIGHT

UN DIVERSO TIPO DI AMORE

QUANDO ERO BAMBINA, «AMORE» ERA UNA DELLE MIE PAROLE PREFERITE. RICORDO CHE TERMINAVO OGNI LETTERA CHE SCRIVEVO CON LE PAROLE «TI VOGLIO TANTO TANTO BENE!»

Sentivo l'amore della mia famiglia, dei miei amici, della nostra chiesa. Per me l'amore era la sensazione di essere al sicuro e di essere accudita.

Crescendo ho scoperto un altro tipo di amore, quello descritto in Proverbi 27:6: «Fedeli sono le ferite di un amico». Ho imparato che amore è anche aiutare le persone a vedere i loro difetti.

Quando ero adolescente, ho sviluppato la cattiva abitudine di dire parolacce. Arrivai al punto che, quando ero con gli amici, le parolacce mi uscivano dalla bocca quasi senza farci caso. Un giorno un caro amico mi ha preso da parte e mi ha detto che secondo lui dicevo troppe parolacce. Disse che era brutto da sentire. Mi ha colto di sorpresa e mi sono messa sulla difensiva, ma in cuor mio non ho potuto fare a meno di riconoscere che aveva ragione. Sapevo che me lo aveva detto perché ci teneva a me come amica e voleva il meglio per me, non perché volesse farmi sentire in colpa. Voleva davvero aiutarmi a essere una persona migliore. Così, con il suo aiuto e il suo incoraggiamento, ho studiato ciò che la Bibbia dice sulla

nostra parola. «La morte e la vita sono in potere della lingua» (Proverbi 18:21). «La bocca parla dalla pienezza del cuore» (Luca 6:45). «Se uno pensa di essere religioso, ma poi non tiene a freno la sua lingua e inganna sé stesso, la sua religione è vana» (Giacomo 1:26).

Dopo un po' ho imparato a controllare la lingua e a esprimere la sorpresa o la delusione in modo più positivo. Ora sono molto grata che il mio amico non abbia evitato di parlarne, anche se sono sicura che non sia stato facile. Da allora ci sono state molte volte in cui sono stata corretta dalla mia famiglia e dai miei amici e, sebbene non sia una bella sensazione, so che lo fanno perché tengono a me.

Fa male all'orgoglio essere corretti dagli altri, ma se chiediamo al Signore di essere comprensivi e lavoriamo per cambiare in meglio, allora è per il nostro bene. «È vero che qualunque correzione sul momento non sembra recar gioia, ma tristezza; in seguito tuttavia produce un frutto di pace e di giustizia in quelli che per suo mezzo sono stati addestrati» (Ebrei 12:11).

MARIE KNIGHT È UNA MISSIONARIA VOLONTARIA A TEMPO PIENO NEGLI USA. ■

DARE AMORE RICEVENDO AMORE

SALLY GARCÍA

LA BIBBIA DICE CHE DOBBIAMO AMARE IL NOSTRO PROSSIMO COME NOI STESSI. Ma che dire di fare in modo che il nostro prossimo ami noi come ama se stesso?

Per molti di noi è difficile. Ci concentriamo sull'imparare a dare liberamente, ma quanti di noi sanno come ricevere liberamente? Ci rendiamo conto che anche riconoscere i nostri limiti ed essere aperti a ricevere un gesto gentile può essere un modo per amare gli altri? Che cosa ci fa rifuggire dall'accettare l'aiuto degli altri? Forse è umiliante. Forse siamo orgogliosi della nostra indipendenza o non vogliamo sentirci in debito con nessuno. Forse ci sentiamo indegni della premura espressa attraverso un gesto gentile.

Una volta stavo imparando a cucire. Avevo fatto un disegno quadrato su un tessuto e volevo farne una borsa. Ho chiesto a un'amica sarta se avrebbe potuto farlo lei. È venuta fuori una cosa bellissima. Un gesto dolce e amorevole! Ho continuato a chiederle quanto le dovevo e lei continuava a insistere che non c'era alcun costo. Devo averla infastidita un po', perché, dopo aver rifiutato i miei soldi forse per la quinta volta, è sembrata frustrata e mi ha detto: «Non puoi lasciare che qualcuno faccia qualcosa di bello per te?» Mi sono resa conto che non avevo imparato a lasciare che gli altri mi aiutassero.

