

CAMBIA LA TUA VITA. CAMBIA IL TUO MONDO.

# CONTATTO

Anno 22 • Numero 6

## IL PADRE NOSTRO

Presentarci  
davanti al Padre

## Perfetta sincronia

La protezione  
divina

## I sussurri di Dio

È sempre vicino





## QUALCHE PAROLA D'INTRODUZIONE UN'OCCHIATA ALLA PREGHIERA

Sarebbe irrealistico pensare di poter coprire l'enorme argomento della preghiera in un unico numero di *Contatto*, ma, anche se vasto, il soggetto della preghiera non è complicato. È solo questione di credere che esiste un Dio che ci ama e che vuole avere un rapporto intimo con noi. È sensibile ai nostri bisogni, ascolta le nostre preghiere e ci invita ad avvicinarci a Lui. Se abbiamo una fede pur anche piccola come un seme di senape, ogni cosa è possibile con la preghiera (Matteo 17:20).

Non dobbiamo preoccuparci che le nostre preghiere siano scorrevoli o eloquenti. Nel suo famoso romanzo *I miserabili*, Victor Hugo scrisse: «In quanto ai metodi della preghiera, vanno tutti bene, purché siano sinceri». La Bibbia, tuttavia, ci indica il modo per pregare più efficacemente. Gesù stesso insegnò ai suoi discepoli a pregare con il noto Padre Nostro, la «Preghiera del Signore» che Peter Amsterdam analizza molto bene per noi nell'articolo a pag. 4.

Ecco alcuni punti da tenere a mente quando ci presentiamo a Dio in preghiera:

- Le nostre richieste devono basarsi sull'amore: «Tutte le cose che fate, fatele con amore» (1 Corinzi 16:14).
- È necessario un cuore sincero e puro: «Se nel mio cuore avessi tramato il male, il Signore non m'avrebbe ascoltato» (Salmi 66:18-19).
- Non devono essere ripetizioni meccaniche: «Nel pregare, non usate inutili ripetizioni» (Matteo 6:7-8).
- Devono nascere dalla devozione, non dall'obbligo: «Invocami e io ti risponderò e ti annunzierò cose grandi e impenetrabili che tu non conosci» (Geremia 33:3).
- Bisogna avvicinarsi al Signore con umiltà: «Non presentiamo le nostre suppliche davanti a te per le nostre opere giuste, ma per le tue grandi compassioni» (Daniele 9:18).
- Pregare con fede: «Ogni cosa è possibile per chi crede» (Marco 9:23).
- Cercare sopra ogni cosa la sua volontà: «Questa è la fiducia che abbiamo in lui: che se domandiamo qualche cosa secondo la sua volontà, egli ci esaudisce» (1 Giovanni 5:14).

Dio è ben desideroso di ascoltare le nostre preghiere in qualunque momento. Gli importa di più la nostra sincerità che la nostra eloquenza. Anche se non sempre esaudisce le nostre preghiere come ci aspettiamo, quando la nostra volontà si allinea alla sua finiremo per accorgerci che le sue vie sono migliori.

Speriamo che ti faccia piacere dare un'occhiata all'argomento affascinante della preghiera nel numero di *Contatto* di questo mese.

Gabriel e Sally García, Redazione di *Contatto*

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


**Website:**  
[activated-europe.com/it/](http://activated-europe.com/it/)  
**Email:**  
[activated-europe.com/it/contactaci/](mailto:activated-europe.com/it/contactaci/)

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

© 2024 Activated.  
Tutti i diritti riservati.  
Grafica di Gentian Suçi.

Se non altrimenti indicato, i brani biblici sono tratti dalla versione La Nuova Diodati © La Buona Novella - Brindisi. Altre citazioni possono provenire dalle seguenti versioni: La Nuova Riveduta (NR) Società Biblica di Ginevra, 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.



La preghiera è indubbiamente l'attività più elevata dell'anima umana. L'uomo è al suo punto più grande ed elevato quando è in ginocchio e si presenta faccia a faccia con Dio.  
—Martyn Lloyd-Jones

# PERFETTA SINCRONIA

CURTIS PETER VAN GORDER

**OGGI MI È TORNATO IN MENTE UN MIRACOLO CHE DIO HA FATTO IN RISPOSTA ALLE NOSTRE PREGHIERE.** Sono sicuro che le esaudisce ogni giorno, insieme a quelle di milioni di persone in tutto il mondo, solo che spesso non riconosciamo la sua mano nella nostra vita. Ogni preghiera esaudita è un tesoro prezioso che brilla sempre di più ogni volta che ne parliamo. Per questo non voglio tenere per me questa testimonianza, o darla per scontata e dire con leggerezza: «Oh be', altro giorno, altro miracolo».

Quella mattina, mia moglie ed io ci eravamo presi un po' di tempo libero per leggere la Parola di Dio, pregare e connetterci con lo Spirito Santo per trovare forza per la giornata. Credo che sia uno dei motivi per cui il Signore si è mosso a nostro favore.

Più tardi sono andato a trovare un amico per uno studio biblico. All'epoca vivevamo in India ed era la stagione dei monsoni. Come succede spesso in quel periodo dell'anno, il vento ha cominciato a soffiare violentemente, con una pioggia scrosciante. Mentre io e il mio amico eravamo al sicuro dentro casa, la persona che mi aveva accompagnato era fuori in auto a farsi un sonnellino. L'addetto alla sicurezza di un altro appartamento è uscito e ha bussato al finestrino dell'auto per svegliare il conducente.

«Farebbe meglio a spostare l'auto», lo ha avvertito. «È parcheggiata sotto un albero che non sembra troppo stabile».

«Non credo proprio! Lei vuole che mi sposti solo per lasciare il posto a qualcun altro».

