

osservatorio cristiano

RITMO CIRCADIANO



La luce e i suoi ritmi

Avrete senz'altro notato come tutto intorno a noi è scandito dal tempo coi suoi ritmi. Il giorno e la notte, le settimane, le stagioni, ecc. Noi siamo inseriti in questi ritmi ed essi influiscono nella nostra vita biologica e psicologica.

Il **ritmo circadiano** (*circa*=intorno + *diem*=giorno) si occupa dell'influenza della luce nel corso della giornata.

La giornata scandita dalla luce ha il suo ritmo: dapprima c'è il chiarore del mattino, poi la luce diventa più intensa e stimolante, nel pomeriggio comincia a scemare diventando più calda, riposante e rasserenante e poi il buio conduce infine al sonno.

Il ritmo circadiano ha i suoi effetti nella nostra vita biologica e psichica.

Ritmo benefico

Il nostro corpo ha un suo ritmo che è regolato con i ritmi della natura e del tempo. Se ne sono accorte anche le aziende serie che si occupano di illuminazione. Esse studiano le giuste soluzioni per gli ambienti di lavoro, di svago e relax.

Infatti la luce non può essere uguale

in tutti gli ambienti e in tutte le ore della giornata. In un ufficio ci sarà luce piena, in un ristorante luce più calda e diffusa. Ignorare questi semplici accorgimenti non porta benessere.

Un esempio dei disturbi causati sul nostro fisico è il **jet lag** ovvero l'alterazione al nostro normale ritmo circadiano quando si prende un volo per lunghe distanze.

Ma attenzione! Esiste anche il **social jet lag**, quando, anche senza uscire di casa, ci esponiamo a fonti di luce per lunghe ore la sera. Mi riferisco al troppo tempo davanti alla tv o al computer o al telefonino; e queste cattive abitudini stanno aumentando.

Mangiar troppo tardi la sera, stare svegli fino a tardi davanti allo smartphone, altera sonno, umore, capacità, attenzione, alimentazione, ecc. La luce quindi porta vita e scandisce il nostro tempo, influenzando il nostro corpo e la nostra mente e ignorarlo non fa bene!

La luce di Cristo

Non a caso la Bibbia, narrando la creazione, esordisce con l'espressione: "Sia la luce!" (libro della Genesi 1.3). La luce rende

visibile ogni cosa, porta vita e regola la vita. E Il Vangelo di Giovanni inizia il suo annuncio parlando di Gesù come luce del mondo: "La vera luce che illumina ogni uomo stava venendo nel mondo. Egli era nel mondo, e il mondo fu fatto per mezzo di lui, ma il mondo non l'ha conosciuto. È venuto in casa sua e i suoi non l'hanno ricevuto; ma a tutti quelli che l'hanno ricevuto egli ha dato il diritto di diventare figli di Dio, a quelli cioè che credono nel suo nome" (1:9-12).

Vorrei infine accostare Cristo agli effetti della luce nelle varie fasi della giornata come in una sequenza: 1. risveglia il nostro spirito; 2. ci illumina per vedere bene ogni cosa e dare giusti giudizi; 3. ci porta ad essere creativi e produttivi; 4. ci porta anche serenità e riposo.

Il cieco guarito

Prima di guarire un cieco Gesù disse: "Io sono la luce del mondo" (Giovanni 9:5). **Gesù è la luce del mondo** e chi Lo segue non camminerà nelle tenebre. Abbiamo davvero bisogno di recuperare la vista come quel cieco per poter beneficiare della **vera luce!**

Franco Spina

PROGRAMMA TV CRISTIANI OGGI



Segui i programmi di edificazione ed evangelizzazione "Cristiani Oggi" sulle reti televi-

sive: Teleroma56 **LAZIO** 15 Sabato 13:45, Tv Luna **CAMPANIA-LAZIO** 14/116 Domenica 7:30, Domenica 8:30, Telemolise2 **MOLISE** 12/609 Sabato 21:00, Lunedì 12:30, Prima-Tv **SICILIA** 86/289/666 Venerdì 22:00, Martedì 16:30, Tele Idea **TOSCANA** 86, 625, 699 Domenica 11:30, RTI **CROTONE** e provincia 12 Lunedì 19:30, Martedì 19:30, Giovedì 19:30, Venerdì 19:30

