

DRITTI AL PUNTO: la PREOCCUPAZIONE

Come superare le battaglie emotive con
la potenza della Parola di Dio!

JOYCE MEYER

DRITTI AL PUNTO: *la preoccupazione*

INDICE

| | | |
|---|---|----|
| <i>Introduzione</i> | | 4 |
| <i>Parte prima</i> | ABITARE NEL LUOGO SEGRETO | 5 |
| Capitolo 1 | Dimorare nella protezione | 6 |
| Capitolo 2 | Leggi i segnali: confidare in Dio | 10 |
| Capitolo 3 | Andrà tutto bene | 20 |
| Capitolo 4 | I pensieri di Dio sono più alti dei nostri pensieri | 33 |
| <i>Parte seconda</i> | VERSETTI PER SCONFIGGERE LA PREOCCUPAZIONE | 54 |
| <i>Pregiera per sconfiggere la preoccupazione</i> | | 56 |

INTRODUZIONE

Dio vuole fare uno scambio con te: vuole che tu Gli dia tutte le tue preoccupazioni, i tuoi problemi, i tuoi fallimenti, ossia la tua “cenere”, ed Egli ti darà un diadema. Prenderà le tue preoccupazioni e se ne occuperà Lui.

Umiliatevi dunque sotto la potente mano di Dio, affinché egli vi innalzi a suo tempo; gettando su di Lui ogni vostra preoccupazione, perché Egli ha cura di voi (1 Pietro 5:6-7)

Lo Spirito del Signore, di Dio, è su di me, perché il Signore mi ha unto e qualificato... per accordare consolazione e gioia a quelli che fanno cordoglio in Sion, per dare loro un diadema invece della cenere (Isaia 61:1,3, AMP)

Dio vuole prendersi cura di noi ma, per lasciarglielo fare, dobbiamo smettere di preoccuparci. Molte persone vogliono che Dio si prenda cura di loro e intanto si preoccupano o cercano di ottenere una risposta invece di aspettare le indicazioni di Dio. In pratica, sguazzano nella loro “cenere” ma vogliono comunque che il Signore dia loro un diadema. Tuttavia, per poter ricevere un diadema da parte di Dio, dobbiamo dargli la nostra “cenere”.

Dare a Lui le nostre preoccupazioni significa confidare nel fatto che Lui può prendersi cura di noi e lo farà. Ebrei 4:3 (AMP) dice: “Poiché noi che abbiamo creduto [lo abbiamo seguito, abbiamo confidato e ci siamo fidati di Dio] entriamo nel riposo di Dio”.

Entriamo nel riposo di Dio quando crediamo. La preoccupazione è l'opposto della fede. La preoccupazione ci ruba la pace, ci esaurisce fisicamente e può addirittura farci ammalare. Se ci preoccupiamo, non stiamo confidando in Dio e non stiamo entrando nel Suo riposo.

Che scambio grandioso! Tu dai a Dio la cenere e Lui ti dà un diadema. Tu dai a Lui tutte le tue preoccupazioni e afflizioni, e Lui ti dà protezione, stabilità, rifugio e abbondanza di gioia: quale privilegio sapere che Egli si prende cura di noi!

Parte prima

ABITARE NEL LUOGO SEGRETO

DIMORARE NELLA PROTEZIONE

Chi abita nel luogo segreto dell'Altissimo riposa [stabilmente] all'ombra dell'Onnipotente [alla cui potenza nessun nemico può resistere].

Salmo 91:1, AMP

Dio ha un luogo segreto dove possiamo dimorare in pace e sicurezza.

Si tratta di un luogo di riposo in Dio, un luogo di pace e di conforto in Lui. È un “luogo spirituale” dove svanisce ogni preoccupazione e regna la pace. È il luogo della presenza di Dio. Quando passiamo del tempo pregando, cercando Dio e dimorando alla Sua presenza, ci troviamo nel luogo segreto.

La parola *abitare* significa “avere dimora; risiedere; vivere”. Quando tu ed io *abitiamo in Cristo*, ossia *nel luogo segreto*, non significa che di tanto in tanto Gli facciamo visita, ma che facciamo di quel luogo la nostra residenza.

Nel Nuovo Testamento la stessa parola greca che viene tradotta *abitare* può essere tradotta anche con il verbo *dimorare* usato in Giovanni 15:7, dove Gesù dice: “Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto”.

Dimorare in Dio è la stessa cosa di abitare in Dio. In effetti la *Amplified Bible* traduce Giovanni 15:7 “Se vivete in me [dimorate strettamente uniti a me] e la mia parola rimane in voi e continua a vivere nei vostri cuori, domandate quello che volete e vi sarà fatto”.

In altre parole, abbiamo bisogno di essere fermamente radicati in Dio. Dobbiamo conoscere la Fonte del nostro aiuto in ogni situazione e in ogni

circostanza. Dobbiamo avere il nostro personale luogo segreto di pace e sicurezza. Dobbiamo confidare in Dio e affidarci a Lui completamente.

Nel luogo segreto

Chi abita nel luogo segreto dell'Altissimo riposa [stabilmente].

Salmo 91:1, AMP

Il salmista afferma che colui che abita nel *luogo segreto* sarà stabile e al sicuro.

Il luogo segreto è un nascondiglio, un luogo privato, un rifugio. È il luogo dove correre quando stiamo soffrendo o ci sentiamo deboli e sopraffatti. È il luogo dove rifugiarsi quando veniamo maltrattati o perseguitati, quando ci troviamo nel bisogno, o quando sentiamo di non poter più resistere.

Ricordo che quando ero bambina vivevo in una casa ampia e spaziosa (mia mamma faceva le pulizie lì per pagare l'affitto). Si trattava di un palazzo enorme e finemente ornato, con molte sculture intagliate nel legno e all'interno c'erano alcuni piccoli luoghi segreti che mi piacevano molto. Uno di questi era una piccola panchina intagliata proprio sotto uno degli scaloni, con accanto una vetrata colorata.

Ancora adesso mi rivedo seduta su quella panchina mentre riflettevo. Non so su cosa riflettessi da bambina, ma so che avevo parecchie ferite e problemi.

La mia vita in famiglia era stata segnata da molte situazioni sconvolgenti e inquietanti. Quel posticino ricavato da sotto lo scalone era come un rifugio per me. Era lì che andavo quando avevo paura o necessitavo di conforto.

Questo versetto afferma che Dio vuole essere il nostro rifugio.

Alcune persone nel mondo usano l'alcol come loro rifugio. Alcune usano le droghe e altre la televisione. Alcune si deprimono e si infilano sotto le coperte. Là fuori è pieno di persone che si nascondono da tante cose.

Invece di lasciare che il mondo ci nasconda, Dio vuole che facciamo di Lui il nostro rifugio. Questo è il significato della frase "nel luogo segreto dell'Altissimo". Quando abbiamo problemi, quando siamo nei guai, Dio vuole che troviamo il nostro luogo segreto sotto l'ombra protettiva delle Sue ali. Vuole che corriamo a Lui!

All'ombra dell'Onnipotente

All'ombra dell'Onnipotente [alla cui potenza nessun nemico può resistere].

Salmo 91:1, AMP

Se siamo nel luogo segreto dell'Altissimo, dove ci troveremo? Secondo il salmista dimoreremo "all'ombra dell'Onnipotente". È questo il luogo in cui Dio vuole che viviamo.

Il nostro Padre celeste non vuole che gli facciamo visita ogni tanto o che corriamo a Lui solo quando ci sentiamo sopraffatti; vuole che abitiamo all'ombra delle Sue ali, che dimoriamo lì, che viviamo lì. Quando lo facciamo, rimaniamo saldi e stabili perché nessun nemico può resistere davanti all'Onnipotente. Se rimaniamo in quel luogo, il diavolo non può farci alcun male.

C'è stato un tempo nella mia vita in cui correvo dentro e fuori dal luogo segreto, ma poi ho scoperto che quando vado lì e ci rimango, quando dimoro lì, non mi sento più così sopraffatta.

Abbiamo bisogno del Signore in ogni momento, non solo occasionalmente. In Giovanni 15:5 (AMP) Gesù dice: "Senza di me [separati dall'unione vitale con me] non potete fare nulla".

Cosa significa esattamente dimorare all'*ombra* dell'Onnipotente? Per prima cosa, l'*ombra* è un luogo protetto dal calore del sole rovente. Sappiamo bene, però, che un'ombra ha sempre un confine. Se vogliamo rimanere all'ombra delle ali di Dio, ci sono confini ben definiti all'interno dei quali dobbiamo restare.

Un *confine* è un'area intermedia, un limite tra due qualità o condizioni. Nel caso di un'ombra, il confine è dove questa si interrompe e inizia la luce del sole.

Supponiamo che sia mezzogiorno, il sole è al suo punto di massimo splendore e d'un tratto vediamo un grosso albero. Andando a metterci sotto quell'albero staremo molto meglio alla sua ombra piuttosto che se continuiamo a rimanere sotto il sole.

Quando la gente lavora all'esterno, sotto il sole, e inizia a sudare, le fa certamente piacere trovare l'ombra di un albero sotto cui ripararsi durante

la pausa. C'è chi pianta grandi alberi ombreggianti intorno alla propria casa per abbassare la temperatura interna dell'abitazione e renderla più fresca. Quindi l'ombra è un luogo dove è piacevole stare, soprattutto durante una calda giornata.

Se decidiamo di restare all'ombra delle ali di Dio, la vita sarà molto più confortevole. Non farà mai troppo caldo e non staremo sempre a "sudare ansia da tutti i pori". Invece di preoccuparci dei nostri problemi, ci riposeremo in Dio.

Se decidiamo di rimanere al sole saremo a disagio, sudati, infelici, assetati e aridi. Sta a noi scegliere dove metterci: all'ombra (affidandoci a Dio) o sotto il sole (sudando ansia); in Gesù o nel mondo con tutti i suoi problemi.

E tu, dove deciderai di stare? Io voglio stare all'ombra. Ma, come tutti noi tendiamo a fare di tanto in tanto, a volte mi metto a vagare fuori dall'ombra e finisco per ritrovarmi in piena calura, dove le condizioni sono tutt'altro che piacevoli. Poi, quando sento di non riuscire più a farcela, torno di corsa verso l'ombra per riprendermi, salvo poi avventurarmi di nuovo sotto il sole rovente.

In Romani 1:17 è scritto che possiamo vivere di fede in fede. Tuttavia, a volte passiamo dalla fede al dubbio, all'incredulità, per poi tornare di nuovo alla fede.

Come possiamo realmente rimanere nella protezione dell'ombra se a volte ci ritroviamo fuori da essa? Come sapremo quando ci stiamo allontanando dalla protezione di Dio? Lo capiremo grazie ai segnali che il Signore ha posizionato sul nostro cammino.

LEGGI I SEGNALI: CONFIDARE IN DIO

Immagina di guidare lungo una strada, la strada della vita. Nel mezzo ci sono delle strisce. A volte le strisce sono doppie e avvertono: “Se superi queste strisce finirai nei guai; corri un alto rischio di scontro frontale”.

A volte le strisce sono tratteggiate, il che significa: “Se vuoi, puoi andare nell’altra corsia e sorpassare l’auto che hai davanti. Se superi questa striscia probabilmente non ti accadrà nulla ma potrebbero esserci problemi se non guardi l’altra corsia per assicurarti che la via sia libera”.

Ci sono anche dei segnali ai margini della strada che forniscono indicazioni specifiche o avvisi di pericolo: “Banchina non transitabile”, “Caduta massi”, “Attraversamento cervi”, “Senso unico”, “Deviazione”, “Lavori in corso”, “Curva pericolosa a destra”. Se presti attenzione alle indicazioni di questi segnali, ti aiuteranno a rimanere in carreggiata. Eviterai di andare troppo a sinistra e scontrarti con altre auto o di andare troppo a destra e finire in un fossato.

Allo stesso modo, anche nella vita ci sono segnali spirituali. Per poter rimanere sotto la protezione di Dio, dobbiamo dare retta a questi segnali posti lungo la via, che ci dicono di fidare in Lui e di non preoccuparci, non temere o non essere in ansia. Questi segnali ci dicono di gettare su di Lui i nostri pesi. Quindi, invece di cercare ad ogni costo di trovare una soluzione, dobbiamo rivolgere i nostri pensieri a cose “vere”, “onorevoli”, “giuste”, “pure”, “amabili”, “di buona fama”, “in cui vi è qualche virtù e qualche lode” (Filippesi 4:8).

Se presteremo attenzione a questi segnali e rimarremo dentro i bordi della strada, riusciremo a mantenere la rotta, saremo al riparo e sperimenteremo nella nostra vita l’adempimento di tutte le meravigliose promesse della Parola di Dio.

Fai attenzione ai segnali!

E le tue orecchie udranno dietro a te una parola che dirà: “Questa è la via: camminate per essa, o che andiate a destra, o che andiate a sinistra”.

Isaia 30:21

Immagina di guidare lungo la strada della vita. A un tratto inizi a sbandare verso destra. Noti che la strada sembra leggermente più accidentata di come era prima e cominci a fare più attenzione a dove stai andando. Proprio in quel momento ti ricordi di un segnale, incontrato alcuni chilometri prima, che diceva: “Confida in Dio e non ti preoccupare”.

Se deciderai di continuare sul tuo percorso, ti allontanerai sempre di più dalla strada e potrai magari finire nel bel mezzo di un fossato. Allora dovrai chiamare un carro attrezzi che possa tirarti fuori da lì.