È bello anche ricevere complimenti, ma può essere difficile accettare un complimento con garbo senza protestare: «No, non era niente!» Allora l'altra persona deve insistere nel dimostrare riconoscenza e via di seguito. Che ne dite di rispondere semplicemente con: «Grazie! Sono felice di essere stata d'aiuto» o «Grazie, sei molto gentile a dirlo».

Possiamo rendere gli altri felici di averci resi felici. È una situazione vantaggiosa per tutti. Ho scoperto che alla

maggior parte delle persone piace sentirsi utili e apprezzate. Lo pensano davvero quando dicono: «Cosa posso fare per aiutarla?» Un'offerta del genere è una manifestazione della fiducia che nasce dalla vera amicizia e fa parte della costruzione della comunità. Il mio vicino alleva galline e gli fa piacere regalarmi qualche uovo quando passo davanti a casa sua. È un po' solitario e molto probabilmente le uova sono il suo modo per iniziare una conversazione. Il suo volto si illumina quando lo ringrazio.

Gesù ha insegnato che è più bello dare che ricevere (Atti 20:35). Per essere un *donatore*, è necessario che ci sia un *ricevente*. Impariamo a essere entrambi.

SALLY GARCÍA È EDUCATRICE, SCRITTRICE, TRADUTTRICE E UNA MISSIONARIA. VIVE IN CILE CON SUO MARITO GABRIEL ED È AFFILIATA ALLA FAMIGLIA INTERNAZIONALE. ■





Un messaggio inaspettato

A VOLTE CI TROVIAMO IN UNA POSIZIONE IN CUI POSSIAMO ESSERE UNA BENEDIZIONE PER GLI ALTRI, SERVIRE CHI HA BISOGNO E CONDIVIDERE IL VANGELO. Forse si fa parte di una missione che va a beneficio della comunità ed è ben accolta.

Altre volte, invece, ci troviamo in una situazione in cui ci sembra di poter fare ben poco in questo senso. Mi è capitato di recente. La mia vita era molto occupata. Avevo un lavoro impegnativo. Studiavo per una laurea. In mezzo c'erano obblighi familiari e il resto della vita. La maggior parte dei miei contatti umani avveniva sul posto di lavoro, dove cercavo di ascoltare tutti e offrire incoraggiamento, consigli e preghiere quando era possibile. Tuttavia, sembrava che non ci fosse molto da contribuire, al di là del comportarsi da amica e aiutare a incoraggiare le persone intorno a me.

Torniamo indietro di qualche anno. Ero in un altro paese, pensavo e pregavo riguardo ai passi successivi da fare e intanto cercavo un nuovo lavoro. Mi chiedevo se il periodo trascorso nel mio precedente posto di lavoro fosse davvero valso. Era stato costoso in termini di stress e mi chiedevo se non avrei dovuto lasciarlo prima. C'era

JULIE VASQUEZ

stato qualche scopo, oltre al riscuotere lo stipendio? Avevo avuto come motivazione la costruzione di legami sociali con i colleghi, ma ora mi chiedevo se avessi davvero fatto la differenza.

Il giorno dopo mi sono svegliata con un messaggio di un'ex collega che non sentivo da mesi. La chiamerò Carla. Avevo assunto Carla per una posizione di basso livello. La sua storia era straziante. Aveva affrontato sfide in quasi tutti i settori: problemi finanziari, separazione dal marito, problemi per l'affidamento dei figli, carenze educative e altro ancora. Le sue prospettive non erano rosee.

Nell'arco di cinque anni, l'ho indirizzata a un percorso di carriera tecnica. Ha ripreso gli studi, ha conseguito le certificazioni richieste e alla fine ha ottenuto una buona posizione con un percorso promettente. Ci sono state prove e lacrime lungo il percorso, ma lei ha perseverato e io ho cercato di sostenerla nei momenti di difficoltà e di incoraggiare la sua fede nel Signore.