RADIOEVANGELO



Ascolta Radio Evangelo: scarica l'App gratuita Radio Evangelo Network o sintonizza-

ti in FM nelle seguenti località (le frequenze sono espresse in MHz): **ABRUZZO** Valle di Roveto (AQ) 87.500, **BASILICATA** Matera 98.300 - 93.00, Rivello (PZ) 103.700, **CALABRIA** Caccuri (KR) 107.400, Isola di Capo Rizzuto (KR) 104.900, Melito di Porto Salvo (RC) 104.400, Palizzi (RC) 104.800, Palmi (RC) 88.200, Petilia Policastro (KR) 92.600, Reggio Calabria 107.700, **CAMPANIA** Agropoli (SA) 93.200, Atena Lucana (SA) 88.400, Avellino 102.800, Caggiano (SA) 88.400, Casalbore (AV) 96.300, Monte Faito - Castellammare di Stabia, Vico Equense (NA) 102.800, Montesano sulla Marcellana (SA) 98.400, Napoli 102.800, Nusco (AV) 103.200, Ponte (BN) 88.800, Sant'Angelo dei Lombardi (AV) 91.200, **EMILIA-ROMAGNA** Bologna 88.300 - 88.450, Rimini 95.00, **LAZIO** Cassino (FR) 89.300, Colleferro (RM) 107.400, Fondi (LT) 89.100, Isola del Liri (FR) 101.400, Latina 93.500, Rieti 101.900, Roma 101.700, Sonnino (LT) 93.500, Frosinone 89.300, Atina (FR) 90.000, Sora (FR) 89.400, Valle di Comino (FR) 90.00, L'Aquila (Valle di Roveto) 87.500, **LOMBARDIA** Valceresio (VA) 100.200, **PUGLIA** Bari 91.500, Ginosola (TA) 102.300, Gravina in Puglia (BA) 103.500, Palagianello (TA) 98.300, **SARDEGNA** Quartu Sant'Elena (CA) 101.700, Sassari 102.600 Mhz, Oristano 102.000 Mhz, **SICILIA** Acireale (CT) 92.500 - 92.800, Agrigento 98.500, Belmonte Mezzagno (PA) 106.800, Castelmola (ME) 93.800, Catania 91.100, Erice (TP) 103.800, Forza D'Agrò (ME) 93.800, Gela (CL) 104.200, Godrano (PA) 88.200, Linguaglossa (CT) 106.300, Messina 99.00, Milo (CT) 93.400, Misilmeri (PA) 99.500, Palermo 91.600, Randazzo (CT) 101.600, Salemi (TP) 98.900, Sant'Agata di Militello (ME) 88.250 - 91.200

una parola per te



PENSIERI CON

«*Si vis pacem para bellum*» e «*Beati coloro che si adoperano per la pace perché saranno chiamati figli di Dio*»: due frasi, due pensieri contrapposti.

La prima frase è una locuzione latina, che tradotta in italiano è: "Se vuoi la pace, prepara (bene) la guerra". Si tratta della sintesi di una frase più articolata tratta da uno scritto di Flavio Vegezio Renato, funzionario imperiale dell'epoca di Teodosio IV nel quinto secolo dopo Cristo, noto per la sua opera sull'arte della guerra, espressione alquanto strana per definire una tale follia. Il concetto che sostiene questa frase si perde nella notte dei tempi perché ciclicamente lo si può ri-

trovare, anche se con parole diverse, in ogni tempo.

La seconda frase si trova nel Vangelo di Matteo al capitolo cinque e fa parte di un concetto che anima il Nuovo Testamento.