È proprio quello che succede quando decidiamo di preoccuparci anziché confidare in Dio. Usciamo dalla Sua protezione e così il nemico può attaccarci con maggiore facilità. Quando questo accade, perdiamo inevitabilmente la nostra pace.

Sentieri diritti

Fate sentieri diritti, stabili, piani e lisci per i vostri passi [si, fate sentieri sicuri, retti e felici, che vadano nella giusta direzione].

Ebrei 12:13, AMP

Quando prendi una decisione sbagliata, quando decidi di preoccuparti anziché confidare in Dio, cominci a sentirti a disagio e a perdere la tua pace interiore. Potresti anche iniziare a percepire che le cose non stanno più andando bene e che in qualche modo hai smarrito la via.

Non appena perdi la pace, devi fermarti e dire: “Aspetta un attimo. Cosa sto sbagliando?”.

A volte capita che, mentre percorro la strada della vita, capisco all'improvviso di non essere in pace nel profondo del mio cuore. Quando questo accade mi fermo e dico: "Signore, dove ho sbagliato?". So che la perdita della mia pace interiore indica che mi sono avventurata fuori dalla protezione dell'ombra delle Sue ali.

Di solito avviene perché ho cominciato a preoccuparmi. Altre volte succede perché ho fatto qualcosa di sbagliato e non mi sono pentita o perché ho trattato male qualcuno e non mi sono accorta del mio errore.

In tali circostanze chiedo semplicemente a Dio: "Signore, mostrami perché ho perso la pace". Una volta che lo so, posso intraprendere i passi necessari per rimediare alla situazione.

Quando ti senti preso d'assalto dalla preoccupazione mentre stai compiendo ciò che il Signore ti ha rivelato di fare, ti suggerisco di leggere ad alta voce le parole di Gesù in Matteo 6:25-32.

Smetti di preoccuparti

Perciò vi dico: smettete di essere perennemente inquieti (ansiosi e preoccupati) per la vostra vita, di che cosa mangerete, di che cosa berrete; né per il vostro corpo, di che vi vestirete. Non è la vita superiore [in qualità] al cibo, e il corpo [di gran lunga più eccellente] del vestito?

Matteo 6:25, AMP

Se hai intenzione di fare una dieta, forse è meglio se cominci leggendo la prima parte di questo versetto, la parte che riguarda il mangiare e il bere! Se sei come me, quando sei a dieta ti sembra di pensare quasi esclusivamente al cibo!

Ricordo che, quando decidevo di mettermi a dieta, passavo tutta la giornata pensando a quando e a cosa avrei mangiato, e a come l'avrei cucinato. Calcolavo mentalmente il peso e quante calorie contenesse. Spesso questo mi rendeva ancora più affamata perché non facevo altro che pensare al cibo!

In realtà, forse ci preoccupiamo meno di ciò che mangeremo e berremo

piuttosto che di ciò che faremo in una particolare situazione: e se succederà questo? E se succederà quello? La maggior parte di noi ha abbastanza vestiti, cibo a sufficienza, case confortevoli e automobili superaccessoriate, ma quando le cose si fanno difficili e ci troviamo ad affrontare situazioni che sembrano impossibili, delle voci nella nostra mente gridano: “Cosa farai adesso?”, e cominciamo a preoccuparci.

Guarda gli uccelli

Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, non mietono, non raccolgono in granai, e il Padre vostro celeste li nutre. Non valete voi molto più di loro?

Matteo 6:26

Hai mai visto venire un esaurimento nervoso a un uccello appollaiato su un albero? Hai mai visto un uccello zampettare avanti e indietro ripetendosi: “Oh, mi domando dove troverò il mio prossimo verme. Ho bisogno di vermi! E se Dio smette di produrre vermi oggi? Non so cosa farei. Forse morirei di fame! E se Dio continua a produrre vermi ma quest’anno non sono più saporiti? E se Lui non manda più la pioggia e nessun verme esce dal terreno? E se non riesco a trovare nessun rametto per farmi il nido?”. E se questo, e se quello, e se quell’altro...!

Gesù disse: “Guardate gli uccelli!”. Non soffrono di esaurimento nervoso. Ogni mattina svolazzano all’aria aperta cantando allegramente.

Mi domando di quanta pace potremmo godere tu ed io se ci prendessimo un’oretta di tempo per andare a osservare gli uccelli!

Cosa ottieni preoccupandoti?

E chi di voi può con la sua preoccupazione e ansietà aggiungere un sol cubito alla sua statura o un’ora alla durata della sua vita?

Matteo 6:27, AMP

Ovviamente, la risposta è “nessuno”, ma di certo possiamo accorciare la durata della nostra vita se insistiamo nel voler fare della preoccupazione un’abitudine!

Invece di preoccuparci, dobbiamo essere più simili agli uccelli del cielo che dipendono interamente dal Signore per il nutrimento eppure cantano tutto il giorno, come se non avessero alcun pensiero.

Osserva i gigli

Perché siete così ansiosi per il vestire? Osservate come crescono i gigli della campagna; essi non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua magnificenza (ed eccellenza, dignità e grazia) fu vestito come uno di loro...Ora se Dio veste in questa maniera l’erba dei campi che oggi è, e domani è gettata nel forno, non farà molto di più per voi, o gente di poca fede?

Matteo 6:28-30, AMP

Ciò che Gesù intendeva dire è che i fiori dei campi non sono ossessionati dalle opere della carne. Non si sforzano di essere gigli: semplicemente lo sono, e Dio li veste davvero bene.

Pensiamo davvero di essere meno importanti degli uccelli e dei fiori per Dio?

Non essere ansioso

Non siate dunque [preoccupati e] in ansia, dicendo: “Che mangeremo? Che berremo? Di che ci vestiremo?”. Perché sono i pagani che ricercano tutte queste cose; ma il Padre vostro celeste sa che avete bisogno di tutte queste cose.

Matteo 6:31-32, AMP

Il problema della preoccupazione è che ci porta a *dire* cose del tipo: “Che mangeremo? Che berremo? Di che ci vestiremo?”. In altre parole: “Cosa faremo se Dio non interverrà a nostro favore?”.

Cominciamo a confondere le parole in bocca. Invece di calmare le nostre paure e liberarci dalle preoccupazioni, questo le rende ancor più radicate.

Il problema di questo modo di fare è che così si comporta la gente che non sa di avere un Padre celeste. Ma tu ed io sappiamo di avere un Padre celeste, quindi dobbiamo comportarci di conseguenza. I non credenti non sanno come affidarsi a Lui, ma noi dovremmo saperlo.

Gesù ci assicura che il nostro Padre celeste conosce tutte le cose di cui abbiamo bisogno ancor prima che Glielo chiediamo. Perché allora dovremmo preoccuparcene? Dobbiamo piuttosto concentrare la nostra attenzione sulle cose che hanno ben più importanza: le cose di Dio.

Cerca prima ciò che viene prima

Cercate (mirate a e perseguite) prima di tutto il regno e la giustizia di Dio (il suo modo di essere e di fare), e tutte queste altre cose vi saranno date in più.

Matteo 6:33, AMP

Per molti anni ho passato i momenti appena prima di predicare ai miei incontri camminando avanti e indietro, finendo per agitarmi. Pregavo: “Oh Dio, aiutami!”. Non c’è niente di sbagliato nel chiedere aiuto a Dio, ma il mio pregare proveniva più dall’ansia che dalla fede.

Adesso, prima di predicare semplicemente studio e mi preparo il meglio possibile. Poi, appena prima che cominci l’incontro, passo del tempo in silenzio, pregando e meditando, adorando il Signore e stando in comunione con Lui.

Egli non mi ha mai detto una sola volta di cercare un incontro grandioso. Non mi ha mai detto di cercare una grande offerta. Tutto quello che faccio è cercare Lui, e Lui si occupa della quantità di ascoltatori, dell’ammontare delle donazioni e di tutto il resto.

Spesso passiamo il nostro tempo cercando in Dio le risposte ai nostri problemi, mentre in realtà quello che dovremmo fare è... cercare Dio.

Finché cerchiamo Dio, restiamo nel luogo segreto, all’ombra delle Sue ali (“Sotto le sue ali troverai rifugio”, Salmo 91:4). Ma quando iniziamo a

cercare le risposte a tutti i problemi e le situazioni che dobbiamo affrontare, mirando a soddisfare i nostri desideri piuttosto che la volontà di Dio, ci allontaniamo dall'ombra delle Sue ali.

Per molti anni ho cercato Dio con l'intento di far crescere il mio ministero. Il risultato? È rimasto esattamente com'era. Non è mai cresciuto. A volte è addirittura regredito. Quello che non capivo era che tutto quello che dovevo fare era cercare il regno di Dio, e Lui avrebbe aggiunto la crescita.

Capisci che non devi neppure preoccuparti per la tua crescita spirituale? Tutto quello che devi fare è cercare il Regno, e crescerai. Cerca Dio, dimora in Lui, ed Egli porterà sviluppo e crescita.

Un bambino beve semplicemente del latte e cresce. Quello che io e te dobbiamo fare è desiderare il puro latte della Parola e cresceremo (ved. 1 Pietro 2:2).

Non potremo mai sperimentare alcun successo vero e proprio solo attraverso i nostri sforzi umani. Dobbiamo piuttosto cercare prima il regno di Dio e la Sua giustizia; poi tutte le altre cose di cui abbiamo bisogno ci saranno *aggiunte*.

Non dobbiamo cercare i doni di Dio, bensì la Sua presenza.

Passa del tempo all'ombra

Una cosa ho chiesto al Signore, e quella ricerco, perseguo e richiedo [con insistenza]: abitare nella casa del Signore [in sua presenza] tutti i giorni della mia vita, per contemplare e ammirare la bellezza [il dolce splendore e incantevole magnificenza] del Signore, e meditare, considerare e riflettere nel suo tempio. Poiché egli mi nasconderà nella sua tenda in giorno di sventura, mi custodirà nel luogo più segreto della sua dimora, mi porterà in alto sopra una roccia. E ora la mia testa s'innalza sui miei nemici che mi circondano. Offrirò nella sua dimora sacrifici con [grida di] gioia. Canterò e salmeggerò al Signore.

Salmo 27:4-6, AMP

A volte viviamo la nostra vita al contrario. Questo è esattamente quello che facevo io alcuni anni fa. Cercavo un grande ministero. Cercavo ogni tipo di cambiamenti in me stessa perché non mi piacevo. Cercavo cambiamenti

in mio marito. Cercavo cambiamenti nei miei figli. Cercavo guarigione e prosperità. Cercavo di tutto e di più, ma non passavo tempo nell'ombra.

Poi il Signore è intervenuto e mi ha mostrato che stavo sbagliando. Ha usato il Salmo 27:4-6 per enfatizzare il fatto che, per primo, devo cercare Lui e la Sua presenza, tutti i giorni della mia vita.

A quel tempo chiedevo moltissime cose, nessuna delle quali avevano molto a che vedere con la presenza di Dio. Ma quando ho cominciato a cercare Lui, ho iniziato a desiderarlo sempre di più. Poi, quando arrivavano i guai, Lui mi nascondeva, per così dire, nel luogo segreto della Sua tenda. Quando il nemico veniva contro di me, cercando di distruggermi, io mandavo grida di gioia e cantavo lodi al Signore.

Il diavolo non poteva raggiungermi perché mi trovavo nel luogo segreto dell'Altissimo. Ero inaccessibile per lui. Satana non riusciva a farmi venire un esaurimento nervoso perché ero nell'ombra e non ero in ansia per cosa alcuna.

Non angustiarti di nulla

Non angustiatevi di nulla, ma in ogni cosa fate conoscere le vostre richieste a Dio in preghiera e suppliche, accompagnate da ringraziamenti. E la pace di Dio, che supera ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori e i vostri pensieri in Cristo Gesù.

Filippesi 4:6-7

Molto tempo fa Dio mi disse che, quando mi rivolgevo a Lui in preghiera, dovevo dare a Lui qualsiasi cosa il diavolo aveva cercato di dare a me.

Questa è la preghiera. Il diavolo viene da noi e ci dà un problema, ma noi diciamo: "Non posso portarlo, perché è troppo pesante per me. Ecco, Dio, lo do a Te".

In Filippesi 4:6-7 quello che in sostanza vuole dirci l'apostolo Paolo è: "Pregate e *non* preoccupatevi". Non dice: "Pregate *e* preoccupatevi". Quando preghiamo e diamo i nostri problemi a Dio, è un segno per il Signore che confidiamo in Lui. Questo è ciò che dovrebbe essere la preghiera.

Mi capita spesso di fare questo quando si tratta del mio figlio adolescente Danny. Vive ancora a casa con noi e, siccome a motivo del ministero io

e mio marito viaggiamo molto, a volte mi piange il cuore all'idea di non portarlo con noi. Prima di diplomarsi una volta mi disse per telefono che aveva avuto delle difficoltà a scuola e che gli mancavamo molto quando andavamo via, soprattutto la mattina, al risveglio, e quando andava a letto la sera.

Col passare degli anni, Dave e io abbiamo sviluppato un ottimo rapporto con nostro figlio. Noi amiamo lui e lui ama noi (la nostra figlia più piccola aveva dieci anni quando Dio ci mise in cuore di avere Danny, quindi lui è proprio il nostro "bimbo"!). Eravamo preoccupati per lui quando arrivò il momento di affrontare la scuola superiore, con le pressioni e i condizionamenti che sapevamo avrebbe incontrato lì.