«Cercavo solo di dare una mano, ma le suggerisco di spostare l'auto adesso».

Qualcosa nel tono amichevole della guardia ha spinto il nostro autista a seguire il suo consiglio di spostare l'auto più avanti. Aveva appena spento il motore, che l'albero è caduto con un grande rumore proprio dove era stato parcheggiato un attimo prima. L'albero aveva un diametro di un paio di un paio di metri e avrebbe seriamente danneggiato l'auto o l'avrebbe schiacciata con dentro il conducente.

Quest'ultimo, il mio amico ed io abbiamo lodato il Signore per la sua protezione. Sono sicuro che è stato Dio a rispondere alle preghiere fatte quella mattina per richiedere protezione e sicurezza. Questo mi ha ricordato ancora una volta quanto sia importante pregare.

CURTIS PETER VAN GORDER È UNO SCRITTORE INDIPENDENTE E UN MIMO; HA VISSUTO 47 ANNI COME MISSIONARIO IN DIECI PAESI DIVERSI E ORA VIVE IN GERMANIA, CON SUA MOGLIE PAULINE. ■

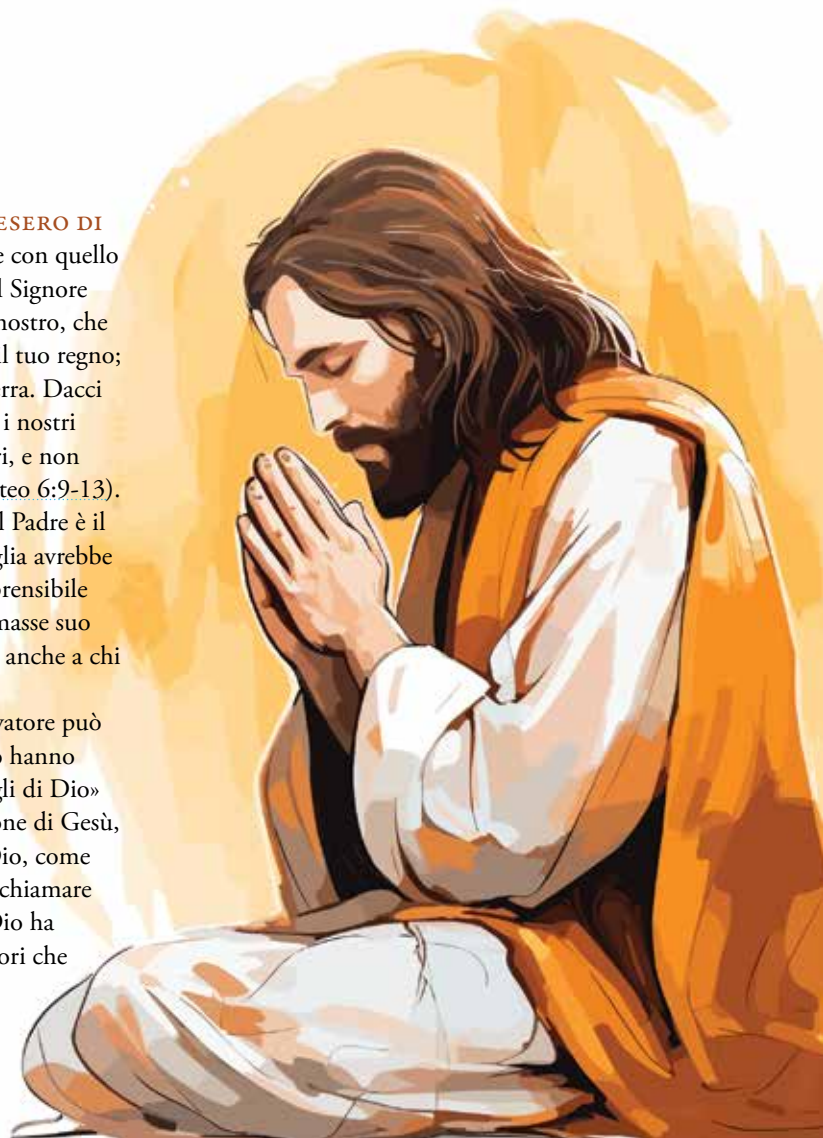
# IL PADRE NOSTRO

PETER AMSTERDAM

**QUANDO I DISCEPOLI DI GESÙ GLI CHIESERO DI INSEGNARE LORO A PREGARE**, Lui rispose con quello che è noto come Padre Nostro, o Preghiera del Signore (Luca 11:1): «Voi dunque pregate così: Padre nostro, che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome; venga il tuo regno; sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non esporci tentazione, ma liberaci dal male» (Matteo 6:9-13).

La parola utilizzata da Gesù per rivolgersi al Padre è il termine aramaico *Abba*, che un figlio o una figlia avrebbe usato nella Palestina del primo secolo. È comprensibile che Gesù, come Figlio unigenito di Dio, chiamasse suo Padre *Abba*, ma la cosa notevole è che insegnò anche a chi credeva in Lui a chiamare Dio *Abba*.

Chi crede in Gesù e lo riceve come suo Salvatore può chiamare Dio suo Padre: «A tutti coloro che lo hanno ricevuto, egli ha dato l'autorità di diventare figli di Dio» (Giovanni 1:12). Grazie alla morte e risurrezione di Gesù, i credenti vengono adottati nella famiglia di Dio, come suoi figli e figlie; quindi hanno il privilegio di chiamare Dio loro Padre, *Abba*. «Perché voi siete figli, Dio ha mandato lo Spirito del Figlio suo nei vostri cuori che grida: "Abba, Padre"» (Galati 4:4-6).