Torniamo al messaggio di quella mattina. Diceva: «Voglio ringraziarti per tutto. Mi hai aiutato a diventare la persona che sono oggi. Apprezzo tutto quello che hai fatto per me. È tutto merito tuo, grazie».

Ero sbalordita. Mi ero appena chiesta se avessi fatto la differenza ed ecco la mia risposta. Carla mi ha detto che i suoi figli stanno bene e che le relazioni interrotte si erano ripristinate. Ama il suo lavoro. Finalmente ha una relazione felice e una traiettoria nuova.

È stata una vera gioia sentirsi ricordare che le piccole cose, l'incoraggiamento, la preghiera, l'attenzione e l'interessamento possono fare la differenza. Naturalmente so che Gesù ha avuto un ruolo importante in tutto questo. Ho potuto dare incoraggiamento, motivazione e persino istruzioni per merito della sua grazia. Certamente non è stato tutto merito mio, ma è molto gratificante sapere che ho avuto un ruolo nella svolta della vita di una persona. Mi ricorda quanto il Signore ami ognuno di noi come individuo e si preoccupi di ogni aspetto della nostra vita. È paziente e disposto a dedicare del tempo ad aiutarci a raggiungere un buon posto.

A volte possiamo essere chiamati a servirlo in luoghi improbabili o in condizioni difficili. Potremmo avere la sensazione di avere effetti minimi. In ogni caso, possiamo essere certi che ovunque il Signore ci abbia condotto, c'è sempre un servizio che possiamo fornire, anche se sembra ordinario o di poca importanza. Nessun gesto d'amore, di bontà o di generosità è troppo piccolo per essere usato da Dio; ogni vita cambiata, ogni famiglia avviata su un nuovo cammino è una cosa bellissima da festeggiare e di cui far parte.

JULIE VASQUEZ È UNA PROJECT MANAGER E VIVE IN TEXAS, USA. ■

Potremmo trascurare molte opportunità più piccole, ma pur sempre eternamente preziose, di aiutare qualcuno. Proprio come "il viaggio di mille miglia inizia con un semplice passo", Dio di solito inizia le sue grandi opere in una persona e per mezzo di una persona con delle piccole cose. Matteo 10:42 dice che anche un gesto piccolo come il dare a qualcuno un bicchiere d'acqua fresca sarà ricompensato. Matteo 25:34-40 menziona la ricompensa per aver visitato le persone in prigione e per aver fornito cibo, alloggio e vestiti ai bisognosi. Ogni parola gentile, ogni incoraggiamento, ogni piccolo gesto di bontà può fare una differenza enorme nella vita di qualcuno, sia immediatamente che a distanza di anni. —Guy Crockroft

Preghiera: Dio onnipotente, a volte ci aspettiamo che qualcun altro intervenga e faccia la differenza. Perché? Perché pensiamo di non avere abbastanza risorse. Oppure che i nostri talenti non siano abbastanza importanti. Ciò che è sorprendente è che, quando possiamo utilizzare i nostri talenti nel tuo regno, Tu li prendi e superi di gran lunga le nostre aspettative. Quando questa settimana ci offrirai l'opportunità di fare una piccola cosa per esprimere un grande amore, ti prego di aiutarci ad accettare questa opportunità. Amen. —Diane Vielhuber



NON ERA OBBLIGATA A FARLO

MARIE ALVERO

OGNI ANNO RICEVO UNA LETTERA DA UNA DONNA CHE HO CONOSCIUTO PER CIRCA SEI MESI PIÙ DI DIECI ANNI FA. Quando ci siamo incontrate, mi sembrava che la mia vita fosse in fiamme. Avevo quattro figli piccoli e ci eravamo appena trasferiti in una nuova città: eravamo al verde, il nostro matrimonio si stava logorando per lo stress e, onestamente, lo stesso stava succedendo anche alla mia fede. Non avevamo amici o rapporti sociali nel posto in cui ci trovavamo e il futuro non prometteva nulla di buono.