Tutti noi affrontiamo sfide quotidiane con le quali dobbiamo confrontarci. Cadere nella trappola dell'autocommiserazione e andare in giro a capo chino perché non tutto nella nostra vita sta andando alla perfezione non servirà a nulla. Dobbiamo spostare la nostra attenzione e fare ciò che dice la Bibbia: pregare!

Ogni volta che cominciavo a preoccuparmi per Danny quando eravamo lontani da lui a motivo del ministero, pregavo:

Padre, Ti ringrazio perché Ti stai prendendo cura di Danny. Grazie, Signore, perché hai un buon piano per la sua vita, hai i Tuoi occhi su di lui e stai operando per il suo bene. Grazie perché lui è coperto dal sangue di Tuo Figlio Gesù.

Quando tu ed io cominciamo a pregare in questo modo, il diavolo ci lascerà in pace, vedendo che non saremo smossi e che siamo determinati a confidare in Dio.

Rimani positivo

Ma la chieda con fede, senza dubitare (senza esitare o titubare), perché chi dubita (esita, tituba) è simile all'onda impetuosa del mare agitata e spinta qua e là dal vento. Infatti, non pensi un tal uomo di ricevere qualcosa [che chieda] dal Signore.

Giacomo 1:6-7, AMP

Se portiamo i nostri problemi al Signore in preghiera e poi continuiamo a preoccuparcene, stiamo mischiando una forza positiva con una negativa. La preghiera è una forza positiva, la preoccupazione è una forza negativa. Unendole, otterremo zero.

Non so te, ma io non voglio avere una potenza pari a zero, quindi cerco di non mischiare la preghiera con la preoccupazione.

Dio mi ha detto una volta: “Molte persone hanno una potenza pari a zero perché mischiano sempre il positivo col negativo. Hanno una confessione positiva per un po’ di tempo, poi una confessione negativa per un altro po’ di tempo. Pregano per un po’ e poi si preoccupano per un po’. Si fidano per un po’ e poi si preoccupano per un altro po’. Di conseguenza fanno avanti e indietro, senza fare mai alcun progresso vero e proprio”.

Perché non prendi la decisione di rimanere positivo, confidando in Dio e rifiutando di preoccuparti?

ANDRÀ TUTTO BENE

Il secondo segnale ha a che fare con l'ansia: "Non temere e non essere in ansia". Questo segnale contiene un avvertimento simile al primo, "Confida in Dio e non ti preoccupare", ma le conseguenze se disobbediamo sono un po' più drastiche. Invece di andare a finire in un fossato, come faresti deviando verso destra, correresti il rischio di avere uno scontro frontale. È come attraversare la doppia striscia centrale mentre stai facendo una curva.

L'ansia, diversamente dalla preoccupazione, è un senso di disagio che rimane anche quando pensiamo di essercene sbarazzati. È come se si trattasse di una doppia dose di preoccupazione. Quando ci incamminiamo in quella direzione, usciamo dalla fede ed entriamo nella paura, in particolare nella paura del domani e dell'incognito. Il risultato è l'ansia.

Segni d'ansia

L'ansia nel cuore dell'uomo lo appesantisce.

Proverbi 12:25, AMP

L'ansia comporta un peso nella vita di una persona.

Il dizionario definisce l'*ansia* come "uno stato di agitazione, di forte apprensione, o preoccupazione". A volte questo senso di inquietudine è molto vago, tanto che non riusciamo a identificarlo. Potremmo addirittura non sapere esattamente cosa sia. Tutto quello che sappiamo è che siamo inquieti, a volte anche in presenza di altre persone.

Sempre secondo il dizionario, l'*apprensione* è uno "stato ansioso derivante da un brutto presentimento; angoscia". In altre parole l'apprensione è un grave caso d'ansia.

Ricordo di averlo sperimentato una volta. Avevo vissuto così tante situazioni spiacevoli nella mia vita che alla fine ero arrivata al punto di aspettarmi che queste si verificassero. Ma non capivo esattamente cosa mi stesse succedendo finché il Signore non me lo rivelò nelle Scritture.

Brutti presentimenti

Tutti i giorni per lo scoraggiato e l'afflitto diventano brutti [per via di pensieri e presentimenti ansiosi], ma per il cuore contento è sempre allegria [qualsiasi siano le circostanze].

Proverbi 15:15, AMP

Una mattina, molti anni fa, mi stavo sistemando i capelli davanti allo specchio. Avevo la vaga sensazione che stava per succedermi qualcosa di brutto. Al tempo non capivo esattamente cosa fosse perché ero stata riempita dello Spirito Santo e avevo iniziato a studiare la Parola di Dio solo da poco tempo. Tutto quello che sapevo era che avevo la vaga sensazione di essere minacciata.

Così decisi di domandare al Signore: “Cos’è questa sensazione che incombe costantemente su di me? È sempre stata con me, da quando ho memoria”. Il Signore mi disse che si trattava di “brutti presentimenti”.

Non avendo mai incontrato questa espressione, pensai tra me e me: “Cos’è un ‘presentimento’”? Così andai a cercarla sul dizionario e scoprii che un *presentimento* è una “sensazione di qualcosa che potrebbe verificarsi per lo più con riferimento ad avvenimenti non lieti”.

Ho imparato che un presentimento non ha niente a che fare con quello che sta succedendo in quel preciso momento: è una sensazione negativa che riguarda il verificarsi di qualche evento in futuro.

A quel tempo non sapevo che nella Bibbia si trovasse quell’espressione. Qualche tempo dopo, tuttavia, la incontrai in Proverbi 15:15 (AMP), dove si parla di “pensieri ansiosi” e di “brutti presentimenti”.

Dio vuole che ci sbarazziamo dei brutti presentimenti affinché possiamo goderci la vita. Questo, però, è più facile a dirsi che a farsi perché Satana, il nostro avversario, vuole farci credere che non ci accadrà mai nulla di buono. Vuole farci credere che verremo sempre fraintesi e disprezzati, che non piaceremo mai a nessuno, che nessuno vorrà mai stare con noi e che a nessuno interesserà mai niente di noi. Vuole farci sentire umiliati per il nostro passato, deboli per il nostro presente e senza speranza per il nostro futuro. Vuole riempirci di così tanta preoccupazione e ansia da strapparci dalla nostra relazione con Dio e distrarci dal compiere l'opera che Dio ci ha messo davanti.

Ciascuno dei significati della parola *ansioso* (“pieno di ansietà, preoccupato, trepidante per dubbio o timore”) ne è la conferma.

Se sei redento, dillo!

Così dicano i riscattati del Signore, ch'egli liberò dalla mano dell'avversario.

Salmo 107:2

Quando capisci che il diavolo sta cercando di distrarti, non restartene lì fermo, lasciando che lui ti avvili con la preoccupazione e i pensieri negativi. Apri la bocca e di qualcosa che lui non voglia sentire, e se ne andrà. Comincia affermando la tua autorità in Cristo.

A volte, mentre mi preparo per predicare in una chiesa o a una conferenza, inizio a essere bombardata da pensieri negativi.

Alcuni anni fa mi venne da chiedermi quante persone si erano già registrate ad un incontro per donne che ero stata incaricata di guidare. Domandai alla mia assistente e lei mi disse che non si erano registrate molte persone, ma gli organizzatori dell'incontro credevano che ci sarebbe stata la stessa affluenza dell'anno precedente.

All'improvviso mi balenò in mente un pensiero: “E se non viene nessuno? E se io e i miei collaboratori facciamo un viaggio così lungo e nessuno si presenta all'incontro?”. Poi ho incoraggiato me stessa con la mia stessa bocca e ho detto ad alta voce: “Andrà tutto bene!”.

A volte dobbiamo farlo perché, se non lo facciamo, quei brutti

presentimenti continueranno a ronzarci intorno causandoci ansia e preoccupazione.

Una volta riconosciuti quei pensieri ansiosi e quei brutti presentimenti, e presa autorità su di essi, Dio cominciò a portare liberazione nella mia vita affinché potessi iniziare a godermela.

Satana insinua pensieri ansiosi e preoccupanti nella nostra mente, a volte addirittura ci bombarda con essi. Spera che li riceviamo e che cominciamo ad esprimerli ad alta voce. Quando lo facciamo, lui ha via libera per creare concretamente nella nostra vita le circostanze riguardo alle quali ci ha trasmesso pensieri ansiosi.

Nel regno spirituale, le parole hanno una forza creatrice. In Genesi 1:3, 6, 9, 11, 14, 20, 24, 26 è scritto: “Dio *disse*: ‘Ci sia...’ e così fu”!

Gesù disse: “Non siate dunque in ansia, *dicendo*: ‘Che mangeremo? Che berremo? Di che ci vestiremo?’” (Matteo 6:31). Se prendiamo un pensiero negativo e cominciamo a esprimerlo a parole, ci avviciniamo pericolosamente ai problemi reali. “Non siate dunque in ansia per il domani, perché il domani si preoccuperà di sé stesso” (v. 34).

Goditi la vita!

Uno spirito dolce e pacifico, che [non è ansioso o agitato, ma] è di gran valore agli occhi di Dio.

1 Pietro 3:4, AMP

Ansia significa anche “affanno; preoccupazione; inquietudine; stato mentale turbato”. Pietro ci dice che il tipo di spirito che Dio gradisce è uno spirito pacifico e non ansioso o agitato.

Quando siamo agitati, abbiamo i nervi a fior di pelle e ci sentiamo lo stomaco “annodato”. Tutto ci sembra un peso, ossia un impegno gravoso, difficile e tremendamente angosciante, e in questo modo non riusciamo a rilassarci e a goderci la vita come Dio vorrebbe.

Nel mio caso, ero sempre tesa e scontenta perché l’infanzia mi era stata rubata in seguito agli abusi (in tenera età mi sentivo già un’adulta). Siccome mi era mancata l’opportunità di essere una bambina, non sapevo come fare a lasciarmi andare e ad essere “come i bambini”. Così, quando mi sono

sposata e ho avuto dei figli miei, non sapevo veramente come godermeli.

Per anni non sono neppure riuscita a godermi mio marito perché ero troppo impegnata a cercare di cambiarlo. Cercavo sempre di perfezionare lui e chiunque altro.

Ho avuto dei figli, ma non me li sono goduti. Ogni giorno, prima che uscissero per andare a scuola, mi assicuravo che non avessero neppure un capello fuori posto, che i vestiti fossero impeccabili e che il loro pranzo fosse pronto e ben sistemato nella loro cartella. Amavo i miei bambini, ma non me li godevo.

Avevo una bella casa, la tenevo pulita e perfettamente in ordine, ma non me la godevo. Non solo, ma nessun'altro riusciva a godersela. Non potevamo “viverla”, potevamo solo stare a guardarla.

I miei bambini avevano dei bei giocattoli, ma non se li godevano perché io non glieli lasciavo usare. Non permettevo loro di tirarli fuori e di giocarci, per timore che creassero disordine in casa.

Non sapevo cosa fosse il divertimento. Qualsiasi cosa fosse, non pensavo che la mia famiglia fosse autorizzata ad averlo. Pensavo: “Non c'è *bisogno* di divertirsi, c'è *bisogno* di lavorare, piuttosto!”.

Ricordo che dicevo ai miei figli: “Andate fuori a giocare”. Poi, quando lo facevano, subito mi mettevo a seguirli dicendo: “Raccogliete tutte queste cianfrusaglie! Ripulite immediatamente questa roba! Non sapete fare altro che disordine in giro!”.

Ciò che dovevo capire a quel punto della mia vita era che se le cose non succedevano esattamente come volevo io, non era certo la fine del mondo. Dovevo imparare a rilassarmi e a godermi la vita.

Nel Salmo 118:24, la Bibbia recita: “Questo è il giorno che il Signore ci ha preparato; festeggiamo e rallegriamoci in esso”.

In Giovanni 16:33 (AMP) Gesù disse: “Vi ho detto queste cose affinché abbiate pace [perfetta] e fiducia. Nel mondo avrete tribolazione e prove e afflizione e frustrazione; ma siate allegri [fatevi coraggio; siate fiduciosi, sicuri, impavidi]! Perché io ho vinto il mondo”.

In Filippesi 4:4 (AMP) l'apostolo Paolo scrive: “Rallegratevi sempre nel Signore [deliziatevi, siate lieti in lui]; ripeto, rallegratevi!”.

Non essere così rigido. Rilassati un po'. Dai a Dio la possibilità di operare. Prendi la decisione di goderti la vita.

Trasformati di gloria in gloria

E noi tutti, a viso scoperto, [perché stiamo] continuando a contemplare [nella Parola di Dio] come in uno specchio la gloria del Signore, siamo continuamente trasformati nella sua stessa immagine con splendore crescente, di gloria in gloria; secondo l'azione del Signore che è lo Spirito.

2 Corinzi 3:18, AMP

Ti rendi conto che se aspetti che tutto sia perfetto per iniziare a gioire della vita non ti divertirai mai più di tanto?

Non fare l'errore di aspettare fino a quando tu e tutti quelli che ti circondano saranno perfetti e avranno raggiunto il traguardo della perfezione per iniziare a goderti la vita.

La Bibbia dice che tu ed io siamo stati trasformati nell'immagine di Dio e che progrediamo di gloria in gloria. Questo significa che attraverseremo molte fasi diverse. È necessario che impariamo a goderci la gloria della fase in cui ci troviamo in questo momento mentre ci muoviamo verso quella successiva. Dobbiamo imparare a dire: “Non avrò ancora raggiunto il mio traguardo ma, grazie a Dio, non mi trovo neanche più al punto di partenza. Sono più o meno a metà strada e intendo godermi ogni fase”.