Se ancora non conosci Gesù Cristo come tuo salvatore, puoi aprire il tuo cuore a Lui con questa semplice preghiera:

*Caro Gesù, ti prego di perdonare i miei peccati. Credo che sei morto per me e ti invito a entrare nella mia vita. Riempimi del tuo amore e dello Spirito Santo. Aiutami ad amare Te e gli altri e a vivere secondo la verità espressa nella Bibbia. Amen.*

Pregare “Padre nostro” implica un senso d’intimità; implica che ci stiamo rivolgendo a una persona che ci ama e si prende cura di noi. La preghiera non deve essere un modo complicato e formale di rivolgersi a una entità distante. La preghiera insegnata da Gesù era breve e semplice, una semplice comunicazione di cuore da parte di chi sa di dipendere da suo Padre per le proprie necessità quotidiane e di avere bisogno di perdono per i propri peccati, bisogno della sua protezione e della sua cura.

Iniziando la preghiera con «Padre nostro che sei nei cieli», Gesù ci ricorda anche che, mentre ci rivolgiamo intimamente a Dio come suoi figli, siamo anche consapevoli della sua infinita grandezza. È Dio Onnipotente, il sommo Creatore di tutto ciò che esiste.

All’introduzione, *Padre nostro che sei nei cieli*, seguono sei richieste. Le prime tre riguardano direttamente Dio: il suo nome, il suo regno e la sua volontà. Sono seguite da altre tre, che hanno a che fare con noi: le nostre necessità fisiche, i nostri peccati e le nostre tentazioni.

In quanto al modello per le nostre preghiere, dall’introduzione della Preghiera del Signore impariamo a entrare alla sua presenza lodandolo, riverendolo e adorandolo. A causa del rapporto con Dio come nostro Padre celeste, confidiamo in Lui, contiamo su di Lui e sappiamo che gli stanno a cuore i nostri migliori interessi. Questa è una visione fondamentale della preghiera cristiana.

Le prime tre frasi che si riferiscono a Dio sono: «Sia santificato il tuo nome; venga il tuo regno; sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra». Qui ci sono tre richieste: sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà. Esse esprimono la nostra preghiera per la gloria di Dio in relazione al suo nome, al suo regno e alla sua volontà.

La parola *santificare* significa onorare e trattare con il massimo rispetto. Quando preghiamo *sia santificato il tuo nome*, chiediamo al Signore di far sì che il suo nome sia glorificato in ogni luogo. Gli chiediamo di agire nel mondo fisico, specialmente attraverso di noi, suoi seguaci, in modo che tutta l’umanità lo onori come Dio.

La seconda richiesta, *venga il tuo regno*, chiede a Dio di instaurare il suo regno, la sua potenza e la sua autorità su tutta la terra. Il regno di Dio è allo stesso tempo una realtà presente, introdotta dalla vita e dal ministero di Gesù, e una manifestazione futura che sarà completata solo al suo ritorno.

Quando preghiamo *venga il tuo regno*, chiediamo a Dio di muoversi in modo che il vangelo venga predicato in tutto il mondo, così che le persone possano ricevere il messaggio ed entrare nel regno. Allo stesso tempo, preghiamo che Gesù ritorni e instauri completamente il regno di Dio, come nelle parole che chiudono il libro dell’Apocalisse: *Vieni, Signore Gesù!* (Apocalisse 22:20).

La terza richiesta, *sia fatta la tua volontà, come in cielo, così in terra*, si basa sulla seconda. Quando Dio regna, la sua volontà viene fatta. Qui preghiamo per il pieno adempimento di ciò che il regno comporta: che il suo regno e la sua potenza diventino una realtà sulla terra e che la sua volontà preceda la nostra.

Dopo le prime tre richieste, la preghiera passa ai nostri bisogni umani. «Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo

ai nostri debitori, e non ci esporre alla tentazione, ma liberaci dal male» (Matteo 6:11-13). Notiamo questo schema – dare la precedenza a Dio e poi passare ai bisogni umani – anche in altri punti degli insegnamenti di Gesù: «Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in più» (Matteo 6:33).

*Dacci oggi il nostro pane quotidiano* indica la richiesta che nostro Padre provveda ai nostri bisogni quotidiani – qualunque cosa sia necessaria per mantenerci in vita. Nella vita del primo secolo intorno al Mediterraneo, gli operai erano pagati giorno per giorno e avevano solo di che vivere da un giorno all’altro. La vita in circostanze così insicure dava grande significato alla preghiera.

La quinta richiesta dice: *Perdonaci i nostri debiti, come anche noi perdoniamo ai nostri debitori*. Il Padre Nostro in Matteo usa le parole *debiti e debitori* per raffigurare il peccato, mentre Luca usa *peccati e debitori* (Luca 11:4). I *debiti* di Marco e i *peccati* di Luca rappresentano entrambi le trasgressioni contro Dio.



Quando Gesù disse ai suoi discepoli di pregare *perdonaci i nostri debiti come noi perdoniamo ai nostri debitori*, parlava del perdono dei nostri peccati. La grazia e la misericordia di Dio hanno perdonato i nostri peccati al momento della salvezza. Quindi, dobbiamo perdonare gli altri come estensione della grazia divina.

L’ultima richiesta, *“Non esporci alla tentazione, ma liberaci dal maligno”* [o *“dal male”*] è quella di tutti quelli che cercano di mantenere un rapporto integro e profondo con Dio. Chiediamo a nostro Padre di non esporci al peccato, a situazioni in cui falliremmo la prova e a qualunque forma di male: nel cuore, nel comportamento e nelle azioni. Chiediamo a nostro Padre di preservarci da qualunque cosa possa fraporsi fra noi e interrompere la nostra comunione con Lui.