È pronunciata da Gesù, il vero e unico fondatore del cristianesimo, la pietra angolare, come viene definito dalle Sacre Scritture, «*Colui che sostiene tutte le cose con la parola della sua potenza*» (dalla lettera agli Ebrei 1:3). Non è una frase sfuggita al Signore, non è nemmeno decontestualizzata, perché il principio è presente in molti altri versi.

Questo può apparirci all'estremo opposto a quello che si può leggere nell'Antico

Gesù disse: "Io sono la via, la verità e la vita"

Se leggendo **Cristiani Oggi** ti sei posto delle domande riguardanti il messaggio proposto da queste pagine, molte potrebbero essere le risposte in merito, ma quella più puntuale, precisa e completa è reperibile solamente nella Parola di Dio. Se desideri ricevere **gratuitamente una copia del Vangelo di Giovanni**, compila il cou-

pon qui sotto, ritaglialo lungo la linea tratteggiata e invialo in busta affrancata a: redazione di Cristiani Oggi, Via Altichieri da Zevio 1, 35132 Padova.

Puoi anche compilare il coupon e fotografarlo con il tuo cellulare inviando l'immagine al numero WhatsApp 3487265198



Inviatemi una copia gratuita del Vangelo di Giovanni

giu23

cognome

nome

via

n.

cap

città

provincia





Testamento. Non a caso Gesù annulla il vecchio principio di «occhio per occhio e dente per dente» con un potente «**ma io vi dico che non sarà più così**», ma va sottolineato che vale per coloro che si richiamano a un cristianesimo autentico.

Viviamo in un'epoca molto strana: veniamo da anni in cui si è fatto un gran parlare di umanesimo, di fratellanza universale, di villaggio globale, di un'unica razza e pensieri simili e, all'improvviso, scopriamo dolorosamente che il nostro mondo si sta polarizzando sempre di più e che anche fra noi abbiamo opi-



nioni contrastanti su tutto e sul contrario di tutto.

Ecco che guerra, vaccini, diritti civili ci trovano divisi e perfino sul clima e su molto altro ancora, sempre di più tutto viene messo in discussione.

Sembra risuonare nella mente quel verso della scrittura che esprime un concetto innegabilmente attuale: "Quando diranno: «Pace e sicurezza», allora una rovina improvvisa verrà loro addosso, come le doglie alla donna incinta; e non scamperanno" (prima lettera ai Tessalonicesi 5:3). La Bibbia è una fonte inesauribile di rivelazione e smonta tutta la vanità dei pensieri umani.

Come detto, in un mondo così polarizzato non ci aspettiamo che queste parole siano accolte a cuore aperto, ma vogliamo credere che almeno i cristiani autentici che in questo momento si sentono come "accerchiati" possano ricordare che la Parola di Dio non lascia scampo. Il concetto è ribadito in un verso che sintetizza le "regole di ingaggio" per ogni buon soldato cristiano: «**Impegnatevi a cercare la pace con tutti e la santificazione, senza la quale nessuno vedrà il Signore**» (lettera agli Ebrei 12:14). Dio ci aiuti!

Esposito Raffaele Ludrico

Per sapere dov'è la Chiesa
Cristiana Evangelica
più vicina consulta
la sezione *dove siamo* del sito
www.assembleedidio.org

PREGHIAMO PER QUANTI SONO STATI SCOSI DALL'ALLUVIONE IN EMILIA- ROMAGNA

*"...nelle attuali circostanze,
la vostra abbondanza
serve a supplire al loro
bisogno..."* (II Corinzi 8:14)



*"...la prestazione di questo
servizio sacro non soltanto
supplisce ai bisogni dei
santi, ma più ancora
produce abbondanza di
ringraziamenti a Dio"*
(II Corinzi 9:12)

per inviare offerte a sostegno
dei colpiti dall'alluvione
utilizzare il Fondo SEAS con le
seguenti coordinate bancarie:

conto intestato a
Assemblee di Dio in Italia
Chiese Cristiane Evangeliche
codice IBAN: IT70 A03069
09606 100000074644
codice BIC: BIC/SWIFT:
BCITITMM con causale
**pro-alluvionati
Emilia-Romagna**



3 PASSI PER LA SALVEZZA

1. AMMETTI DI ESSERE PECCATORE

Gesù è morto sulla croce per il perdono dei tuoi peccati. *“Non c'è nessun giusto, neppure uno”* (Lettera ai Romani 3:10). *“Tutti hanno peccato e sono privi della gloria di Dio”* (Romani 3:23). Chiedi perdono a Dio che ti ascolterà e ti perdonerà!