Quando i bambini sono piccoli fanno teneri sorrisini e simpatici versi, ma fanno anche cose meno simpatiche come piangere nel bel mezzo della notte, mordicchiare tutto e avere la diarrea, e spesso ci ritroviamo a dire: “Sarò felice quando avranno superato questa fase così me li potrò godere davvero”.

In qualche modo i bambini superano quella fase ed entrano nella successiva. A questo punto parlano e dicono cose buffe e carine, ma cominciano anche a camminare e lanciare in giro qualsiasi oggetto su cui riescano a mettere le mani. Di nuovo ci ritroviamo a desiderare che superino questa fase.

Presto iniziano ad andare all'asilo e noi ci ritroviamo a dire: “Sarò felice quando andranno alle elementari, così staranno a scuola buona parte della giornata”. Ma non appena giungono alle elementari, cominciamo a dire: “Sarò felice quando andranno alle superiori”. E quando si diplomano

diciamo: “Sarò felice quando saranno cresciuti e sposati”.

Poi quel giorno arriva davvero, e d’un tratto ci rendiamo conto del fatto che non ci siamo mai goduti alcuna fase della loro vita. Per essere felici abbiamo sempre aspettato *quando questo e quando quello*.

Era proprio così che io trascorrevi la mia vita: rimandavo sempre la felicità a qualche altro momento.

Quando ai miei incontri partecipavano solo cinquanta persone pensavo: “Sarò così felice quando centinaia di persone cominceranno a venire ai miei incontri”. La verità è che quando finalmente avvenne, questo non mi rese in alcun modo più felice di prima.

Ogni fase che attraversiamo porta con sé una certa dose di gioia, ma anche una sua piccola quantità di problematiche. Quello che dobbiamo fare è imparare ad essere felici a prescindere da qualsiasi circostanza.

Sii felice a prescindere dalle circostanze

Poiché tu m’hai rallegrato con le tue meraviglie, o Signore; io canto di gioia per le opere delle tue mani.

Salmo 92:4

Alcuni anni fa ho finalmente trovato la chiave della felicità: si trova alla presenza di Dio.

Di solito ero felice quando Dio *faceva* qualcosa per rallegrarmi, ma non sapevo come essere felice per chi Lui *era*. Sapevo come ricercare la Sua mano ma non sapevo veramente come ricercare il Suo volto.

Non pensare che sarai felice quando Dio farà la prossima cosa che vorresti che Lui faccia per te. Non appena questo accadrà, ci sarà qualcos’altro che vorrai e penserai di non poter essere felice fino a che non l’avrai ottenuto. Non passare tutta la tua vita aspettando la prossima volta per essere felice.

Il giorno dopo aver ricevuto questa rivelazione, mi stavo recando a un incontro e stavo canticchiando una canzone che dice: “Mi hai reso felice, mi hai reso felice, mi rallegrerò perché mi hai reso felice”. Ed è stato allora che lo Spirito Santo mi ha parlato e mi ha detto: “È la prima volta che canti questa canzone nel modo giusto”.

Siccome Dio ascolta i nostri cuori più che le nostre parole, quella

canzone Gli suonava diversamente. Prima, quello che sentiva era: “Le cose che hai fatto per me mi rendono felice, le cose che hai fatto per me mi rendono felice, mi rallegrerò perché tutte le cose che hai fatto per me mi rendono felice”.

Quando il Signore faceva quello che Gli chiedevo di fare per me, io ero felice, ma quando non lo faceva, non lo ero. Così vivevo una vita di alti e bassi. Era come stare sulle montagne russe. Ero esausta dei continui su e giù. Quando le mie circostanze erano favorevoli ero in alto, ma quando non lo erano, cadevo in basso.

Se vogliamo vivere nella pienezza della gioia, dobbiamo trovare qualcosa di cui essere lieti a prescindere dalle circostanze.

Sii felice a prescindere dalle persone

Rallegratevi nel Signore ed esultate, o [voi irremovibilmente] giusti [voi che siete retti e giusti davanti a lui]! Gioite, voi tutti che siete retti di cuore!

Salmo 32:11, AMP

Anche se tutte le circostanze sono a nostro favore, prima o poi scopriremo che il mondo è pieno di persone che non ci vanno proprio a genio. Non appena avremo “sistemato” quelli che non ci vanno a genio, subito ne arriveranno altri che non ci piacciono. È un ciclo infinito.

Nel nostro ministero, abbiamo un vasto numero di collaboratori. Anche se sono alcune delle persone più splendide che abbia mai conosciuto, ci sono volte in cui non tutte mi rendono felice.

Anche essere in compagnia di cristiani non ci renderà sempre felici. L'Unico che può renderci felici in ogni momento e ogni volta è Gesù, e perfino Lui non può farlo se noi non Glielo permettiamo.

La sindrome di Marta

Mentre erano in cammino, Gesù entrò in un villaggio; e una donna, di nome Marta, lo ospitò in casa sua. Marta aveva una sorella chiamata Maria, la quale, sedutasi ai piedi di Gesù, ascoltava la sua parola.

Ma Marta [super indaffarata e troppo occupata], era distratta dalle faccende domestiche, venne e disse: “Signore, non ti importa che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti [che mi dia una mano e faccia anche lei la sua parte insieme a me]!”.

Luca 10:38, AMP

Nessuno conosceva la Fonte della felicità, della pace e della gioia meglio di Maria, la sorella di Marta. Quando il loro ospite, Gesù, era arrivato a casa loro, lei si era messa ai Suoi piedi in modo da poter sentire tutto quello che Lui avrebbe detto senza perdersi neppure una parola. Era entusiasta del fatto che Egli aveva deciso di andare a trovarli quel giorno e voleva proprio godersi il tempo che avrebbero passato insieme. Così si accomodò e fissò lo sguardo su Gesù.

Poi c'era sua sorella, la cara vecchia Marta. Era tutto il giorno che correva in giro per la casa: puliva e spazzava e cucinava, cercando di sistemare ogni cosa per l'arrivo di Gesù (non ho difficoltà a immaginarmi Marta in quella situazione perché un tempo ero proprio come lei).

Doveva essere tutto in ordine quando sarebbe arrivato l'ospite di Marta. Una volta arrivato, lei iniziò ad affaccendarsi in cucina, preparando la cena e dando gli ultimi ritocchi al tavolo apparecchiato.

Marta però finì per arrabbiarsi e andò a dire a Gesù: “Maestro, perché non fai alzare mia sorella Maria e non le dici di darmi una mano con tutto quello che c'è da fare qui?”. Sperava di ottenere un po' di compassione e magari anche un po' di riconoscenza per tutto quello che aveva fatto, così rimase allibita quando Egli le disse: “Marta, Marta, tu ti affanni e sei agitata per molte cose, ma una cosa sola è necessaria. Maria ha scelto la parte buona che non le sarà tolta” (Luca 10:41-42).

Sono certa che quel commento fece piombare un bel silenzio in casa, ma la verità è che Marta aveva bisogno di sentirselo dire.

Ricordo una volta in cui Dio mi disse qualcosa di simile. Mi disse: “Joyce, non riesci a goderti la vita perché te la complichì troppo”. E aveva ragione. Riuscivo a rendere complicato perfino una semplice grigliata!

Ricordo una volta in cui incontrai alcuni amici di famiglia e, nell'impulso del momento, li invitai a venirci a trovare. Ricordo di aver detto qualcosa del tipo: “Ehi, perché non venite a pranzo domenica? Arrostitremo degli

hot dog, apriremo un sacchetto di patatine e qualche scatola di carne trita e fagioli. Preparerò del tè freddo e ce ne staremo tranquilli in veranda a rilassarci oppure potremmo giocare a palla o fare qualcos'altro".

Dopo averlo detto mi ero sentita felice, pensando a quanto ci saremmo divertiti. Così salii in macchina, avviai il motore e tornai a casa. Lungo il tragitto fino a casa gli hot dog erano diventati bistecche e le patatine erano diventate un'insalata russa! Non volevo che i miei amici pensassero che mi potevo permettere solo degli hot dog e che non fossi in grado di preparare un'insalata russa!

Ben presto decisi anche che la griglia del barbecue andava riverniciata e che i vecchi arredi da giardino erano da sostituire. Era assolutamente necessario tagliare l'erba del prato e l'intera casa doveva essere tirata a lucido. Insomma, dovevo fare una bella figura con i miei ospiti!

Dopo un po' cominciai a pensare non solo alle sei persone che avevo invitato, ma anche alle quattordici che si sarebbero offese sapendo che le sei persone erano state da me e io non avevo chiesto anche a loro di venire. Così, tutto a un tratto, un semplice incontro per un panino al volo era diventato un incubo. Mi stavo arrendendo alla paura dell'uomo.

Poi manifestai ulteriormente la sindrome di Marta. Iniziai a pulire la casa e lavare i pavimenti come una matta. Mandai tutti quanti al supermercato a comprare questo e quello. Inevitabilmente mi arrabbiai con Dave e con i ragazzi, e dissi cose del tipo: "Non capisco perché devo *sgobbare* solo io qui, mentre tutti gli altri si divertono!". Oramai avevo il nome "Marta" stampato in fronte come un'etichetta e sapevo che, diversamente da Maria, non avevo scelto la parte migliore.

Vivi il presente

Carissimi, [proprio qui e] ora siamo figli di Dio, ma non è stato ancora manifestato (reso chiaro) ciò che saremo [d'ora in poi]. Sappiamo che quand'egli sarà manifestato saremo [in quanto figli di Dio] simili a lui, perché lo vedremo com'egli è [veramente].

1 Giovanni 3:2, AMP

In realtà sono le scelte che facciamo oggi a determinare se ci godremo il momento presente o se lo getteremo al vento preoccupandoci. A volte finiamo per perderci l'oggi perché siamo troppo angosciati dal domani.

Un'altra definizione di *ansia* è “disagio e angoscia per le incertezze del futuro”. La definizione che Dio mi ha dato va nella stessa direzione: “L'ansia è causata dal cercare di preoccuparsi, con la mente o con le emozioni, per ciò che non è ancora successo (il futuro) o ciò che è già stato (il passato)”.

Una delle cose che dobbiamo comprendere è che Dio vuole che impariamo a essere persone *del presente*. Ad esempio, in 2 Corinzi 6:2 troviamo scritto: “Eccolo ora il giorno della salvezza!”, e in Ebrei 4:7: “Oggi, se udite la sua voce, non indurite i vostri cuori!”.

Dobbiamo imparare a vivere il presente. Passiamo troppo tempo a pensare al passato o al futuro. Potrebbe sembrarti un po' buffo, ma ho avuto talmente tanti problemi con questo mio atteggiamento che un giorno Dio mi ha rivelato che ero in ansia perfino quando mi lavavo i denti!

Mentre mi lavavo i denti, ero già lì che pensavo alla prossima cosa che avrei voluto fare. Ero sempre di fretta e il mio stomaco era tutto annodato.

Quando non dedichi veramente te stesso a ciò che stai facendo in quel momento, diventi una calamita per l'ansia. Magari lavarsi i denti sembra una questione di poco conto, ma ritengo che siano proprio queste situazioni quotidiane a causarci gran parte dei problemi.

Ricordo la prima volta che venni battezzata nello Spirito Santo. La mia mente era così piena di caos che mi trovavo in difficoltà con le cose più banali della vita. Mi alzavo al mattino, accompagnavo i miei tre figli a scuola e mio marito al lavoro, e poi cominciavo a occuparmi di ciò che volevo fare quel giorno, ma non riuscivo a concentrarmi su niente.

Ero in camera a fare il letto quando all'improvviso mi ricordavo di non aver caricato la lavastoviglie. Allora correvo in cucina per farlo, lasciando il letto mezzo sfatto.

Caricata la lavastoviglie, magari pensavo: “Caspita, devo proprio andare nel seminterrato a togliere la carne dal freezer perché si scongeli entro l'ora di cena”.

Allora correvo al piano di sotto per togliere la carne dal freezer. Quando ero giù adocchiavo il mucchio di biancheria sporca e decidevo che era proprio il caso che mi fermassi per mettere tutto in lavatrice.

Proprio in quel momento mi veniva in mente una telefonata che dovevo

fare, così correvo di nuovo di sopra per farla. In mezzo a tutto quel trambusto mi ricordavo improvvisamente di dover andare alle poste a spedire della corrispondenza, così correvo a sbrigare quella commissione.

A fine giornata mi ritrovavo con la casa ancora più sottosopra di com'era quando avevo cominciato. Tutto era stato lasciato a metà e io ero frustrata ed esaurita. Perché? Semplicemente perché non mi ero dedicata interamente a nessuna di quelle cose.

Una cosa per volta

Bada ai tuoi passi [pensa a quello che stai facendo].

Ecclesiaste 5:1, AMP

Sai perché non ci dedichiamo a una sola cosa per volta? Perché siamo troppo interessati a dedicarci alla prossima cosa da fare. Dobbiamo fare quello che l'autore di Ecclesiaste ci dice: badare a ciò che stiamo facendo in quel momento. Quando non lo facciamo, perdiamo il nostro passo o il nostro equilibrio nella vita e niente ha più senso!

Dobbiamo prendere la decisione di vivere nel presente, non nel passato o nel futuro, perché pensare a ieri o a domani quando dovremmo vivere l'oggi ci fa perdere la nostra unzione per l'oggi. Dobbiamo affrontare un giorno per volta perché è solo così che raggiungeremo i nostri obiettivi.