La preghiera nel Vangelo di Matteo termina così: *Perché tuo è il regno e la potenza e la gloria in eterno. Amen* (Matteo 6:13). Quest’ultima frase non è inclusa in molte traduzioni e si pensa sia stata aggiunta verso la fine del secondo secolo. Anche se potrebbe non far parte degli insegnamenti originali di Gesù, tuttavia è bella e calzante come conclusione della preghiera.

Caro Padre celeste, possa Tu regnare nella nostra vita e in tutto il mondo. Aiuta tutti noi che crediamo in Te a diffondere la lieta notizia della salvezza, così che il maggior numero di persone possibile possa conoscerti. Insegnaci a vivere secondo i principi della tua Parola, così da rispecchiare Te e le tue vie davanti agli altri. Perché tuo è il regno e la potenza e la gloria, in eterno. Amen.

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

# SIGNORE, INSEGNACI A PREGARE

MARIE ALVERO

**RECENTEMENTE HO RICEVUTO UNA TELEFONATA DA MIA FIGLIA CHE SI TROVAVA A POCHE ORE DI DISTANZA CON DEGLI AMICI.** Volevano andare a un concerto e avevano comprato i biglietti alcuni mesi prima, ma, mi ha spiegato, i biglietti erano falsi e dovevano prenderne di nuovi. Aveva bisogno di una mano ed io ero pronta ad aiutarla.

Mia figlia, che a volte mi ha visto sbagliare, perdere la pazienza e deluderla, ha ancora fiducia nella sua mamma. Sapeva che l'avrei aiutata. Nonostante i miei errori negli anni, ho potuto trasmettere questo ai miei figli.

Non è strano che sappiamo questo delle nostre relazioni terrene, ma spesso dimentichiamo che la stessa cosa vale anche per Dio? Matteo 7:9-11 dice: «Chi tra di voi al figlio che gli chiede un pane darà una pietra? O se gli chiede un pesce, darà una serpe? Se voi, dunque, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro che è nei cieli darà cose buone a quelli che glielo domandano!»

Se so che Dio è un buon Padre, mi viene più facile presentarmi a Lui in preghiera. Conosce i miei bisogni, ma è anche commosso dal fatto che lo riconosco come Padre. Penso che a volte (e forse succede anche a te)

rimango intimidita dalla preghiera, pensando che ci siano parole speciali o una formula speciale che indurrà Dio a rispondere come desidero.

Quando i discepoli chiesero a Gesù di insegnare loro a pregare, Lui insegnò loro il Padre Nostro (Matteo 6:9-13), che parla di resa, dipendenza, misericordia e guida. Riconosce pienamente il nostro bisogno di Dio. In questo stesso capitolo Gesù dice che Dio sa già di cosa abbiamo bisogno, ancora prima di chiederglielo (Matteo 6:8). Ogni volta che mi sembra che la preghiera sia complicata o che non lo stia facendo nel modo “giusto”, ritorno al Padre Nostro. Mi ricordo che voglio la sua volontà, che dipendo da Lui per le mie necessità quotidiane. Mi ricordo che ho bisogno di essere perdonata, proprio come ho bisogno della sua forza per perdonare gli altri. Mi ricordo che ho bisogno che mi preservi dalla tentazione.

Dio vuole mantenere un rapporto con noi. Vuole che la preghiera sia il nostro modo di comunicare con Lui. Vuole che confidiamo in Lui, perché è un Padre buono e desidera ciò che è buono per noi.

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



# I SUSSURRI DIVINI

SIMON BISHOP

**HO SEMPRE CREDUTO CHE LA PREGHIERA NON SIA SOLO PARLARE A DIO**, ma anche chiedergli di guidarci e poi prendersi il tempo di ascoltare la sua voce, il suo “dolce sussurro” (Vedi 1 Re 19:11-12). Quando succede qualcosa di inaspettato, chiedo a Gesù di aiutarmi a capire cosa fare, ma a volte mi chiedo se sto realmente sentendo la sua voce o se è solo uno dei miei pensieri. Ecco un piccolo episodio che mi ha dato una risposta incoraggiante al riguardo.

Durante una visita al mio paese natio, ho noleggiato online un'auto nei pressi dell'aeroporto. Ho trovato quello che mi sembrava un buon affare. Quando sono arrivato all'agenzia di noleggio, mi hanno informato che non mi avrebbero noleggiato l'auto se non avessi fatto un'assicurazione aggiuntiva, che avrebbe più che raddoppiato la tariffa giornaliera, rendendo molto costoso quello che era sembrato un buon affare. Ho

pensato di cercare qualcosa di più economico, ma ero molto stanco e non c'erano altri noleggiatori lì vicino, quindi ho deciso di prendere l'auto solo per quel giorno e poi cercarne un'altra il giorno dopo.

L'indomani, prima di uscire, ho pregato sui vari aspetti della mia giornata e una delle mie preghiere era di poter trovare un'auto a noleggio con una tariffa inferiore. Ho chiesto a Dio anche se ci fosse stato un motivo particolare per essermi trovato in quella situazione con l'agenzia di noleggio, con l'assicurazione aggiuntiva. Alla fine della preghiera, mentre aspettavo in silenzio, ho sentito Dio dirmi di tenere l'auto che avevo già. Questo mi ha sorpreso, perché una delle cose a cui sto più attento è come spendo i soldi, dato che la mia vita dedicata al volontariato significa che devo prestare attenzione al mio tetto di spesa. Ho tenuto l'auto originale, ma ho continuato a chiedermi se avessi fatto la cosa giusta.