2. DEVI NASCERE DI NUOVO

“Se uno non è nato di nuovo, non può vedere il regno di Dio” (Vangelo di Giovanni 3:3). *“Perché Dio ha tanto amato il mondo che ha dato il suo unigenito Figlio, affinché chiunque crede in lui non perisca, ma abbia vita eterna”* (Vangelo di Giovanni 3:16). *“A tutti quelli che lo hanno ricevuto egli ha dato il diritto di diventare figli di Dio”* (Giovanni 1:12). *“Io sono la via, la verità e la vita; nessuno viene al Padre se non per mezzo di me”* (Giovanni 14:6). Anche se hai peccato, Dio continua ad amarti così come sei, ma vuole donarti una nuova vita! Apri il tuo cuore a Lui!

3. CREDI IN GESÙ COME TUO SALVATORE

Accetta Gesù come tuo personale Salvatore, potrai rivolgerti a Lui in ogni cosa, ringraziandoLo con tutto il cuore, perché *“in nessun altro è la salvezza”* (Atti 4:12). *“Se con la bocca avrai confessato Gesù come Signore e avrai creduto con il cuore che Dio lo ha risuscitato dai morti sarai salvato”* (Lettera ai Romani 10:9). *“Credi nel Signore Gesù e sarai salvato tu e la tua famiglia”* (Atti degli Apostoli 16:31).

una parola per te

CRESCERE ATTRAVERSO IL DOLORE

È opinione diffusa oggi che il dolore sia inutile e sia meglio sbarazzarsene senza indugiare.

Se abbiamo mal di testa o qualunque altro fastidio la tendenza è quella di assumere un farmaco per alleviarli istantaneamente.

La linea d'azione, nella società contemporanea, consiste in **una lotta decisa contro la sofferenza e il dolore**.

Se ci pensiamo bene, però, il dolore ha una funzione importante: **ci avverte** di qualcosa, senza di esso non sapremmo quando ci troviamo in una condizione pericolosa.

DIFENDERSI DAL DOLORE

Il dolore che, da essere umani, possiamo sperimentare non è solo corporeo ma anche interiore, mentale, emotivo, spirituale, e in questi casi è un'esperienza altrettanto difficile da sopportare.

L'angoscia non è piacevole e ci spaventa e preferiremmo non provarla. Vorremmo “spegnere l'interruttore” e non sentire più nulla.

La soluzione migliore, a volte, sembra elevare delle mura di difesa che non per-

mettano alle emozioni di passare, annullandole, e non ascoltando nemmeno quelle degli altri.

Reprimere ciò che si prova, però, potrebbe risultare estremamente dannoso.

A volte, quando sperimentiamo momenti difficili, ci chiediamo “perché a me?” o ci rivolgiamo a Dio in cerca di spiegazioni sul motivo di tanta sofferenza.

E se provassimo a cambiare prospettiva? Il dolore forse **non è qualcosa di inutile**, che ci fa solo star male.

L'angoscia può essere vista come uno stato d'animo utile per comprendere la



**Sostieni
anche tu
Cristiani
Oggi**

Sostieni **Cristiani Oggi**, il mensile di attualità e edificazione cristiana delle Chiese Cristiane Evangeliche *Assemblee di Dio in Italia* inviando la tua offerta tramite il conto corrente postale n.72198005 o l'IBAN IT07 K076 0103 2000 0007 2198 005 o con PayPal seguendo il QRcode. Per informazioni WhatsApp 348.7265198 email: cristiani.oggi@assembleedidio.org



natura umana, nel senso che ci aiuta a capire che siamo esseri limitati.