Viviamo in una società in cui è tutto talmente veloce che vorremmo che qualcuno sventolasse semplicemente una bacchetta magica sulla nostra testa rendendo tutto migliore. Ma le cose non vanno esattamente così. I cambiamenti avvengono un giorno per volta.

Un giorno per volta

Non siate dunque in ansia per il domani, perché il domani si preoccuperà di sé stesso. Basta a ciascun giorno il suo affanno.

Matteo 6:34

In Giovanni 8:58, Gesù definisce sé stesso come l'“IO SONO”. Se tu ed io, in quanto Suoi discepoli, cerchiamo di vivere nel passato o nel futuro, avremo vita difficile perché Gesù è sempre nel presente. Per questo motivo ci ha detto di non preoccuparci di ieri o di domani.

Quando cerchiamo di vivere nel futuro o nel passato, la vita è dura. Ma quando viviamo nel presente, troviamo il Signore lì con noi. Indipendentemente da ciò che avviene nella nostra vita, Egli ci ha promesso che non ci lascerà né ci abbandonerà, ma sarà sempre con noi per aiutarci (ved. Ebrei 13:5 e Matteo 28:20).

Dedicare noi stessi a una sola cosa per volta, nel presente, non riguarda solo il nostro corpo, ma anche la nostra mente e le nostre emozioni. Ad esempio, potremmo trovarci fisicamente in un luogo e al contempo immaginare una conversazione con qualcuno da qualche altra parte.

Passare mentalmente alla prossima cosa da fare ci sottopone a una inutile pressione. Quando torniamo poi al presente, potrebbe non essere chiaro quello che è successo mentre eravamo assenti con la mente.

Per questo motivo il diavolo cerca continuamente di allontanare la nostra mente e di portarci altrove. Vuole farci perdere quello che sta succedendo nel presente.

Ricordo che una volta mi ero arrabbiata per qualcosa che aveva fatto mio marito. A quel tempo, quando m'infuriavo restavo infuriata per giorni. Alla fine Dave disse qualcosa che catturò davvero la mia attenzione: “Non sarebbe patetico se Gesù tornasse questa sera e tu avessi passato il tuo ultimo giorno sulla terra in questo modo?”. Questo mi diede da pensare.

Tu ed io non dobbiamo essere ansiosi per il domani mentre oggi abbiamo già il nostro bel da fare. Anche se riusciamo a risolvere tutti i nostri problemi oggi, domani avremo altro da affrontare e ancor di più il giorno seguente.

Perché perder tempo a essere ansiosi se tanto questo non risolverà nulla? Perché essere in ansia per ieri, che ormai è stato, e per domani, che non è ancora arrivato? Vivi nella fede adesso. Non temere e non essere ansioso.

I PENSIERI DI DIO SONO PIÙ ALTI DEI NOSTRI PENSIERI

Sei una di quelle persone che cerca di capire sempre tutto? Molti di noi cadono in questa trappola: invece di gettare le nostre preoccupazioni sul Signore, continuiamo a vivere trascinandocene dietro.

Quando cerchiamo di razionalizzare tutto, mettiamo il nostro ragionamento al di sopra dei pensieri e dei piani di Dio per la nostra vita. Posizioniamo le nostre vie a un livello più alto rispetto alle Sue.

In 2 Corinzi 10:5 è scritto che dovremmo “far prigioniero ogni pensiero fino a renderlo ubbidiente a Cristo”. Il terzo segnale è questo: “Sbarazzati di tutte le preoccupazioni ed evita i ragionamenti”. Quando lo facciamo, smettiamo di cercare di capire tutto, impariamo a gettare le nostre preoccupazioni sul Signore ed entriamo nel Suo riposo.

Entra nel riposo di Dio

Noi che abbiamo creduto (ubbidito a, avuto fede in e essendoci affidati a Dio) entriamo nel riposo di Dio.

Ebrei 4:3, AMP

Questo passo fa riferimento a quando i figli d’Israele dovevano entrare nella terra di Canaan piuttosto che vagare nel deserto, ma possiamo applicarlo anche alla nostra vita: se non stiamo riposando, allora non stiamo veramente credendo e confidando, perché il frutto del credere e del confidare è il riposo.

A volte sono tentata di cercare di capire ogni dettaglio di ciò che succede o la ragione per cui qualcosa accade, ma so che quando lo faccio non sto realmente confidando in Dio.

In Proverbi 3:5 AMP leggiamo: “Confida nel Signore con tutto il tuo cuore e la tua mente, e non ti appoggiare sul tuo senno o discernimento”. In altre parole ci viene detto: “Confida in Dio e non cercare di capire ogni cosa sulla base di quello che vedi”, e non: “Confida in Dio mentre cerchi di capire tutto”!

Mi sono resa conto che con le mie labbra avevo detto a Dio che mi fidavo di Lui mentre nella mia mente cercavo ancora di capire ogni cosa per conto mio. Proverbi 3:5 ci dice di confidare nel Signore con tutto il nostro cuore e con tutta la nostra mente! Questo significa che dobbiamo abbandonare gli eccessivi ragionamenti.

Ragionamenti contrari alla verità

Mettete in pratica la Parola [obbedite al messaggio] e non ascoltatela soltanto, illudendo voi stessi [con l'inganno dato dal ragionamento contrario alla Verità].

Giacomo 1:22, AMP

Quando Dio mi ha rivelato che dovevo abbandonare i ragionamenti eccessivi, questo è diventato una vera sfida per me perché ne ero dipendente. Non potevo sopportare il fatto di non capire perfettamente ogni cosa.

Diversi anni fa, ad esempio, Dio ci disse di fare alcune cose nell'ambito del nostro ministero che non avevo la minima idea di come fare. Una di queste era trasmettere i miei insegnamenti in televisione ogni giorno. Certo, questo significava moltiplicare per cinque il carico di lavoro e la responsabilità finanziaria. Sarebbero stati necessari più collaboratori e più spazio.

Dio, però, non mi ha mai chiesto di capire esattamente come realizzare quello che voleva che facessi. Mi aveva chiamato a ricercare *Lui*, non la risposta ai miei problemi, quindi a obbedire a ciò che mi diceva di fare.

Non sapevo dove trovare il denaro, lo spazio e le persone per fare tutto quello che Dio ci aveva chiesto di fare, ma avevo abbastanza esperienza con Dio da sapere che se fossi semplicemente rimasta al riparo, all'ombra delle Sue ali, adorando e lodando Lui, assumendomi la mia parte di responsabilità ma gettando su di Lui le mie preoccupazioni, Dio avrebbe operato in linea con la Sua volontà e il Suo piano.

La mia parte di responsabilità è fare qualsiasi cosa Lui mi metta davanti. Tutto quello che mi è richiesto è di dire: “Inizierò a muovere i primi passi, Signore, e so che Tu provvederai”. Posso assicurarti che Dio non mi chiederà mai di preoccuparmi o di cercare di capire come Lui farà tutto ciò che mi sta guidando a fare.

Quando ci preoccupiamo, perdiamo la pace interiore, e quando cerchiamo di capire ogni cosa, cadiamo nella confusione. Restare nella pace significa dimorare all’ombra dell’Onnipotente!

Una volta domandai al Signore: “Ma perché siamo tutti così confusi?”. Lui mi rispose dicendo: “Se smettessi di cercare di capire ogni cosa non saresti confusa”.

L’inizio della confusione è un segnale che ci avvisa che stiamo imboccando la via sbagliata e rischiamo di finire nei guai.

Quando ragioniamo secondo il nostro discernimento, invece di fidare nel Signore con tutto il cuore, finiamo per rimanere confusi. Quando abbiamo fiducia che i Suoi pensieri sono più alti dei nostri pensieri, possiamo mettere un freno alla confusione ancor prima che cominci.

Conversazioni infinite

Non preoccupatevi [in anticipo] del come e del che risponderete a vostra difesa, o di quello che direte; perché lo Spirito Santo vi insegnerà in quel momento stesso quello che [voi] dovrete dire.

Luca 12:11-12, AMP

A volte non solo cerchiamo di capire prima del tempo tutto quello che dovremmo *fare*, ma cerchiamo anche di capire cosa dovremmo *dire*.

A casa potrebbe esserci qualcosa di cui discutere con tua moglie o tuo marito. Al lavoro potresti aver la necessità di chiedere al tuo capo un aumento o di riprendere un dipendente per un comportamento inadeguato. Qualsiasi sia la situazione da affrontare, potresti ritrovarti in balia dell’ansia.

Perché allora non prendere la decisione di fidare in Dio piuttosto che pianificare e ripetere una conversazione mille volte nella tua testa? Perché non credere semplicemente che Dio vuole che tu affronti ciò che ti viene posto davanti senza sapere anzitempo quello che dovrai dire?

Forse hai un'idea generale di ciò che dovrai fare, ma bisogna mantenere un certo equilibrio. Quando diventi ossessivo e continui a rivedere nella tua testa la situazione, questo è segno che non stai contando sull'unzione del Signore: stai contando su te stesso, ma questo ti porterà a fallire.

Sai, tu ed io possiamo dire anche solo poche parole sotto l'unzione di Dio e portare pace e armonia, oppure possiamo dire duecento parole secondo la nostra carnalità e causare scompiglio e confusione.

A volte ci arrovelliamo il cervello cercando di farci venire in mente un piano per affrontare una situazione difficile. Una volta che pensiamo di aver finalmente deciso cosa fare, affiorano nella nostra mente dei pensieri preoccupanti: "Sì, ma se poi...?". Così finiamo con l'essere ancora più preoccupati di prima.

Ricordo una notte in cui me ne stavo distesa a letto. Nella mia mente stavo cercando di risolvere una situazione che mi causava agitazione. Mi trovai addirittura nel bel mezzo di una di quelle infinite conversazioni immaginarie: "Se dico questo, loro diranno quello. Se succede questo, mi arrabbierò moltissimo! Allora cosa farò?".

Sapevo di dover discutere di alcune questioni scomode con certe persone che non volevo offendere, e sapevo che non sarebbe stato facile. Anche se non volevo che le persone coinvolte si arrabbiassero con me, non volevo neanche sfuggire alle mie responsabilità "per piacere agli uomini" (ved. Efesini 6:6 e Colossesi 3:22). Avevo bisogno di sentirmi in pace e al sicuro sulla questione.

La pace di Dio è sempre a nostra disposizione, ma dobbiamo sceglierla. Dobbiamo scegliere se rimanere sotto il sole cocente della preoccupazione, e quindi sudare, patire la sete e la siccità, o se stare nella fresca e confortevole ombra della pace di Dio.

I piani di Dio sono buoni!

"Infatti io so i pensieri e i piani che medito per voi", dice il Signore, "Pensieri e piani di benessere e pace e non di male, per darvi un futuro pieno di speranza".

Geremia 29:11, AMP

A causa dell'ambiente familiare permeato dall'abuso, da bambina ho imparato ad assicurarmi che tutto quello che avrei detto fosse già ben organizzato nella mia mente prima che aprissi la bocca. Temevo che se avessi detto la cosa sbagliata, sarei stata punita per averlo fatto.

Ho passato molti anni della mia vita preparando conversazioni nella mia testa per assicurarmi che tutto quello che avrei detto sarebbe stato giusto. Alla fine, come è ovvio, la mia mente sviluppò l'abitudine di pensare in modo negativo, rimanendo sempre sulla difensiva.

A causa delle mie insicurezze e della mia paura di essere rifiutata, passavo le giornate cercando di capire il significato di alcuni commenti casuali fatti al mio riguardo da persone che non avevano dato troppo peso a ciò che avevano detto.

Dio non vuole che usiamo la mente in quel modo. Non è che un'inutile perdita di tempo. Il nostro Padre celeste ha un piano per la nostra vita. I Suoi pensieri sono più alti dei nostri e le Sue vie sono più alte delle nostre (ved. Isaia 55:8-9). Né tu né io Lo capiremo mai appieno.

Dopo aver lottato per anni, finalmente domandai al Signore: "Qual è il mio problema?". Il Signore mi disse qualcosa che mi cambiò la vita. Disse: "Joyce, a motivo di come sei cresciuta, la paura è incorporata al modo in cui pensi".

Certo, il Signore aveva cominciato a lavorare dentro di me dal momento in cui ero stata riempita di Spirito Santo per estirpare da me quella paura. Anche se avevo fatto un bel pezzo di strada, mi rendevo conto che avevo ancora una lunga distanza da percorrere.

Nonostante tutto, Lui mi disse: "Joyce, andrà tutto bene!". Questo fu un punto di svolta per me. Mi ricordai quello che dicevo di solito ai miei figli quando venivano da me agitati e in lacrime: "Tutto OK! La mamma sistemerà tutto. Andrà tutto bene". Anche se si trattava di un messaggio molto semplice, l'ho ricordato a me stessa in moltissime occasioni.

In particolare, ricordo una volta in cui io e i miei collaboratori eravamo stati incaricati di tenere una conferenza. Sebbene avessimo già inoltrato un nuovo ordine per le etichette adesive che ci servivano per la conferenza, alla fine le avevamo terminate. Quando contattammo l'azienda fornitrice, scoprimmo che l'ordine era andato perso. Anche se l'ordine era stato mandato molto tempo prima, ora ci trovavamo senza più tempo a disposizione con un nuovo ordine urgente da inoltrare.