## Le meraviglie della preghiera

La preghiera non dovrebbe essere vista come un dovere da adempire, ma come un privilegio da apprezzare, una rara delizia che rivela sempre qualche bellezza nuova. —*E. M. Bounds*

Nessuno può credere a quanto sia potente la preghiera e a cosa sia in grado di compiere, solo chi l'ha imparato per esperienza personale. La preghiera non vuol dire superare la riluttanza di Dio, ma approfittare della sua disponibilità.

—*Martin Lutero*

Ciò che le ali sono per un uccello e le vele per una nave, la preghiera è per l'anima. —*Corrie ten Boom*

Le nostre preghiere possono essere impacciate. I nostri sforzi possono essere deboli. Ma poiché la potenza della preghiera sta nella persona che la ascolta e non in quella che la fa, le nostre preghiere fanno davvero una differenza. —*Max Lucado*

La vera preghiera non è un semplice esercizio mentale né una esibizione vocale. È molto più profonda: è una transazione spirituale con il Creatore dei cieli e della terra.

—*Charles Spurgeon*

La preghiera non è un monologo ma un dialogo: la voce di Dio ne è la parte più essenziale. Ascoltare la voce di Dio è il segreto della sicurezza che Lui ascolterà la mia.

—*Andrew Murray*

La preghiera non ci prepara per opere più grandi: la preghiera è l'opera più grande. —*Oswald Chambers*

Dio farà grandi cose per te, se lo aspetti. Sottomettiti a Lui. Coopera con Lui. —*John Smith*

Se la tua giornata è orlata di preghiera, è meno facile che si disfi. —*Cynthia Lewis*

Anche se i miei bisogni mi spingono a pregare, è lì che soddisferò il mio bisogno più grande: un incontro con Dio. —*Philip Yancey*

Una mattina, alcuni giorni dopo, mentre uscivo dalla casa dove stavo con degli amici, ho trovato un'auto della polizia ferma vicino alla mia auto a noleggio. Il finestrino laterale era sfondato e alcuni oggetti erano stati rubati, anche se niente di grande valore. La polizia mi ha detto di aver visto l'auto danneggiata e di aver già riferito la cosa all'agenzia.

Ho chiamato l'agenzia e mi hanno detto che avrei potuto andare alla filiale più vicina e prendere un'auto sostitutiva. Mi hanno informato che sostituire il finestrino rotto e riparare i danni agli interni mi sarebbe costato più di mille dollari, se non avessi fatto l'assicurazione aggiuntiva. Avendola fatta, non c'erano altre spese. Improvvisamente mi è stato molto chiaro perché Dio mi aveva consigliato di accettare la spesa extra e tenere l'auto.

Ero grato di aver trovato il tempo di pregare e chiedere a Dio il suo parere e di aver seguito quelle che ritenevo le sue indicazioni, anche se sembravano contrarie al mio primo impulso. Questo incidente mi ha anche insegnato che lo Spirito di Dio spesso parla al nostro cuore, a volte anche solo con una frase o un'impressione. Se però ascoltiamo, possiamo udire i suoi sussurri e trarne beneficio. "Invocami e io ti risponderò, e ti annunzierò cose grandi e impenetrabili che tu non conosci" (Geremia 33:3).

SIMON BISHOP SVOLGE UN'OPERA MISSIONARIA E UMANITARIA NELLE FILIPPINE. ■



# ALCUNE IDEE PER PREGARE

NATALIA NAZAROVA

**LA VARIETÀ È IL SALE DELLA VITA.** Si è certamente dimostrato vero nella mia vita di preghiera. Ecco alcune idee che hanno funzionato per me in diversi momenti:

- **Una lista di preghiere.** Quando ho cominciato a dedicare alcuni minuti al giorno a pregare per gli altri, pregavo semplicemente per chiunque mi venisse in mente. Ben presto, però, mi sono accorta che c'era un'infinità di persone e di situazioni che avevano bisogno dell'intervento divino. Per approfittare al massimo dei miei momenti di preghiera dovevo organizzarmi, così ho cominciato a tenere una lista scritta. Non ho tempo di pregare ogni giorno per ogni punto della lista; quindi, ne tengo nota spuntandone uno, man mano che prego. Quando arrivo in fondo alla lista, ricomincio mettendo nuovi segni di spunta. Aggiungo nuovi punti secondo il bisogno e segno con un "Fatto!" quelli cui Dio risponde.

- **Promesse.** Ho stampato su dei cartoncini alcuni versetti biblici con delle "promesse" – per esempio: «Tutte le cose che domanderete in preghiera, se avete fede, le otterrete» (Matteo 21:22). Man mano che prego per un punto della mia lista, prendo un cartoncino dal mazzo e invoco quella promessa.

- **Preghiera meditativa.** Niente mi rende più consapevole dell'amore e delle attenzioni di Dio che il camminare in mezzo alla natura. Mentre assorbo gli aspetti e i suoni della sua creazione, gli chiedo di indirizzare i miei pensieri

a persone e situazioni che hanno bisogno delle mie preghiere, poi gli chiedo di prendersi cura di loro come solo Lui può fare.

- **Preghiera in compagnia.** A volte mi metto d'accordo con un'amica per passare dieci o quindici minuti a pregare insieme. Si può anche formare un gruppo di preghiera e incontrarsi regolarmente. «Se due di voi si accordano sulla terra per domandare qualunque cosa» – dice Gesù – «questa sarà loro concessa dal Padre mio che è nei cieli» (Matteo 18:19).