Siamo esseri umani e, in quanto tali, **fragili**, dotati di risorse esigue e con la tendenza ad abbatterci.

Accettare di avere dei limiti come parte integrante della vita può aiutarci a stare meglio.

La sofferenza, al contrario di quanto si pensi, contribuisce a **rendere la nostra vita più autentica**.

AFFRONTARE IL DOLORE

Spesso cerchiamo di controllare la realtà ma non possiamo farlo perché **troppe cose sfuggono al nostro controllo**.

Essere su questa terra inevitabilmente ci espone alla sofferenza, sottrarsi ad essa significa non vivere.

L'angoscia non è da rifuggire, è un elemento che fa parte della vita e attraversarla serve; può essere utile per la crescita personale.

Affrontare il dolore diventa, quindi, sinonimo di forza e non di fragilità.

Il fatto che vivere espone alla possibilità di soffrire non vuol dire che dob-

biamo vivere nella tristezza e nell'angoscia, lasciandoci sopraffare da essa; anzi, dobbiamo **imparare ad accogliere il dolore per attraversarlo!**

Paolo nella Bibbia ha esposto molto chiaramente tale concetto, dicendo: *"ci gloriamo anche nelle afflizioni, sapendo che l'afflizione produce pazienza, la pazienza esperienza, e l'esperienza speranza"* (Romani 5:3-4).

Dobbiamo avere la profonda speranza che è anche se il dolore è parte integrante della vita, per coloro che mediante la fede in Cristo trascorreranno l'eternità con Lui, apparterrà al passato.

La Bibbia ci insegna che Dio *"asciugnerà ogni lacrima dai loro occhi e non ci sarà più la morte, né cordoglio, né grido, né dolore, perché le cose di prima son passate"* (Apocalisse 21:4).

Ester Bilello

PRE GHI AMO

per Turchia
e Siria
colpite dal
terremoto

"Gesù disse: «Io ho pietà di questa gente; poiché... non ha da mangiare»" (Vangelo di Marco 8:1-2).



Per **offerte** usate
le coordinate:
Conto corrente bancario
Intesa San Paolo
intestato a *Assemblee di Dio
in Italia* Chiese Cristiane
Evangeliche con IBAN:
IT70A 03069 09606 1000
000 74644
BIC/SWIFT: BCITITMM
Causale: pro-terremotati
Turchia/Siria

5

**DONA IL
5X1000
AL CENTRO
KADES**



Il **Centro Kades onlus** da 40 anni opera nel campo delle dipendenze da sostanze e da comportamenti patologici con ottimi risultati fra coloro che hanno completato il programma di recupero. Il **Centro Kades** ha un reparto maschile **Kades**, uno femminile **Beser** e l'**Unità di Strada** per portare un **messaggio di speranza**. Lo Stato Italiano dà a tutti i contribuenti dipendenti, autonomi e pensionati la possibilità di scegliere a chi destinare il 5 per mille dell'IRPEF. **Sostieni il Centro Kades firmando per il 5 per mille dell'IRPEF nel Modello Unico, nel Modello 730 o nel CUD nell'apposito riquadro indicando il Codice Fiscale del Centro Kades**

01361460064

la tua firma per il cinque per mille al Centro Kades una scelta che vale molto ma non ti costa nulla