Il giorno dopo la nuova data di consegna, le etichette non erano ancora arrivate! Invece di lasciarmi travolgere dalla situazione, dissi semplicemente: “Andrà tutto bene”. E infatti, non appena rincasai, i miei collaboratori mi chiamarono per dirmi che le etichette erano arrivate poco tempo dopo che avevo lasciato l’ufficio.

Come sviluppare la fiducia

Ci gloriamo anche nelle afflizioni, sapendo che l’afflizione produce pazienza, la pazienza esperienza, e l’esperienza speranza.

Romani 5:3-4

Quante volte hai provato frustrazione e ti sei agitato senza motivo per questo tipo di situazioni? Quanti anni della tua vita hai passato dicendo: “Oh, io credo in Dio. Confido in Dio”, mentre in realtà non facevi altro che preoccuparti, parlare con negatività e cercare di capire ogni cosa da solo? Puoi aver pensato che stavi confidando in Dio perché affermavi: “Io confido in Dio”, ma dentro di te eri ansioso e pieno di paura. Stavi cercando di imparare a confidare in Dio, ma non eri ancora arrivato a farlo.

Intendo forse dire che sviluppare la fiducia e la sicurezza non è nient’altro che affermare: “Non preoccuparti, andrà tutto bene”? No, non intendo questo. La fiducia e la sicurezza si costruiscono nel tempo. In genere ci vuole del tempo per superare l’abitudine radicata a essere preoccupati, ansiosi e timorosi.

Per questo è così importante “restare aggrappati” a Dio. Non arrenderti e non mollare, perché guadagni esperienza e forza spirituale in ogni situazione che affronti. Ogni volta diventi un po’ più forte rispetto a come eri la volta precedente. Presto a tardi, se non ti arrendi, darai al nemico parecchio filo da torcere.

Solo Dio può davvero aiutarti

Sì, tu m'hai tratto dal grembo materno; m'hai fatto riposare fiducioso sulle mammelle di mia madre. A te fui affidato fin dalla mia nascita, tu sei il mio Dio fin dal grembo di mia madre. Non allontanarti da me, perché l'angoscia è vicina, e non c'è alcuno che m'aiuti.

Salmo 22:9-11

Ormai sono credente da diverso tempo, quindi ho dell'esperienza alle spalle e sono passata per diversi momenti difficili. Tuttavia, non ho mai dimenticato che per molti anni il nemico mi ha controllata e manipolata. Ricordo le notti che passavo insonne piangendo, sentendomi sopraffatta.

Ricordo che correvo dai miei amici o da altre persone che pensavo potessero aiutarmi. Alla fine capii che dovevo smettere di correre dalle persone, non perché non mi stessero simpatiche o non mi fidassi di loro, ma perché sapevo che non potevano davvero aiutarmi. Solo Dio poteva farlo.

Una volta qualcuno ha detto: “Se le persone possono aiutarti, allora non hai realmente un problema”.

In passato mi innervosivo molto con mio marito perché quando lui aveva dei problemi o affrontava momenti di difficoltà, non me ne parlava. Poi, due o tre settimane dopo aver ottenuto la vittoria sul problema, diceva: “Stavo vivendo un momento davvero difficile alcune settimane fa”.

Prima che potesse finire la frase domandavo: “Perché non me ne hai parlato?”. Sai cosa mi rispondeva? “Sapevo che non avresti potuto aiutarmi, quindi non ti ho detto nulla”.

Non sto dicendo che sia sbagliato condividere con qualcuno che ami e di cui ti fidi ciò che sta succedendo nella tua vita, ma Dave capiva una verità che io dovevo mettere in pratica nella mia vita. Ci sono momenti in cui solo Dio può essere d'aiuto. Anche se avrei voluto essere in grado di aiutare mio marito, in realtà non potevo davvero farlo. Solo Dio poteva, e Dave doveva rivolgersi a Lui.

Una volta il Signore mi disse che dobbiamo imparare a soffrire in privato. Uno dei versetti che mi diede su questo tema è Isaia 53:7: “Oppresso e anche afflitto, non aprì la bocca”. Una volta raggiunto un certo punto del tuo cammino con Dio, questa è una delle regole d'oro per acquisire sempre più forza in Lui.

Getta ogni preoccupazione sul Signore

[...] gettando su di lui ogni vostra preoccupazione, perché egli ha cura di voi.

1 Pietro 5:7

Nella mia vita spirituale volevo raggiungere la stabilità, il punto in cui non mi sarei più preoccupata, non avrei più fatto ragionamenti inutili e avrei gettato le mie preoccupazioni su di Lui.

In questo, mio marito ha un dono particolare. Ha affrontato molte situazioni difficili con Dio e, in tutti questi anni, il Signore gli ha dato un grande senso di pace e sicurezza (il che è un bene perché io ero fortemente ansiosa e se fossimo stati entrambi così non ce l'avremmo mai fatta).

In famiglia ero io che tenevo la contabilità della casa e mi occupavo di pagare le bollette. Ogni mese tiravo fuori la calcolatrice e iniziavo a fare la somma di tutte le spese. Presto iniziavo ad angosciarmi pensando a come avremmo potuto pagarle tutte.

Dave, d'altro canto, se ne stava in sala a giocare con i bambini. Loro gli riempivano la testa di bigodini e si arrampicavano sulla sua schiena mentre tutti insieme guardavano la televisione. Li sentivo ridacchiare e divertirsi.

Non passava molto tempo che finivo per arrabbiarmi con Dave perché lui si godeva la vita mentre io ero infelice. Ed è così che succede: quando noi siamo infelici, ci arrabbiamo con chiunque non sia infelice insieme a noi.

Io me ne stavo in cucina e, torcendomi le mani, dicevo: "Caro Dio, confido in Te. Io so che ci verrai in aiuto anche questo mese". Dicevo le cose giuste, ma ero preoccupata e infelice.

Poi arrivava la fine del mese e, come previsto, Dio compiva un miracolo per le nostre finanze. Allora incominciavo a preoccuparmi per il mese successivo. Anche se sapevo che ci trovavamo al centro della volontà di Dio, mi preoccupavo comunque.

Confidare in Dio è una di quelle aree nelle quali dobbiamo fare esperienza in prima persona. Non si ottiene chiedendo a qualcuno di pregare per noi o mediante l'imposizione delle mani. Non è qualcosa che qualcun altro possa darci. Col passare del tempo, dobbiamo ottenerla da soli.

Grida a Dio

Abbi pietà di me, Signore, perché io grido a te tutto il giorno.

Salmo 68:3

Le finanze, tuttavia, non sono l'unica area in cui dobbiamo imparare a confidare in Dio. A casa abbiamo avuto momenti talmente difficili che ho sofferto tanto da gettarmi sul pavimento del mio studio, aggrappandomi ai mobili per non fuggire dalla presenza di Dio. Sono dovuta cadere faccia a terra e gridare a Lui: "Signore, *devi* aiutarmi! Se non fai qualcosa, io non posso più andare avanti!".

È proprio in questi momenti di disperazione che impariamo a conoscere molto bene Dio. A essere sincera, gridare a Dio come un bambino e dipendere totalmente da Lui è salutare. Quando gridiamo non ci dobbiamo preoccupare di quale suono produciamo o del nostro aspetto.

Sono sicura che ci sono stati momenti nella mia vita in cui sembravo proprio un'idiota mentre gridavo al Signore, ma l'ho fatto comunque.

In quale direzione stai andando?

Ho imparato ad accontentarmi (essere soddisfatto al punto di non lasciarmi disturbare o turbare) a prescindere dallo stato in cui mi trovo.

Filippesi 4:11, AMP

Non ti scoraggiare se non sei ancora arrivato dove vorresti. Ci vuole tempo ed esperienza per imparare a gettare le tue preoccupazioni sul Signore e rimanere sotto la Sua ombra nel luogo segreto.

La domanda non è: "Dove ti trovi adesso?", ma piuttosto: "In che direzione stai andando?".

Stai imparando? Vuoi davvero cambiare? Sei disposto a crescere? Il solo fatto che stai leggendo questo libro indica che sei seriamente interessato a superare la paura, l'ansia e l'insicurezza. Ora, tutto ciò che ti serve è fare esperienza gettando tutte le tue preoccupazioni sul Signore, per poter evitare vani ragionamenti.

*Adempi alle tue responsabilità ma getta via la
preoccupazione*

*Affida al Signore le tue opere [affidale interamente a lui; egli farà
in modo che i tuoi pensieri siano in accordo con la sua volontà; in
questo modo] i tuoi progetti avranno successo.*

Proverbi 16:3, AMP

Penso che la ragione per la quale ho sempre cercato di razionalizzare ogni cosa abbia a che vedere con la paura di fallire, che fa parte di me da sempre. Sono sempre stata una persona responsabile e ho sempre voluto che andasse tutto per il meglio, ma insieme alla responsabilità mi sono fatta carico anche della preoccupazione.

Dio vuole che *adempiamo alle nostre responsabilità*, ma che *gettiamo via la preoccupazione*. Perché vuole che lo facciamo? Perché a Lui importa di noi.

Non so tu, ma io ho passato molti anni della mia vita tormentando me stessa con la preoccupazione e l'ansia, cercando di gestire cose che non avevo la capacità di gestire o che non spettava a me gestire. Il risultato? Ho buttato via anni di vita.

Se proprio vuoi essere frustrato, devi solo cercare di fare qualcosa per una situazione per la quale non puoi fare assolutamente nulla. In questo modo, ti ritroverai con una frustrazione oltre il sopportabile.

“Vabbè”

*Cessa dall'ira e lascia lo sdegno; non adirarti; ciò spingerebbe anche
te a fare il male.*

Salmo 37:8

Ogni volta che mi trovo in una circostanza per cui non posso fare nulla, ho scoperto che un buon modo per gettare la preoccupazione sul Signore è semplicemente dire: “Vabbè”.

Una mattina, ad esempio, Dave rovesciò il suo succo d'arancia in

macchina e ne finì un po' sulla mia giacca. Immediatamente esclamò: "Diavolo, se pensi di indispettirmi, hai sbagliato di grosso!". E io dissi: "Vabbè!". Così il problema era risolto e noi proseguimmo la nostra giornata.

Per alcune cose non vale la pena agitarsi, eppure molte persone lo fanno. Purtroppo moltissimi cristiani il *più* delle volte sono agitati, irritabili e pieni di ansia. Non sono le grandi cose a dar loro sui nervi, ma sono le piccole cose che non vanno secondo i loro piani. Invece di gettare via la preoccupazione e dire un semplice "Vabbè", cercano continuamente di fare qualcosa per situazioni per le quali non possono fare niente.

In più occasioni la semplice espressione "Vabbè" mi ha aiutata a superare il momento che stavo vivendo.

Una volta nostro figlio Danny fece un errore proprio alla fine di un tema che aveva come compito a casa. Così accartocciò il foglio e si mise a riscrivere tutto daccapo. Finì per arrabbiarsi e agitarsi, e voleva mollare tutto lì.

Allora io e suo padre iniziammo a lavorarci insieme con lui dicendo semplicemente: "Vabbè". Funzionò. Dopo quell'episodio, ogni volta che era tentato di mollare, dicevamo: "Danny", e lui rispondeva: "Vabbè". Poi tornava su quello che stava facendo per portarlo a termine.

Siate sobri

Siate sobri.

1 Pietro 5:8

A volte, quando ci troviamo in situazioni difficili, la nostra ansia si intromette in ciò che dovremmo fare. Possiamo solo fare del nostro meglio, poi affidare a Dio tutto il resto.

Siamo più efficaci quando abbiamo una mente tranquilla e sobria. Quando la mente è calma, è senza timore, preoccupazione o angoscia. Quando la mente è sobria, siamo in grado di esaminare una situazione e decidere cosa fare o non fare al riguardo.

Molti di noi finiscono nei guai quando perdiamo sobrietà. Possiamo entrare in uno stato di totale passività nel quale non facciamo assolutamente nulla e aspettiamo che Dio faccia ogni cosa per noi. Oppure diventiamo iperattivi e agiamo perlopiù secondo la carne. Dio vuole che siamo equilibrati, sobri, per poter affrontare ogni situazione nella vita dicendo:

“Bè, io so di riuscire a fare determinate cose in questa situazione, ma non di più”.

Questo è ciò che accade a molti di noi nel periodo in cui si pagano le tasse. Pensiamo di averne versate abbastanza durante l'anno e di non doverne versare altre, ma poi scopriamo che dobbiamo ancora del denaro. Spesso c'è poco tempo e non sappiamo dove andare a prendere i soldi che il governo richiede.

Invece di cedere all'angoscia, alla paura e alla preoccupazione, dobbiamo rivolgerci a Dio dicendo: “Bene, Signore, io credo che Tu possa aiutarmi in questa situazione, ma c'è qualcosa che vuoi che io faccia?”.

Dio potrebbe dirci di iniziare un lavoro part-time, per un certo periodo di tempo, per guadagnare ciò di cui abbiamo bisogno per finire di pagare le tasse. Potrebbe suggerirci di prendere in prestito del denaro, insieme a un piano per restituirlo velocemente. Qualsiasi cosa Dio ci mostri di fare per risolvere il problema, dobbiamo essere abbastanza diligenti da farlo. Poi dobbiamo affidare a Lui il risultato.

A volte pensiamo che dovremmo fare molto di più di ciò che stiamo già facendo per risolvere i nostri problemi o soddisfare i nostri bisogni, ma se ci affrettiamo ad agire senza aspettare le indicazioni di Dio, agiremo nella carne e tutti i nostri sforzi saranno vani. A volte dobbiamo essere determinati a rimanere calmi anche se la nostra mente grida: “Che cosa farai adesso?”.