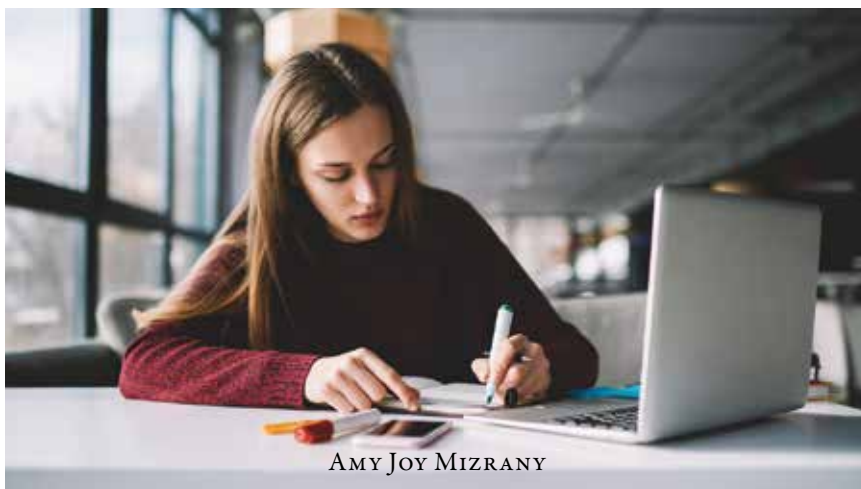
- **Preghiera a letto.** Quando non riesco a dormire, mi metto a pensare agli altri e ai loro bisogni e a pregare che Dio provveda per loro. Oppure a volte elenco tutte le cose di cui sono grata, con preghiere specifiche in cui lodo e ringrazio Dio per la sua bontà. Dopo un po', di solito mi addormento.

- **Alleggerimento.** Quando mi sento oppressa dai problemi o dal lavoro che mi aspetta, a volte mi alleggerisco la mente e lo spirito pensando a ogni problema come a un mattone che passo a Gesù con una piccola preghiera.

- **Varietà.** Quando la preghiera diventa una routine, chiedo a Gesù di indicarmi un piano nuovo o un modo nuovo di pregare.

NATALIA NAZAROVA È UCRAINA, INSEGNA INGLESE E HA DEDICATO DIECI ANNI AL VOLONTARIATO NELL'EUROPA DELL'EST E NELL'AMERICA MERIDIONALE. ■

# CHIEDETE E RICEVERETE!



AMY JOY MIZRANY

**ERA UN GIORNO D'ESAMI PER MIO FRATELLO E ME.** Tutte le serate che avevamo passato a studiare sarebbero state messe alla prova. Avevamo già sostenuto un esame orale. Il nostro professore ci aveva mandato un link per scaricare i pass necessari ad accedere all'esame universitario e io mi sono collegata per stamparle.

Ho incontrato dei problemi. Il sito web caricava solo la tessera per l'esame che avevo già dato. Mancavano solo tre ore prima di presentarci in aula per l'esame. Poteva essere un problema. Ho fatto scorrere le pagine del sito universitario finché ho trovato un numero per l'assistenza. L'ho chiamato e una voce registrata mi ha immediatamente comunicato: «La preghiamo di attendere. Il suo problema sarà esaminato tra un minuto».

Ero un po' seccata ma ho aspettato. Dopo un po', un'altra voce registrata ha detto: «Sa che può ricevere aiuto per qualsiasi domanda alla nuova pagina di assistenza? Digiti il numero...» e mi ha dato lo stesso numero che avevo appena chiamato. Frustrata, ho chiuso la comunicazione. Sono tornata al sito e ho riprovato. Niente.

In quel momento, mi è arrivata una notifica sul cellulare. Era l'app con il versetto biblico del giorno, Matteo.

7:7: «Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto».

Ho chiuso gli occhi e ho pregato: «Gesù, per favore, ti chiedo di fare in modo che ci mandino i pass per l'esame». Poi, senza altre preoccupazioni, ho inserito i numeri del tesserino universitario e ho stampato le pagine senza nemmeno controllarle. Quando le ho tolte dalla stampante, ho visto che riportavano il giorno sbagliato. Ero tentata di riprovarci, ma mi sono ricordata il versetto. Avevo chiesto e mi sarei fidata che questa era la risposta.

Al momento dell'esame, lo staff non ha dato nemmeno un'occhiata ai pass. La persona alla porta ci ha salutato allegramente, ricordandosi di noi dall'esame precedente. Ci ha accompagnato ai nostri posti e abbiamo sostenuto l'esame, che è andato a meraviglia.

Dio non risponde alle mie preghiere sempre come penso che dovrebbe, ma risponde ogni volta e non si dimentica mai di me. Chiedete e riceverete!

AMY JOY MIZRANY È NATA E VIVE IN SUDAFRICA. È UNA MISSIONARIA A TEMPO PIENO CON HELPING HAND E FA PARTE DI LFI. ■



# PERCHÉ SEGUO GESÙ

ROSANE CORDOBA

QUANDO AVEVO CIRCA TREDICI ANNI, alcuni problemi in famiglia, la morte di un amico in un incidente d'auto e l'influenza di un insegnante ateo mi hanno portata a dubitare dell'esistenza di Dio. Così, mi sono dichiarata atea.

Quando avevo 17 anni, è uscito il film "Godspell". Sono andata a vederlo spinta dalla curiosità. Mi è piaciuto così tanto, che l'ho visto sei volte. Poi, a 18 anni, ho pregato per ricevere Gesù nel mio cuore, anche qui per curiosità. Ho pensato: Se è reale, qualcosa succederà. Se no, non ci perdo niente.

Alcuni mesi dopo, la curiosità mi ha spinto ad aprire il Nuovo Testamento di un'amica. Non ho smesso di leggerlo finché non ho letto tutti e quattro i Vangeli. Ci ho messo tutto il pomeriggio. Ho provato la stessa sensazione di quando avevo visto il film "Godspell". C'era qualcosa che mi attraeva.

