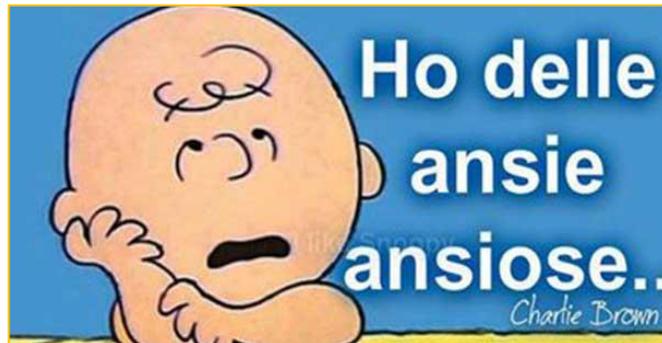


20/8/2024



LIBERIAMOCI DA UNA MENTE ANSIOSA E PREOCCUPATA



Lode! Lode! Lode! Amen! Alleluia! Gloria al Signore, sempre!

Nella scheda trovate versetti, che fanno riferimento al modo di liberarci.

Nel Dizionario, la parola preoccupazione viene definita così:
 verbo intransitivo: sentirsi preoccupato o turbato;
 verbo transitivo: provocare ansia, stress o agitazione;
 sostantivo: fonte di apprensione martellante.

Il campo di battaglia è la nostra mente, perché è qui che si risolve il tutto.
 La mente mente. La mente dimentica.

Nelle Chiese dell'Apocalisse si sottolinea l'importanza del ri-cor-dare: nel cuore c'è la verità.

Ci sono tante persone preoccupate per la loro vita. Quando non hanno niente che le preoccupa, si preoccupano per gli altri.

La mente è un grande dono di Dio. Davanti ad un pericolo ci avverte, quindi il corpo si mette in atteggiamento di difesa o di fuga. Questo dipende dai nostri pensieri.

Molte volte, i pensieri negativi di fuga, di preoccupazione sono continui: da qui le contratture, perché siamo in atteggiamento di difesa.

Salmo 37 (36), 8: *“Non ti inquietare, ne avrai solo danno.”*

Matteo 6, 25: *“Per la vostra vita non affannatevi di quello che mangerete o berrete, e neanche per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito?”*

Giovanni 10, 10: *“Io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza.”*

Gesù vuole darci vita.

Chiediamoci: -La mia vita è una vita abbondante?-

Salmo 23 (22), 5: *“Davanti a me tu prepari una mensa sotto gli occhi dei miei nemici; cospargi di olio il mio capo. Il mio calice trabocca.”*

Nel calice c'è l'amarrezza e anche la gioia. Noi siamo stati abituati al bicchiere mezzo pieno o mezzo vuoto.

La vita deve essere traboccante.

Oggi, in questo momento di silenzio, chiediamoci: -La mia vita trabocca? È entusiasta, ripiena di Dio o appena sufficiente?-

Matteo 6, 26: *“Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né ammassano nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non contate voi forse più di loro?”*

Per gli Ebrei, gli uccelli sono creature insignificanti. Nel loro Benedizionale, ci sono benedizioni per tutti, tranne che per gli uccelli.

Gesù riprende questo pensiero, sottolineando che il Padre ha cura degli uccelli.

Gli uccelli sono un po' come le farfalle. Mentre le farfalle dimenticano di essere state bruchi e volano, gli uccelli dimenticano ogni sgarbo e cantano.

Per qualche tempo, ho avuto in custodia una gatta, che si nascondeva dietro alla sedia sul balcone, per acchiappare qualche uccellino, che veniva a mangiare i semi. Un giorno ha fatto un balzo e quasi ha raggiunto un uccellino, che però è volato tra i rami di un albero e si è messo a cantare.

Questo è un invito per noi: cantiamo!

Anche se segano il remo, gli uccelli non hanno paura, perché volano e si sentono liberi.

Quando ci vogliono seppellire, ricordiamo che siamo semi e fioriamo di più.

Giovanni 11, 25: *“Chi crede in me, anche se muore, vivrà.”*

Noi siamo immortali: veniamo da Dio e a Dio ritorneremo.

1 Corinzi 7, 31: *“...passa la scena di questo mondo!”*

C'è chi vive la vita come una tragedia o come un giallo o come una sofferenza.

Luca 12, 25: *“Chi di voi, per quanto si affanni, può aggiungere un'ora sola alla sua vita?”*

Viviamo il momento presente.