Ci siamo incontrate il primo giorno di scuola dei nostri figli. Non poteva essere più diversa da me! Mentre io mi sentivo un disastro, lei era tranquilla e prevedibile. Aveva la calma e il comportamento di chi non si curava dell'ultima moda o tendenza, ma aveva creato una vita semplice e significativa.

I nostri figli si sono affezionati gli uni agli altri. E invece di mantenersi a distanza da questa giovane mamma agitata, quella donna ci ha aperto la sua casa e la sua vita. Abbiamo condiviso molti pasti con la sua famiglia, i miei figli hanno trascorso ore nel loro giardino, ci ha portato in chiesa con la sua famiglia e ha organizzato attività per i bambini. Mi ha insegnato a destreggiarmi in cose che per

me erano nuove e ha contribuito alla mia vita in modi di cui credo non si rendesse nemmeno conto.

Grazie a lei sono entrata in contatto con un piccolo gruppo di mamme che si incontravano ogni settimana per pregare e studiare la Bibbia. È stato un po' ironico. Venivo da una vita incentrata sul lavoro missionario e sulla condivisione della Bibbia con gli altri, ma la mia fede era scesa al suo punto più debole e vulnerabile. Queste donne si sono strette intorno a me e hanno pregato per me in quei pochi mesi in cui non avevo la forza di farlo da sola.

Quando penso agli esempi di amore nella mia vita, onestamente ne ho avuti molti. C'è sempre stato qualcuno a riflettere l'amore di Cristo nella mia vita, ma questa donna si distingue per me. Penso che sia perché ne avevo un grande bisogno in quel momento e perché lei non era assolutamente *obbligata* a farlo. Non era obbligata a permettere che la sua vita si complicasse con l'ulteriore scompiglio portato da me, ma l'ha fatto.

Ci scriviamo ogni anno con aggiornamenti e foto, e la sua gentilezza e la sua amicizia sono ancora presenti. Mi ricorda che alcune delle opportunità più grandi che abbiamo di avere un impatto sulla vita degli altri stanno nella nostra disponibilità e volontà di condividere un po' di noi stessi invece di tenerli a distanza.

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

COSTRUIRE AMICIZIE



D: VOGLIO ANDARE D'ACCORDO CON GLI ALTRI E GODERE DI AMICIZIE E RELAZIONI VALIDE, MA SPESSE NON SO DA DOVE COMINCIARE. COME POSSO COSTRUIRE LEGAMI FORTI CON GLI ALTRI?

R: Ecco alcuni consigli per iniziare. Il punto non è fingere di essere qualcosa che non sei, ma fare uno sforzo consapevole per coltivare le qualità che aiuteranno le persone a sentirsi a proprio agio con te e a provare piacere nello stare con te.

- **Sii educato e cortese.** Come osservava San Basilio, «chi semina cortesia, raccoglie amicizia, e chi pianta gentilezza, raccoglie amore».
- **Sorridi.** Un sorriso sincero disarmo chi è guardingo, calma che è polemico, tranquillizza chi è arrabbiato e incoraggia chi è abbattuto. Dà un tono positivo.
- **Sii ottimista.** Tutti hanno abbastanza problemi. Le persone sono attratte da persone positive e orientate alla soluzione.
- **Sii socievole.** Se sei timido quando incontri qualcuno, concentrarti sul farlo sentire accettato e a suo agio può aiutarti a sentirti meno imbarazzato.
- **Cerca il buono negli altri.** Tutti hanno delle qualità ammirevoli. Concentratevi sulla ricerca di queste, non sui difetti.
- **Complimenta gli altri per le loro buone qualità.**

Tutti hanno bisogno di sapere che le proprie qualità sono notate e apprezzate. Sii generoso, sincero e specifico nei complimenti.