A 19 anni mi sono unita a un gruppo cristiano e andavamo a parlare di Gesù e del Vangelo ad altri ragazzi. Una voce, però, continuava a sussurrarmi dentro: «Tu non credi in Dio! Cosa fai in questo gruppo? Non fare l'ipocrita. Vattene!» A quel punto conoscevo la Bibbia abbastanza da sospettare che potesse essere la voce del diavolo. Tuttavia, a volte sentivo ancora l'influenza dei miei anni di incredulità e una notte ho pregato: «Dio,

se esisti, dovrai dimostrarcelo. Altrimenti smetterò di servirti domani».

Quella notte mi è apparso in sogno un essere luminoso. Aveva la faccia di un bel ragazzo e aveva tutt'intorno delle stelle luccicanti, come se stesse viaggiando nello spazio. Mi ha guardato dritto negli occhi e senza muovere le labbra ha detto: «Dio mi ha mandato qui a dirti che esiste». Poi, rapidamente come era apparso, è scomparso!

Mi sono svegliata all'improvviso e sono uscita a guardare il cielo stellato. Mi sono sentita così importante per Dio che ha esaudito la mia preghiera e ha perfino mandato un angelo – figurati! Mi sono anche sentita molto amata da Dio perché non voleva che mi allontanassi da Lui.

Da quel giorno, non ho più dubitato dell'esistenza di un Dio amorevole e ho cercato di seguire Gesù come meglio potevo. Capisco che a volte la gente perda la fede in Dio, quando le cose vanno male, ma vedo anche l'onnipotenza divina, perché; anche quando non lo seguivo, Lui seguiva me.

ROSANE CORDOBA VIVE IN BRASILE. È UNA SCRITTRICE INDIPENDENTE E UNA TRADUTTRICE. PRODUCE MATERIALE RELIGIOSO E DI FORMAZIONE DEL CARATTERE. ■



# AVVICINARSI A LUI

UDAY PAUL

**DURANTE UN RECENTE VIAGGIO IN GRECIA**, ho visitato l'Areopago di Atene. Migliaia di anni fa, questa collinetta rocciosa era la sede di un tribunale che aveva una larga autorità sulla vita civile e religiosa della città. L'Areopago divenne famoso anche per un altro motivo: è lì che l'apostolo Paolo predicò agli anziani della città. Portò loro il messaggio dell'unico vero Dio, che ha creato l'universo e tutto quello che contiene e il cui Figlio, Gesù, è risuscitato dai morti. (Vedi Atti 17:22-31.)

Dopo aver parlato della grandezza e magnificenza di Dio, Paolo parlò agli Ateniesi della sua bontà e prossimità. Disse che «in Lui viviamo, ci muoviamo, e siamo». Non è un essere inaccessibile che vive lontano dall'umanità. Dio è facilmente accessibile e la sua presenza è molto vicina.

Anche Re Davide parlò della presenza universale e onnipervadente di Dio, quando disse: «Dove potrei andarmene lontano dal tuo Spirito, dove fuggirò dalla tua presenza? Se salgo in cielo tu vi sei; se scendo nel soggiorno dei morti, eccoti là. Se prendo le ali dell'alba e vado ad abitare all'estremità del mare, anche là mi

condurrà la tua mano e mi afferrerà la tua destra» (Salmi 139:7-10).

La Bibbia ci incoraggia anche ad avvicinarci a Dio e promette che Lui si avvicinerà a noi (Giacomo 4:8). Dice che noi «che allora eravamo lontani siamo stati avvicinati mediante il sangue di Cristo» (Efesini 2:13). Qui non parla di una vicinanza di *distanza*, ma di *rapporti*. Quando una persona che ha vissuto con i suoi genitori tutta la vita dice che si sta avvicinando a loro, non intende dire che va più vicino fisicamente, ma che sta cominciando a conoscere meglio i suoi genitori e ad avvicinarsi a loro nel cuore e nella mente.

È così che anche noi possiamo godere di un rapporto profondo con Dio. È il tipo di rapporto che Lui desidera avere con noi (Giovanni 17:3) e ci assicura che lo troveremo quando lo cercheremo con tutto il cuore (Geremia 29:13).

UDAY PAUL È UNO SCRITTORE INDIPENDENTE E UN INSEGNANTE; FA VOLONTARIATO IN INDIA. ■

# PERCHÉ DIO CI METTE COSÌ TANTO?



**D: STO CERCANDO LAVORO, MA FINORA NON HO AVUTO SUCCESSO. SE HO PREGATO E STO FACENDO LA MIA PARTE, PERCHÉ DIO NON MI AIUTA?**

Risposta: Il modo in cui Dio opera nella nostra vita e sceglie di rispondere alle nostre preghiere spesso supera la nostra comprensione. L'attesa è misteriosa, ci rende umili e solitamente richiede fede e pazienza. I suoi scopi e i suoi programmi spesso sono diversi dai nostri.

Quando le cose non vanno come avevi sperato, quando ti sembra che le tue preghiere non ottengano risposta e le prove della vita siano troppo dure da sopportare, quando le battaglie sembrano durare troppo, quando la tua fede è sotto attacco, quando ti senti esausto e non sei sicuro di poter resistere ancora a lungo, puoi salire sul fondamento che Dio ha provveduto per la tua fede – le molte promesse e parole incoraggianti contenute nella Bibbia – e riposare in quel rifugio sicuro.

Una di quelle promesse è: «Tutte le cose che domandate pregando, credete di riceverle e le otterrete» (Marco 11:24). Dio però non promette che saranno tue immediatamente o che ti risponderà esattamente come ti aspetti. Il suo programma e i suoi piani non sempre corrispondono ai nostri. Alcune volte dà effettivamente risposte immediate alle preghiere, ma in molte altre lascia alla nostra fede il tempo di maturare e svilupparsi, come il buon vino. La pazienza è il segno di una fede d'annata, profonda, ricca e corposa.