Matteo 6, 34: *“Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ciascun giorno basta la sua grazia.”*

Matteo 6, 32-33: *“Il Padre vostro celeste infatti sa che ne avete bisogno. Cercate prima il Regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno messe davanti.”*

Il Regno di Dio è vivere nello Spirito.

Il matrimonio, il lavoro, la giornata... vanno vissuti nello Spirito, lasciandoci guidare da Lui.

La giustizia di Dio è diversa dalla giustizia umana.

La giustizia umana è il “do, ut des”, il dare quello che uno si merita

La giustizia di Dio è dare quello di cui uno ha bisogno, anche senza merito. Se viviamo in questa maniera, viviamo nello Spirito.

Non dobbiamo cercare quello di cui abbiamo bisogno, perché ci sarà messo davanti.

Se crediamo nella Parola di Dio, saremo immortali. Lasciemo questo corpo alla terra e continueremo a vivere. Abbiamo tanti esempi di persone defunte, che sono vive.

1 Pietro 5, 6-7: *“Umiliatevi dunque sotto la potente mano di Dio, perché vi esalti al tempo opportuno, gettando in lui ogni vostra preoccupazione, perché egli ha cura di voi.”*

Umiliarsi significa riconoscere la nostra povertà, la nostra dipendenza da Dio. Viviamo nel tempo del Super-io e dell’affermazione. Se gettiamo in Dio ogni nostra preoccupazione, Egli si preoccuperà di noi.

Israele con il suo Tempio ricchissimo veniva spesso assalita.

2 Cronache 20, 12: *“Dio nostro, non ci vorrai rendere giustizia nei loro riguardi, poiché noi non abbiamo la forza di opporci a una moltitudine così grande piombataci addosso? Non sappiamo che cosa fare; perciò i nostri occhi sono rivolti a te.”*

Non guardiamo il pericolo, ma rivolgiamo il nostro sguardo al Signore, per essere raggianti.

2 Cronache 20, 15.17: *“Non temete e non spaventatevi davanti a questa moltitudine immensa perché la guerra non è diretta contro di voi, ma contro Dio... Non toccherà a voi combattere in tale momento; fermatevi bene ordinati e vedrete la salvezza che il Signore opererà per voi.”*

In tutte le circostanze della vita, dolorose, di persecuzione... è il momento di fare un atto di fede e stare fermi.

Gli infermi sono le persone bipolari, non ferme. Il Signore invita a stare fermi, perché Lui combatte per noi. Crediamo in questo, soprattutto, quando svolgiamo un servizio per il Signore.

Esodo 23, 25: *“Voi servirete al Signore, vostro Dio. Egli benedirà il tuo pane e la tua acqua. Terrò lontana da te la malattia.”*

Se svolgiamo un servizio per Dio, saremo benedetti con la Provvidenza e la salute. Servire il Signore significa servire i fratelli.

Giovanni 12, 26: *“Se uno mi serve, il Padre lo onorerà.”*

Ebrei 13, 5-6: *“La vostra condotta sia senza avarizia; accontentatevi di quello che avete, perché Dio stesso ha detto: Non ti lascerò e non ti*

abbandonerò. Così possiamo dire con fiducia: Il Signore è il mio aiuto, non temerò. Che mi potrà fare l'uomo?"

L'espressione "Non ti lascerò e non ti abbandonerò" è ripetuta una volta nell'Antico Testamento e una volta nel Nuovo Testamento, per dire che è certo, sicuro.

Quando siamo ansiosi, preoccupati, ricordiamo le Parole del Signore.

Salmo 37 (36), 4: *"Cerca la gioia del Signore, esaudirà i desideri del tuo cuore."*

Il Signore abita nelle lodi e anche nel silenzio.

Salmo 37 (36), 7: *"Stai in silenzio davanti al Signore e spera in lui."*

Sofonia 1, 7: *"Silenzio, alla presenza del Signore Dio..."*

Silenzio, in Ebraico, si dice "sheket".

Sofonia 3, 17: *"Il Signore tuo Dio in mezzo a te è un salvatore potente. Esulterà di gioia per te, ti rinnoverà con il suo amore, nel silenzio, si rallegrerà per te con grida di gioia."*

Silenzio non è chiudere la bocca, ma zittire la scimmia pazza: la mente.

Quando santa Teresa d'Avila si metteva a pregare, diceva che la sua mente era come un cavallo imbizzarrito e come una scimmia, che saltava da un ramo all'altro.

Lode al Signore, sempre! AMEN!