Dobbiamo essere fiduciosi nel fatto che il Dio che serviamo non chiede che facciamo più di quanto non siamo in grado di fare. Una volta fatto tutto ciò che è in nostro potere di fare, possiamo affidare a Dio il resto. Questo è ciò che io intendo per fede ed equilibrio.

Un uomo di fede ed equilibrio

Spinto dalla fede Abraamo, quando fu chiamato, ubbidì per andarsene in un luogo che egli doveva ricevere in eredità, e partì senza sapere né mettere in agitazione la sua mente riguardo a dove stesse andando.

Ebrei 11:8, AMP

Abraamo era un uomo di fede ed equilibrio. Pensate per un attimo alla sua situazione.

Per obbedire al Signore, Abraamo lasciò la sua famiglia, i suoi amici e la sua casa per partire per un viaggio verso un luogo sconosciuto.

Sono certa che ogni passo lungo il cammino, il diavolo era lì che gli gridava nelle orecchie: “Sciocco! Dove pensi di andare? Cosa farai quando arriverà la notte? Dove dormirai? Cosa mangerai? Ma dai, Abraamo, cosa ci vai a fare lì? Cosa ti fa pensare che sia il piano di Dio? Conosci qualcun altro a cui Dio abbia chiesto una cosa del genere?”.

Non mettere in agitazione la tua mente

Ed egli disse loro: “Perché siete turbati e agitati?”.

Luca 24:38, AMP

Nonostante quello che il diavolo gli gridava addosso, Abraamo proseguì. La Bibbia dice che anche se non sapeva dove stesse andando, lui non “*mise in agitazione la sua mente*” al riguardo (Ebrei 11:8, AMP).

A volte mettiamo in agitazione la nostra stessa mente! Alcuni di noi amano così tanto preoccuparsi che se il diavolo non ci desse qualcosa di cui preoccuparci, ce la troveremmo da soli!

Pensiamoci per un momento: di cosa dovrebbe essere piena la nostra mente? Dovrebbe essere piena di lode, piena della Parola di Dio, piena di esortazione ed edificazione, piena di speranza e di fede.

Ora facciamo un piccolo inventario delle cose a cui pensiamo nell’arco di una giornata. È triste dirlo, ma molti di noi dovranno ammettere che la nostra mente è piena di preoccupazione, agitazione, paura, calcoli, macchinazioni, pianificazioni, teorie, dubbi, ansie e disagio.

Di conseguenza, alcuni ingranaggi della fede sono pieni di ragnatele. Dobbiamo soffiare via le ragnatele e lubrificare gli ingranaggi della fede con l’olio dello Spirito Santo, anche se può essere difficile quando questi ingranaggi iniziano a riprendere a girare dopo esser stati molti anni in disuso!

Come Abraamo, dobbiamo muoverci con fede e fare ciò che possiamo, poi affidare a Dio il resto e non mettere in agitazione le nostre

menti. Dobbiamo mettere in funzione gli ingranaggi della fede, ma lasciare la nostra mente a riposo.

Non sprecare la tua vita. stabilisci cosa è tua responsabilità e cosa non lo è. Non cercare di assumerti le responsabilità che spettano a Dio. Fai quello che puoi, quello che Lui vuole che tu faccia, poi lascia a Lui tutto il resto. Adempi alle tue responsabilità ma getta via la preoccupazione.

Conclusione

Il versetto 2 del Salmo 91 ha un messaggio molto simile a quello del versetto 1 che abbiamo esaminato precedentemente.

Chi abita nel luogo segreto dell'Altissimo riposa [stabilmente] all'ombra dell'Onnipotente [alla cui potenza nessun nemico può resistere]. Io dico al Signore: "Tu sei il mio rifugio e la mia fortezza, il mio Dio in cui [fiduciosamente] confido!" (Salmo 91:1-2, AMP)

Il nostro rifugio e la nostra fortezza

Entrambi questi versetti ci mostrano che non dobbiamo preoccuparci, essere ansiosi o agitati perché possiamo avere fede in Dio e riporre la nostra fiducia in Lui.

Tuttavia, il versetto 2 non dice solo che Dio è il nostro rifugio, dice anche che è la nostra fortezza.

Un rifugio è diverso da una fortezza. Un rifugio è un luogo segreto dove nascondersi affinché il nemico non ci trovi. Quando siamo nascosti in Dio, Satana non può localizzarci. Noi possiamo vedere quello che succede, ma il diavolo non può vederci. Non sa dove siamo perché siamo nascosti alla sua vista dall'ombra dell'Onnipotente.

Una fortezza, invece, è un luogo di difesa ben visibile. Il nemico sa che siamo lì, ma non è in grado di raggiungerci perché siamo inaccessibili per lui, come nei vecchi film western, quando i soldati costruivano una salda fortificazione di legno per proteggersi dai nemici.

Possiamo trovarci nel luogo nascosto da cui noi vediamo il nemico ma lui non vede noi, oppure possiamo trovarci in una fortezza visibile dove

il nemico ci vede chiaramente ma non può arrivare a noi perché siamo circondati dalla protezione di Dio.

Il versetto 2 è importante quanto l'1 perché le ricche promesse dell'intero capitolo dipendono dalle condizioni che troviamo in questi due versetti. "Poiché egli comanderà [in special modo] ai suoi angeli di accompagnarti, difenderti e preservarti in tutte le tue vie [di ubbidienza e servizio]" (v. 11, AMP) se le condizioni dei versetti 1 e 2 vengono rispettate e se ubbidiamo loro.

Appoggiarsi a Lui

Perché abbiamo sentito parlare della vostra fede in Cristo Gesù [del fatto che appoggiate la vostra intera personalità umana a lui con piena fede e fiducia nella sua potenza, saggezza e bontà].

Colossesi 1:4, AMP

Al versetto 2 del Salmo 91, dove il salmista scrive: "Io dico al Signore", non si riferisce semplicemente all'espressione verbale. "Dire al Signore" non significa solo memorizzare dei versetti biblici e ripeterli ad alta voce. "Dire al Signore" richiede una reale fiducia in Lui: dobbiamo riporre completamente la nostra fede in Lui e affidarci a Lui in modo totale.

Secondo quanto scritto in Colossesi 1:4, questa è la vera fede: affidare l'intera personalità umana a Dio con piena fede e fiducia nella Sua potenza, saggezza e bontà.

Tempo fa il Signore mi ha mostrato in che misura spesso ci affidiamo a Lui. A motivo delle nostre paure, ci appoggiamo a Lui, ma solo in parte, in modo che, se Lui si dovesse spostare, siamo in grado di rimanere ancora in piedi da soli.

Capiamo che non ci stiamo appoggiando veramente a Dio quando i nostri pensieri somigliano un po' a questi: "Sì, Signore, mi fido di Te, però nel caso non dovessi riuscire ad aiutarmi ho un piano di riserva".

Questo non è certo affidarsi a Dio in tutto e per tutto! Dio vuole che ci affidiamo senza riserve a Lui, senza altri pensieri o piani B.

Il Signore è davvero il tuo rifugio? È davvero la tua fortezza? Ti appoggi realmente a Lui e confidi in Lui? O lo dici solo a parole?

Se hai sperimentato i versetti 1 e 2 in prima persona, il resto del Salmo 91 è pieno di promesse splendide e meravigliose per te.

Egli ti libererà e ti coprirà

*[Allora] egli ti libererà dal laccio del cacciatore e dalla peste micidiale.
[Allora] ti coprirà con le sue penne e sotto le sue ali [confiderai e] troverai rifugio. La sua fedeltà ti sarà scudo e brocchiero.*

Salmo 91:3-4, AMP

Le prime di queste promesse splendide e meravigliose si trovano nei versetti 3 e 4, dove si parla della liberazione e della protezione di Dio.

Sia lo scudo che il brocchiero venivano usati per la protezione in battaglia. Spesso lo scudo era largo abbastanza da coprire l'intera persona, proteggendola dalle frecce del nemico. Alcuni scudi erano arrotondati invece che piatti, e offrivano maggiore protezione dalle frecce che potevano arrivare da destra o da sinistra.

Il brocchiero, invece, era un piccolo scudo che si portava sul braccio o si teneva in mano. Era usato per le lotte corpo a corpo e forniva una protezione intorno al guerriero mentre questi si girava per affrontare il nemico. Questa immagine è simile a quella che troviamo nel Salmo 125:2 che recita: "Gerusalemme è circondata dai monti; e così il Signore circonda il suo popolo, ora e per sempre".

A prescindere dalla situazione in cui tu ed io ci troviamo, Dio è dalla nostra parte. Potrà sembrarci che non ci sia speranza, ma se Dio è per noi, chi sarà contro di noi (ved. Romani 8:31)?

Dio è con noi perché ce lo ha promesso: "Non ti lascerò e non ti abbandonerò" (Ebrei 13:5). Lui sta sotto di noi perché la Bibbia dice che ci sostiene con la Sua Parola (ved. Salmo 119:116). Sta sopra di noi perché ci viene detto nel Salmo 91:4: "Ti coprirà con le sue penne e sotto le sue ali [confiderai e] troverai rifugio".

Ora assimiliamo bene questa immagine nella nostra mente. Dio è intorno a te. È dalla tua parte. È sotto di te ed è sopra di te. Il diavolo è l'unico ad essere realmente contro di te, e fino a che tu abiti nel luogo segreto

dell'Altissimo, stabile e irremovibile all'ombra dell'Onnipotente, il nemico non può trovarti né attaccarti!

Se tutto questo è vero, cosa dovresti temere?

Non temere

Tu non temerai gli spaventi della notte, né la freccia (i complotti e le calunnie dell'empio) che vola di giorno, né la peste che vaga nelle tenebre, né lo sterminio che imperversa in pieno mezzogiorno. Mille ne cadranno al tuo fianco e diecimila alla tua destra; ma tu non ne sarai colpito. Basta che tu [inaccessibile, nel luogo segreto dell'Altissimo] guardi, e con i tuoi occhi vedrai il castigo degli empi. Poiché tu hai detto: "O Signore, tu sei il mio rifugio", e hai fatto dell'Altissimo il tuo riparo.

Salmo 91:5-9, AMP

Tu ed io dobbiamo imparare a nasconderci in Dio. Se riusciremo a imparare ad abitare nel luogo segreto, possiamo far venire al diavolo un esaurimento nervoso. Potremo restarcene seduti tranquilli a guardare mentre lui prova a prenderci ma non ci riesce perché siamo inaccessibili per lui.

Alcuni anni fa, Dio ha portato un grande cambiamento nella mia vita. A quel tempo mi ero già convertita ed ero stata battezzata nello Spirito Santo, ma stavo ancora lottando con diversi problemi. Allora il Signore cominciò a insegnarmi che alla Sua presenza c'è la pienezza della gioia e che l'unico modo in cui potevo avere stabilità nella mia vita era quello di abitare alla Sua presenza.

A quel punto della mia vita ero talmente stanca dei continui alti e bassi che desideravo ardentemente stabilità. Non volevo essere un disastro emotivo ambulante. Non volevo che le circostanze avessero il controllo su di me. Non volevo passare il resto dei miei giorni gridando contro il diavolo. Volevo andare avanti con la mia vita ed essere in grado di ricevere e godere di tutte le benedizioni che la Bibbia diceva che erano mie in quanto figlia di Dio.

Quando giunsi a quel punto, il Signore iniziò a insegnarmi ad abitare alla Sua presenza. Per anni studiai ogni cosa al riguardo e iniziai ad applicare sempre di più alla mia vita quello che apprendevo.

Ora, anni dopo, non riesco nemmeno a cominciare a raccontarvi quale enorme cambiamento c'è stato nella mia vita. Sono diventata molto felice e molto stabile. Questo non significa che non ho mai difficoltà, ma significa che nel bel mezzo dei problemi e delle difficoltà della vita, sono in grado di stare alla Sua presenza e rimanere stabile.

Il Salmo 91 non è solo un bel brano tratto dalle Scritture e grande fonte di ispirazione: è la verità, e posso riscontrare la sua veridicità nella mia vita.

Quando imparerai semplicemente ad abitare nel luogo segreto, allora il diavolo non potrà più avere la meglio su di te. Non potrà più avere il controllo su di te.

Quando hai fatto del Signore il tuo rifugio e dell'Altissimo la tua dimora, sarai in grado di startene comodo a guardare la ricompensa dell'ingiusto, ma nessun male potrà colpirti.

Nessun male potrà colpirti

Nessun male potrà colpirti, né piaga, né calamità alcuna s'accosterà alla tua tenda. Poiché egli comanderà ai suoi angeli [speciali] di proteggerti in tutte le tue vie [di ubbidienza e servizio]. Essi ti porteranno sulla palma della mano, perché il tuo piede non inciampi in nessuna pietra.

Salmo 91:10-12, AMP

La *Amplified Bible* mostra chiaramente che questo angelo protettore è presente se obbediamo e serviamo Dio.

Un giorno, una mia collaboratrice si trovava a bordo di una barca. Aveva appena letto e proclamato a voce alta il versetto 10, secondo cui nessuna calamità si sarebbe avvicinata alla sua tenda grazie agli angeli che Dio aveva posto intorno a lei. All'improvviso, la barca venne sballottata da un'onda, lei cadde e colpì la testa sul bordo della barca.