Nel corso della storia, Dio ha messo alla prova la fede delle persone, evitando di dare risposte immediate alle loro preghiere. Ha aspettato il momento giusto.

La pazienza non è una virtù facile da coltivare. Anzi, è esattamente all'opposto di come opera oggi il mondo, sempre alla ricerca di risultati immediati. Possiamo vedere risposte immediate alla preghiera quando Dio sa che è la cosa migliore, ma a volte forse lascia che sperimentiamo le prove, i test e le sfide della vita che si presentano quando le sue risposte non giungono immediatamente.

La fede non si manifesta soltanto nella nostra capacità di ricevere risposte immediate e miracolose alle nostre preghiere; si manifesta anche nella resistenza, nella sopportazione e nella pazienza di tener duro anche quando non vediamo subito i risultati. Così «la pazienza completa l'opera sua in voi, perché siate perfetti e integri, senza mancare di nulla» (Giacomo 1:4). ■

# L'EFFICACIA DI UNA SEMPLICE PREGHIERA

JOYCE SUTTIN



**SEMBRAVA FOSSE PASSATA UN'ETERNITÀ DALL'ULTIMA VOLTA CHE AVEVAMO PREGATO INSIEME IN CASA NOSTRA**, ma il Signore aveva un piano per rinnovare il nostro rapporto con Lui. Mi ha sorpreso quanto fosse poco complicato ritornare da Lui. Ho preso una decisione personale, sapendo che avrebbe richiesto sacrificio, ma quando il Signore ha rinnovato il mio cuore, il sacrificio è sembrato facile. Il suo amore si è riversato nella mia vita e Lui mi ha dato un cuore nuovo. Questo a sua volta ha influenzato tutta la mia famiglia.

Alcuni dei nostri amici non sono riusciti a capire il nostro cambiamento. Una famiglia in particolare aveva una figlia che era buona amica della mia. Ero un po' incerta su come spiegare ai suoi genitori la nuova direzione presa dalla nostra vita e mi chiedevo che reazione avrebbero avuto. Poi mia figlia è stata invitata ad andare

a dormire a casa loro e sono stata contenta di lasciare che passasse la notte da loro.

Si è divertita molto ed è tornata a casa felice e ispirata. Le ho chiesto se avesse parlato di Gesù mentre era con loro e lei ha risposto: «Ovviamente!»

Qualche settimana dopo ho sentito la storia di cosa era successo mentre era là. La famiglia si era seduta a tavola e mia figlia aveva detto: «Va bene se ci prendiamo per mano e ringraziamo Gesù per il cibo?» Perplesși, i genitori hanno acconsentito e hanno ascoltato la sua preghiera infantile.

Mia figlia non poteva rendersi conto che quelle parole semplici avrebbero colpito la mamma della sua amica. Questa mi ha detto che, dopo la preghiera di mia figlia non era quasi riuscita a finire la cena; poi è andata in camera sua e ha pianto. Le erano tornati in mente i momenti di preghiera con la sua famiglia. Si era ricordata i momenti di comunione con altri cristiani e si era resa conto di come lei e la sua famiglia si fossero allontanati dal Signore. Si è inginocchiata e ha chiesto perdono al Signore, poi aveva iniziato un percorso di rinnovamento che col tempo ha profondamente influenzato i suoi figli.

Da allora ho pensato spesso a questa serie di avvenimenti. Prima il percorso di rinnovamento nella nostra famiglia, poi il semplice gesto di mia figlia nel chiedere se poteva pregare prima del pasto. Ho visto una reazione a catena che ha cambiato delle vite. Mi sono chiesta quali piccoli passi il Signore mi chiederà di fare oggi. Potrei non rendermi nemmeno conto dell'impatto che potrei avere sugli altri con una semplice domanda: «Va bene se dico una preghiera con te?»

JOYCE SUTTIN È UN'INSEGNANTE IN PENSIONE E UNA SCRITTRICE; VIVE A SAN ANTONIO, NEGLI STATI UNITI. ■

DA GESÙ CON AMORE



# IL TUO BUON PASTORE

Quando ti senti stanco, nervoso o oppresso, vieni a Me e troverai sollievo dai pensieri e dalle preoccupazioni che ti assillano. Quando getterai le tue preoccupazioni su di Me, r'incoraggerò, ti darò forza, ti consolerò e ti aiuterò a superare la giornata. Troverai conforto e riposo per la tua anima (Matteo 11:28-29).

Ricorda che sono il Buon Pastore, che amo le mie pecore e me ne prendo cura (Giovanni 10:11); ma non solo, sono il tuo Buon Pastore. Se verrai da Me in silenzio e imparerai da Me, rinnoverò la tua forza (Isaia 40:31). Quando ti senti stanco e oppresso, quello è il momento di trovare rifugio alla mia presenza e riposare all'ombra delle mie ali (Salmi 91:4).

So cosa vuol dire provare il peso e la tensione della vita terrena. Ero un uomo di dolore, familiare con la sofferenza (Isaia 53:3) Posso simpatizzare con tutto ciò che provi, perché vivo per intercedere per te (Ebrei 7:25). Come tuo Buon Pastore, cammino davanti a te, perché tu possa vedermi e avere la mia forza.

Avvicinandoti a Me e stando in contatto con Me, scoprirai che il mio amore ti sorreggerà. Incontriamoci nel luogo segreto della preghiera e vedrai che supplirò ai tuoi bisogni (Salmi 91:1). Quando ti sentirai stanco e stremato da tutto, entra alla mia presenza e in Me troverai gioia, pace e ristoro.