Centro Kades onlus
Loc. Basso Erro, 41
15010 Melazzo (AL)
tel. 0144.41222
fax 0144.41182
offerta: CCP n.10669158
e mail: info@centrokades.org
www.centrokades.org

io so in chi ho creduto



DIO HA ATTRAVERSATO

Mi chiamo Gregorio, frequento la chiesa di Mantova e vorrei raccontare quella parte della mia vita che precede il momento fatidico in cui **Dio ha attraversato la mia strada**. Ecco un breve riassunto di un'esistenza assai travagliata. A 12 anni mia sorella si fidanzò con un uomo che praticava la boxe. La cosa mi piacque tanto che cominciai a frequentare quell'ambiente. Iniziai ad allenarmi regolarmente e dopo qualche tempo feci i primi incontri. Andai abbastanza bene, al punto che il mio allenatore mi propose di pianificare l'attività agonistica. In occasione della prima visita, il medico mi consigliò di smettere poiché nel tempo avrei potuto riportare dei seri danni alla vista, e così mi limitai a degli allenamenti a livello amatoriale. Avendo ormai assimilato la "nobile arte", desideravo "incrociare i quantoni" con altre persone, cercando occasioni per fare delle risse nelle discoteche e nelle feste all'aperto. Fu così che mi guadagnai il rispetto delle persone, che cominciavano a temermi.

Nel tempo si aprì un altro capitolo e si spalancò per me un mondo nuovo, quello della **droga**. Iniziai con i primi spinelli e ben presto passai alla cocaina. Non sapevo dove sarei andato a sbattere, ma provavo piacere in quel che facevo e in breve tempo divenni dipendente da quelle sostanze. Stavo letteralmente **spfondando** senza accorgermene.

Purtroppo anche mio fratello entrò nel tunnel della droga, finché un giorno conobbe delle persone che lo aiutarono a riemergere da quel tunnel. Lo invitarono in una certa chiesa e lui iniziò a dirmi che "aveva dato il cuore a Gesù". Dopo qualche tempo anche mia madre iniziò a seguirlo ai culti.

Io non ne volevo sapere, anche se mi parlava del Signore e la mia casa era piena di

bambini, tanto da diventare una sorta di aula di scuola domenicale.

Un giorno conobbi una ragazza, che sarebbe diventata mia moglie, e in seguito nacquero due figli. All'inizio lei era totalmente all'oscuro della mia doppia vita, finché se ne accorse e da lì iniziarono i problemi.

Non potete immaginare che cosa le ho fatto passare! Anche lei cominciò a frequentare la chiesa evangelica e si avvicinò alla fede, tema a me totalmente estraneo.

Io, invece, entrai in un altro vortice, quello del **gioco d'azzardo**: le slot machine, le corse dei cavalli, i casinò, le schedine del totocalcio divennero la mia routine, assorbendo ogni mia risorsa economica.

Ero arrivato al punto che non riuscivo più a pagare l'affitto e, di conseguenza, ricevetti lo sfratto dal padrone di casa. Stavo trascinando nel baratro anche la mia famiglia, al punto che non riuscivo neppure a saldare le bollette delle varie utenze. Avevo perso il lavoro, ero sprofondata completamente e la persona che mi era a fianco, non sopportando più questa situazione, vedeva nel divorzio l'unica via d'uscita. Un giorno mia moglie mi disse che voleva andare in Germania a trovare i suoi fratelli poiché uno di loro era gravemente malato e desiderava fargli conoscere il Signore, cercando di invitarlo in chiesa.

Io acconsentii a quella strana richiesta, ma strada facendo le dissi categoricamente che, quando saremmo arrivati in Germania, non avrebbe dovuto parlare di religione, evitando di bombardare di parole i suoi parenti, com'era solita fare. Lei mi disse che non ero costretto a seguirla, ma da parte sua avrebbe cercato di portare i fratelli almeno ad un culto.

Quando arrivammo a Dusseldorf, trovarono la chiesa, ma io non volli entrare. Ricordo



LA MIA STRADA

che era inverno e faceva molto freddo, ma io rimasi fuori a passeggiare sotto la pioggia. Dopo un po' ritornai verso la chiesa poiché avevo i piedi inzuppati e cercai riparo nell'atrio del locale di culto. Fui avvicinato da una donna che mi invitò ad entrare; io cercavo di farle capire che non ero uno di loro e non mi interessava. Insistette fino a quando finalmente mollò la presa. Dopo un po' di tempo, intirizzito dal freddo mi decisi a varcare quella soglia. Quando entrai, vidi una massa di persone intente a pregare e cantare al Signore: **mi sembravano tutti pazzi**.