- **Rilassati.** Una persona con un buon senso dell'umorismo è divertente da frequentare, ma assicurati che il tuo umorismo non vada a scapito di qualcun altro.
- **Mantieni una mente aperta.** Tutti hanno diritto alla propria opinione. Poche discussioni valgono la pena di essere vinte a scapito di un'amicizia. A volte è meglio accettare di non essere d'accordo.
- **Sii umile.** È difficile stare attorno a persone orgogliose ed egocentriche. L'umiltà attira, l'orgoglio respinge.
- **Sii un buon ascoltatore.** Uno dei modi migliori per dimostrare che si tiene alle persone è interessarsi a ciò che hanno da dire e sforzarsi di capirle ed entrare in empatia.
- **Sii comprensivo con gli errori degli altri.** Tutti sbagliano a volte. Ricorda la Regola aurea: «Tratta gli altri come vorresti che gli altri trattassero te» (Matteo 7:12). Potresti scoprire che la stessa cortesia ti viene restituita quando sei tu a commettere degli errori. ■

IL POTERE CURATIVO DELL'AMORE



G.L. ELLENS

CONOBBI MARTA, UN'INFERMIERA IN PENSIONE, IN UN MOMENTO PARTICOLARMENTE DIFFICILE DELLA SUA VITA. Marta aveva raggiunto un punto in cui stava pensando al suicidio. Le parlai dell'amore incondizionato di Dio e la invitai a ricevere Gesù e a riporre in Lui la sua fede e la sua fiducia, cercando in Lui il perdono e una nuova vita. Questo semplice messaggio risuonò profondamente con lei, innescando una trasformazione del suo carattere e del suo spirito.

La nostra amicizia crebbe. Un giorno, Marta mi portò dei vestiti da neonato e altri articoli per bambini. Ne fui

sorpresa, perché avevo appena scoperto di essere incinta del mio secondo figlio. La sua intuizione e la sua preoccupazione mi stupirono. Tuttavia, solo dopo la nascita del mio bambino compresi la profondità del suo amore e della sua compassione.

Dopo il parto, sviluppai una grave infezione che mi costrinse a letto con una febbre incessante. La gioia di accogliere il mio nuovo bambino fu oscurata dal dolore e dalla debolezza che provavo. Marta venne a sapere delle mie condizioni e poco dopo arrivò a casa nostra.

Mi guardò con occhi pieni di preoccupazione. Si offrì di trasferirsi da noi per tutto il tempo necessario alla mia guarigione. Per un mese intero, Marta fu la mia compagna e badante costante. Le sue competenze infermieristiche, affinate nel corso degli anni, erano inestimabili. Ma le sue cure andavano oltre l'aspetto fisico. La sua presenza portò un senso di pace e rassicurazione che fu fondamentale per la mia guarigione. La sua fede, incrollabile e salda, mi ricordò la forza che possiamo trarre dall'amore di Dio.

Marta si prese cura anche del mio neonato, trattandolo come se fosse suo nipote. Il suo amore era un'espressione tangibile degli insegnamenti di Gesù, una testimonianza vivente di ciò che significa amare il prossimo come se stessi.

Entro la fine di quel mese, mi ero completamente ristabilita. Provavo una gratitudine enorme per le cure amorevoli di Marta.

La sua storia è una testimonianza del potere dell'amore di Gesù. Le sue azioni illustrano che, anche durante le nostre difficoltà, possiamo essere condotti dall'amore di Dio per gli altri. La vita di Marta, un tempo segnata dalla disperazione, è diventata un canale di guarigione e di benedizioni per me e la mia famiglia. Il suo esempio mi incoraggia a guardare al di là delle mie circostanze per aiutare chi ha bisogno, riflettendo così l'amore sconfinato di Dio. Gli atti d'amore e di gentilezza non sono solo momenti fugaci, ma sono l'essenza del vivere per Gesù.

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

Essere uno strumento della bontà divina



ROSANE CORDOBA

ANNI FA, MIO MARITO E IO ERAVAMO MISSIONARI A FOZ DO IGUAÇU, UNA CITTÀ NEL SUD DEL BRASILE. Facevamo spettacoli di burattini con i nostri figli nelle scuole e nelle istituzioni per raccogliere fondi e portare il Vangelo ai bambini, agli adolescenti e agli anziani in modo creativo.