Rimase perplessa. Non capiva come aveva potuto proclamare un versetto sulla protezione e poi farsi male. Quando domandò a Dio la ragione dell'accaduto, Lui le disse: "Non sei mica morta, o sbaglio?". Anche se non se ne era resa conto, i Suoi angeli l'avevano protetta.

Quante volte pensi che saresti potuto morire se gli angeli di Dio non ti avessero protetto? Probabilmente molte più di quante vorresti anche solo pensare!

Non dobbiamo lamentarci di quello che non vediamo Dio fare. Dobbiamo ringraziarlo per quello che fa.

Schiaccerai il nemico

Tu camminerai sul leone e sulla vipera, schiaccerai il leoncello e il serpente.

Salmo 91:13

Luca 10:19 è un riferimento incrociato di questo versetto e più avanti spiega cosa rappresentano il leone, la vipera, lo scorpione e il serpente: “Ecco, io vi ho dato il potere di camminare sopra serpenti e scorpioni e su tutta la potenza del nemico; *nulla* potrà farvi del male”.

Il leone, la vipera, il serpente e lo scorpione rappresentano tutti il nemico. Dio ci ha dato l'autorità di calpestarli e camminare su di essi. L'autorità, *exousia*, che Lui ci ha dato è un'“autorità delegata” da Gesù a noi. Quando scegliamo di usarla, possiamo calpestare il nostro nemico. Questo è il nostro posto in Dio quando assumiamo la posizione che ci spetta di diritto.

Perché Lo amiamo

Poich'egli ha posto in me il suo affetto, io lo salverò; lo proteggerò, perché conosce e capisce il mio nome [ha una conoscenza personale della mia misericordia, del mio amore, della mia bontà; ha fiducia e si affida a me, sapendo che non lo abbandonerò mai, no, mai]. Egli m'invocherà, e io gli risponderò; sarò con lui nei momenti difficili; lo libererò, e lo onorerò.

Salmo 91:14-15, AMP

Nota bene che per poter ottenere le benedizioni e la protezione di Dio dobbiamo avere una conoscenza personale del Suo nome. Non possiamo

dipendere da una relazione con Dio mediata da nostra madre, nostro padre o dai nostri amici. Dobbiamo avere noi stessi una relazione col Signore. Dobbiamo recarci nel luogo nascosto, nel luogo segreto e passare del tempo lì con Dio.

Molte volte pensiamo solo alla parte del brano che riguarda la liberazione e diciamo: “Liberami, liberami, liberami!”. Ma la liberazione è un processo. Prima di tutto, quando siamo nei guai, Dio è *con* noi. Lui ci fortifica e ci permette di ottenere vittoria. *Poi* ci libera e ci onora.

Per molti anni, Dio era *con* me nelle prove e nelle difficoltà che attraversavo mentre cercavo di superare il mio passato. Ma quando Lui cominciò a *liberarmi*, cominciò anche a onorarmi.

Quando hai dei problemi, corri al trono o al telefono? All’inizio può risultare difficile, ma dovrai arrivare al punto di correre da Dio, non dalle persone, quando sei nei guai o devi prendere una decisione. Non c’è ragione di chiamare delle persone che a malapena sanno loro stesse cosa devono fare per domandare loro cosa dovresti fare tu.

La maggior parte di noi ha già abbastanza da fare nel cercare di gestire la propria vita per mettersi a dispensare consigli ad altre persone.

Piuttosto, impara a correre da Dio. Impara a correre al luogo segreto, alla dimora, al luogo nascosto. Impara a dire: “Signore, solo Tu puoi aiutarmi, nessun altro può farlo. Dipendo completamente da Te”.

Molto spesso, Dio ungerà qualcun altro per aiutarci, ma se ci rivolgiamo prima ad altri, sarà come insultarlo. Dobbiamo imparare *ad andare prima da Dio* e dire: “Signore, se intendi usare qualcuno per aiutarmi, dovrai scegliere e ungere quella persona perché io non voglio una persona qualsiasi a dirmi quello che devo fare. Voglio una parola da parte Tua oppure nient’altro”.

Di lunga vita

Lo sazierò di lunga vita e gli farò vedere la mia salvezza.

Salmo 91:16

A volte è facile vedere che certi peccati della carne, come l’alcolismo, l’uso di droghe e la promiscuità sessuale, possono condurre alla morte. Tuttavia

tendiamo a dare meno peso a peccati quali la preoccupazione, l'ansietà e il ragionamento. Li razionalizziamo dicendo che questi non sono di certo peccati. Eppure lo sono. Rendono i nostri corpi troppo nervosi e possono causare una morte prematura per mezzo di infarti, ulcere o ipertensione.

Il piano di Dio per noi, invece, è quello di essere saziati di lunga vita e di sperimentare le meravigliose e stupende promesse contenute in questo Salmo.

Mentre percorri la via della vita, la prossima volta che il diavolo ti attaccherà, metti in pratica i comandamenti del Salmo 91:1-2: abita nel luogo segreto dell'Altissimo, all'ombra dell'Onnipotente, affidandoti a Lui e facendo di Lui il tuo rifugio e la tua fortezza.

Segui i segnali

Ma dopo che sarò risuscitato [riportato in vita], vi precederò.

Marco 14:28, AMP

Quindi, i segnali lungo la strada sono: (1) confida in Dio e non ti preoccupare; (2) non temere e non essere ansioso; (3) sbarazzati di tutte le preoccupazioni ed evita i ragionamenti.

Per non deviare a destra o a sinistra, presta attenzione a questi segnali. Quando ti accorgerai che stai deviando da una parte o dall'altra, correggi la tua rotta per non schiantarti o non finire in un fossato.

Lungo il cammino cristiano, una delle ragioni principali per cui si finisce fuori strada è la preoccupazione. In Giovanni 15:5 (AMP) Gesù disse: "Senza di me [separati dall'unione vitale con me] non potete fare nulla". Medita su questo versetto e afferra bene la parola "niente". La preoccupazione non può fare niente per cambiare la situazione. Piuttosto, l'atteggiamento di fede non si preoccupa, non si agita, non è angosciato per il domani, perché la fede capisce che ovunque sia necessario trovarsi, Gesù ci è già stato.

Non è necessario conoscere e capire la ragione per cui ogni cosa accade nella tua vita; confida nel fatto che qualunque cosa tu debba sapere, il Signore te la rivelerà. Scegli di essere soddisfatto di conoscere Colui che sa e fa ogni cosa bene.

Parte seconda

VERSETTI PER SCONFIGGERE LA PREOCCUPAZIONE

Leggi e proclama ad alta voce i seguenti versetti affinché ti aiutino a vivere una vita libera dalla preoccupazione.

La preoccupazione nel cuore dell'uomo l'abbatte, ma una buona parola lo rallegra (Proverbi 12:25)

Tutti i giorni per lo scoraggiato e l'afflitto diventano brutti [per via di pensieri e presentimenti ansiosi], ma per il cuore contento è sempre allegria [qualsiasi siano le circostanze] (Proverbi 15:15, AMP)

A colui che è fermo nei suoi sentimenti [nelle sue inclinazioni e nel suo carattere] tu conservi la pace, la pace, perché affida se stesso a te, confida in te e spera fiduciosamente in te (Isaia 26:3, AMP)

Perciò vi dico: smettete di essere perennemente inquieti (ansiosi e preoccupati) per la vostra vita, di che cosa mangerete, di che cosa berrete; né per il vostro corpo, di che vi vestirete. Non è la vita superiore [in qualità] al cibo, e il corpo [di gran lunga più eccellente] del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, non mietono, non raccolgono in granai, e il Padre vostro celeste li nutre. Non valete voi molto più di loro? (Matteo 6:25-26, AMP)

Non siate dunque [preoccupati e] in ansia, dicendo: "Che mangeremo? Che berremo? Di che ci vestiremo?" (Matteo 6:31, AMP)

Non siate dunque in ansia per il domani, perché il domani si preoccuperà di se stesso. Basta a ciascun giorno il suo affanno (Matteo 6:34)

Gli impegni e le preoccupazioni di questo mondo, le distrazioni dell'età, i piaceri, la bramosia, il fascino seducente e l'inganno delle

ricchezze, l'avidità e la smania delle altre cose, penetrati in loro, soffocano la parola, che così riesce infruttuosa (Marco 4:19, AMP)

Io lascio a voi la pace; ora io vi consegno e vi lascio in eredità la mia [propria] pace. Io non vi do come il mondo dà. Il vostro cuore non sia turbato e non si sgomenti [smettete di agitarvi e di turbarvi, e non lasciatevi sopraffare dalla paura, dall'intimidazione, dalla codardia e dall'instabilità] (Giovanni 14:27, AMP)

Vorrei che foste liberi da ogni preoccupazione e pensiero angosciante (1 Corinzi 7:32, AMP)

Non angustiatevi e non siate in ansietà per cosa alcuna, ma in ogni circostanza e in ogni cosa, mediante preghiere e suppliche (richieste specifiche), con ringraziamento, fate conoscere le vostre richieste a Dio. E la pace di Dio [sarà vostra, quel quieto stato dell'anima resa certa della propria salvezza attraverso Cristo, che quindi non teme nulla da parte di Dio ed è contenta della propria sorte terrena, di qualsiasi natura essa sia; quella pace dunque] che supera ogni intelligenza, presiederà e custodirà i vostri cuori e i vostri pensieri in Cristo Gesù (Filippesi 4:6-7, AMP)

Quindi, fratelli, tutte le cose vere, tutte le cose degne di riverenza e onorevoli e decorose, tutte le cose giuste, tutte le cose pure, tutte le cose amevoli e amabili, tutte le cose benevole e cordiali e di buona fama, quelle in cui è qualche virtù ed eccellenza e lode, siano oggetto dei vostri pensieri, ponderatele e prendetele in considerazione [fissando su di esse la vostra mente] (Filippesi 4:8, AMP)

Gettando tutti i vostri affanni [tutte le vostre ansietà, tutte le vostre preoccupazioni, una volta per tutte] su di lui, poiché egli si prende amorevolmente cura di voi e vigila attentamente su voi (1 Pietro 5:7, AMP)

Preghiera per sconfiggere la preoccupazione

Padre,

aiutami a non preoccuparmi. Mi rendo conto che la preoccupazione non mi fa alcun bene, anzi peggiora la mia situazione. Aiutami a fissare la mia mente su cose positive, che fanno bene a me e promuovono il Tuo regno.

Signore, grazie perché ti prendi cura di me. Tu hai un buon piano per la mia vita. Voglio iniziare a intraprendere il cammino che mi hai mostrato per realizzare quel piano. Rimetto la mia fiducia in Te e nella Tua Parola. Getto tutte le mie preoccupazioni su di Te perché so che hai cura di me. Nel nome di Gesù, amen.

PREGHIERA DI SALVEZZA

Dio ti ama e desidera instaurare una relazione personale con te. Se non hai mai ricevuto Gesù Cristo come tuo personale Salvatore, lo puoi fare in questo istante. Apri il tuo cuore a Lui ed eleva questa preghiera...

“Padre, so di aver peccato contro di Te. Ti prego, perdonami e purificami. Prometto di riporre la mia fiducia in Tuo Figlio, Gesù. Io credo che Lui è morto per me, prendendo su di Sé il mio peccato quando Si è sacrificato sulla croce. Credo che è risorto dai morti. Arrendo la mia vita a Gesù in questo momento.

Grazie, Padre, per avermi donato il Tuo perdono e la vita eterna. Ti prego, aiutami a vivere per Te. Nel nome di Gesù, amen”.

Se hai elevato questa preghiera con sincerità di cuore, Dio ti ha accolto, purificato e liberato dalla schiavitù della morte spirituale. Dedica del tempo per leggere e approfondire questi versetti, e chiedi a Dio di parlarti mentre ti accompagna in questo viaggio verso la tua nuova vita.

Giovanni 3:16

Efesini 1:4

1 Giovanni 1:9

1 Giovanni 5:1

1 Corinzi 15:3-4

Efesini 2:8-9

1 Giovanni 4:14-15

1 Giovanni 5:12-13

Chiedi a Dio di aiutarti a trovare una buona chiesa locale che creda nella Bibbia e che ti incoraggi a stringere una relazione sempre più forte con Gesù. Dio è sempre con te e ti guiderà giorno dopo giorno, mostrandoti come vivere la vita abbondante che ha in serbo per te!

Andrà Tutto Bene!



La preoccupazione è un peccato che ti ruba la pace, ti esaurisce fisicamente e ti può persino fare ammalare. È l'opposto della fede e non può fare niente per cambiare la tua situazione. Se dunque sei caduto nella trappola di voler trovare una risposta per ogni circostanza che riguarda la tua vita, questo libro è per te!

Attraverso una serie di passaggi biblici e la condivisione delle proprie esperienze personali, l'autrice di best seller Joyce Meyer ti aiuterà a comprendere come gettare concretamente le tue preoccupazioni sul Signore. Queste potenti verità ti aiuteranno a imparare a dimorare nel luogo segreto di Dio e ad affidarti a Lui senza per questo trascurare le tue responsabilità. Joyce ti offrirà anche alcuni consigli su come gestire un irragionevole senso di paura e preoccupazione.

Potrai finalmente imparare a goderti la vita, avendo la certezza che in Cristo il tuo futuro è al sicuro!

Altri libri di questa serie:

- *Dritti al punto: la depressione*
- *Dritti al punto: lo scoraggiamento*
- *Dritti al punto: la paura*
- *Dritti al punto: l'insicurezza*
- *Dritti al punto: la solitudine*
- *Dritti al punto: lo stress*