A quel punto mi sedetti vicino ad un uomo che suonava la fisarmonica e che voleva darmi a tutti i costi un libro dei cantici. Io rifiutai, ma poi venne verso di me il pastore con lo stesso libro e mi invitò a unirmi al canto. La cosa mi infastidì ma pur di togliermelo di torno lo accettai. Quando lessi le prime frasi del canto fui attraversato come da una scossa dalla testa ai piedi, una cosa meravigliosa che non avevo mai sperimentata prima. Iniziai a piangere ininterrottamente. Mi vergognai e aprii la porta per uscire, ma anche all'aperto continuai a piangere. Tornai dentro e andai da mia moglie chiedendole di andarcene subito, poiché avevo l'impressione che tutti mi stessero guardando. Lei mi disse di non preoccuparmi poiché il Signore mi aveva toccato. Fra me pensai: "Che cosa sta dicendo? Che cosa vuol dire "il Signore mi ha toccato"? Dentro di me parlai a Dio dicendoGli: "Se tu sei il Signore, perché non mi liberi? Tu conosci la mia situazione". In quell'istante realizzai una **liberazione straordinaria**, sperimentando una gioia immensa: avevo conosciuto anch'io il Signore!

Tornando in Italia, cantavo con gioia i cantici che avevo imparato da mia moglie e i miei

figli non credevano ai loro occhi, vedendo com'ero cambiato in un istante.

Quando arrivammo a Mantova mi rivolsi a Dio dicendo: "Signore, Tu mi hai chiamato e conosci perfettamente la mia situazione, non ho più un lavoro, come posso fare?"

Pochi giorni dopo suonò alla mia porta un amico che mi chiese se ero disposto ad accettare un lavoro a Modena. Il mio viso fu rigato dalle lacrime: la risposta del Signore era stata immediata! Il giorno seguente arrivammo sul cantiere: quanto lavoro c'era da fare! Ringraziai il Signore in preda alla commozione, e Gli dissi: "Signore sai che mi mancano i soldi per andare e venire da Modena e che, essendo un artigiano, mi pagano una volta ogni due mesi?" Dopo soli tre giorni di lavoro il titolare mi disse: "Gregorio, vuoi che ti paghi ogni settimana?" Scoppiai in lacrime! Il titolare mi chiese perché stavo piangendo e io gli risposi: "Ho un Dio veramente grande!"

Il Signore mi ha sollevato dal fango, mi ha fatto posare i piedi sulla roccia.

Il Signore ha fatto e sta facendo tuttora delle meraviglie. Egli è il **Dio che non mi lascia e non mi abbandona**. Il Signore ha salvato anche i mie figli e ora posso dire che io e la mia casa serviamo il Signore.

Tu che stai leggendo e non hai deciso per il Signore fallo al più presto, non aspettare, poiché domani potrebbe essere tardi.

Concludo con un versetto di Geremia 33:3: *"Invocami ed io ti risponderò, ti annunzierò cose grandi e impenetrabili che tu non conosci"*. Ho **sperimentato di persona** che, prendendo in parola questo invito, la vita può cambiare totalmente. Che Dio ti benedica.

Gregorio



Che cosa crediamo

Crediamo che la Bibbia è il messaggio di Dio per l'umanità **perciò cerchiamo** di comprendere e di ubbidire alla Sua verità

Crediamo che c'è un solo Dio, distinto in tre persone: Padre, Figlio e Spirito Santo **perciò desideriamo** conoscerLo in tutta la Sua bellezza e completezza

Crediamo che Gesù è pienamente Dio e pienamente uomo **perciò ci rallegriamo** perché Gesù è un ponte tra noi e Dio

Crediamo che l'umanità, nel corso della storia, ha peccato ripetutamente contro Dio **perciò siamo consapevoli** di essere segnati anche noi da questa disobbedienza e incapaci di riscattarci