Nel nostro quartiere c'erano alcune famiglie povere. Ogni settimana le aiutavamo con la frutta e la verdura che prendevamo al mercato. Un Natale avevamo un po' di soldi in più, così abbiamo deciso di dividerli con una famiglia povera, come sorpresa per le feste. Mentre pregavamo per decidere a chi offrire il regalo, ci siamo ricordati di una grande famiglia cristiana; il padre si era appena ferito a una gamba mentre lavorava. Anche se non aveva perso l'impiego, il suo datore di lavoro non poteva pagarlo durante i due mesi di convalescenza in cui non era in grado di lavorare.

Siamo andati a casa loro e abbiamo consegnato la busta alla madre. Lei l'ha aperta e ha iniziato a piangere. Poi è corsa in camera da letto. Siamo rimasti perplessi e abbiamo chiesto alla figlia maggiore quale fosse il problema, ma lei non ne aveva la minima idea. Ben presto la mamma è tornata, dopo essersi asciugata le lacrime, e ha detto: «Vi prego di scusarmi e di non andarvene ancora. I bambini non lo sanno, ma abbiamo ricevuto un ultimatum dall'azienda elettrica e domani è l'ultimo giorno per pagare la bolletta scaduta, altrimenti ci taglieranno

l'elettricità. Il denaro che ci avete portato è esattamente l'importo di cui abbiamo bisogno. Erano lacrime di gioia perché questa mattina ho pregato che Dio facesse un miracolo e ci fornisse i soldi, ma non avevo idea di come l'avrebbe fatto. Voglio ringraziarvi per essere stati lo strumento della sua misericordia per noi».

Più tardi, quando avevamo appena avuto il terzo figlio, eravamo molto a corto di soldi e avevamo bisogno di una carrozzina. Quando sono andata a trovare degli amici, ho parlato loro della nostra necessità e la moglie ha detto: «Aspetta un attimo!» Poi è andata a prendere una carrozzina che era stata della sua figlia più piccola; era esattamente il tipo che avevo chiesto in preghiera. Me l'ha offerta con un sorriso e ha detto: «Ora capisco in che modo Dio risponde alle preghiere. Tocca il cuore di una persona che ha qualcosa da condividere e quella persona la dona a chi ne ha bisogno!»

È proprio vero, no? Se tutti rispondessero alla chiamata di Dio e condividessero ciò che possono con chi ha bisogno, diventando strumenti della generosità di Dio, quanto sarebbe migliore questo mondo!

ROSANE CORDOBA VIVE IN BRASILE. È UNA SCRITTRICE INDIPENDENTE, FA TRADUZIONI E PRODUCE MATERIALE RELIGIOSO E DI FORMAZIONE DEL CARATTERE PER L'INFANZIA. ■



DA GESÙ CON AMORE

Amo gli altri come Io ho amato te

Ecco il tipo di amore che ho per voi: mentre eravate ancora peccatori, Io sono morto per voi ([Romani 5:8](#)). Il mio amore per voi è così grande che ho potuto guardare al di là dei vostri peccati, per vedere la bellezza della mia creazione.

Amo ogni singola persona e ho dato la mia vita per redimerla, proprio come amo te e sono morto sulla croce per te. Amare gli altri con il mio amore significa guardare al di là delle debolezze, delle mancanze e del peccato, per mostrare loro il mio amore e la mia compassione e condividere quell'amore e quella redenzione.

Sii consapevole ogni giorno delle opportunità di condividere il mio amore con gesti di bontà e affetto, con la tua attenzione e con parole d'incoraggiamento. Trova il tempo di ascoltare e capire, aiuta a portare i pesi e dimostra amore e considerazione. Durante la tua giornata, fermati e chiediti: «Chi mi passa accanto e ha bisogno di incoraggiamento, di una preghiera, di un abbraccio, di un amico o di qualcuno a cui parlare?»

Cercando di comunicare con gli altri con bontà e compassione proverai la gioia di condividere il mio amore con loro e trasformare la loro vita. Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli, se dimostrerete amore ([Giovanni 13:35](#)).