Crediamo che Dio ci perdona per mezzo della fede nella morte di Gesù **perciò ci ravvediamo** e ci rallegriamo in questo perdono

Crediamo che Dio ha risuscitato Gesù dai morti e ci offre una nuova vita libera dal peso del peccato **perciò viviamo** una vita gradita a Dio per mezzo di Cristo che vive in noi

Crediamo che Gesù ha garantito ai Suoi discepoli la potenza dello Spirito Santo **perciò possiamo** sperimentare la Sua potenza soprannaturale nella nostra vita quotidiana

Crediamo che Dio possa guarire l'anima e il corpo **perciò preghiamo** con fede e con speranza

Crediamo nella vera Chiesa, fondata da Gesù **perciò condividiamo** questa comunione di fede e di amore

Crediamo che Dio comandi ai Suoi discepoli di celebrare la cena del Signore e battezzare in acqua quanti hanno creduto **perciò praticiamo** questi atti simbolici, riflettendo sul loro significato

Crediamo che Gesù ritornerà per reclamare la Sua Chiesa **perciò viviamo** aspettando il Suo ritorno

Crediamo che un giorno Gesù sarà chiaramente visibile sulla terra come Re **perciò viviamo** già ora come cittadini del Suo Regno

Crediamo che il giudizio definitivo spetterà a Dio **perciò viviamo** sapendo che le nostre scelte hanno conseguenze eterne

Crediamo che vivremo con Dio per sempre **perciò viviamo** con speranza, a prescindere dalla nostra attuale condizione

8X1000ADI**Chiese Cristiane Evangeliche**
ASSEMBLEE DI DIO IN ITALIA

Capaci di abbracciare

**Destina
il tuo
8x1000
alle ADI
e dai un
aiuto
concreto
anche tu**



resoconto degli utilizzi del fondo **8X1000** anno 2022

Dipartimento del Tesoro: entrate quota otto per mille IRPEF dichiarazioni 2019 € 1.453.397,91

Erogazioni per interventi umanitari a persone e associazioni in Italia:

Interventi in favore di famiglie e individui con gravi necessità	€ 46.002,00
per Anziani e Bambini: Istituto Evangelico Betania-Emmaus - Fonte Nuova (RM)	€ 280.000,00
per Anziani: Istituto Evangelico Betesda - Macchia di Giarre (CT)	€ 350.000,00
per Anziani: Istituto Evangelico Eben-Ezer - Corato (BA)	€ 10.000,00
Assistenza e sostegno ai sordi: Dipartimento ADI-LIS	€ 5.000,00
Assistenza: Associazione Beth-Shalom	€ 20.000,00
Assistenza medica: ALICe Cuneo odv - Centro riabilitazione colpiti da Ictus	€ 2.000,00
Assistenza per le dipendenze: Centro Kades (Melazzo - AL) comunità riabilitativa	€ 100.000,00
Accoglienza immigrati: Centro ADI di accoglienza a Lampedusa	€ 21.000,00
Assistenza e accoglienza rifugiati (Ucraina)	€ 31.200,00
per interventi in Italia	€ 865.202,00

Erogazioni per interventi umanitari a persone e associazioni all'Estero:

Aiuti Emergenza Covid-19: Maranatha Full Gospel Association	€ 5.000,00
Assistenza: ADI-Aid - Servizio di Adozioni a Distanza - Vari progetti	€ 30.000,00
per interventi umanitari all'estero	€ 35.000,00

Istruzione e Formazione

Istituto Biblico Italiano - Scuola di formazione biblica	€ 400.000,00
--	--------------

Comunicazione

ADI - Servizio Audiovisivi per produzione materiale campagna promozionale	€ 30.000,00
Campagna Web per sensibilizzazione e diffusione notizie dell'otto per mille	€ 5.000,00
Pubblicazione resoconto otto per mille su quotidiani e settimanali nazionali	€ 43.151,00
per comunicazione utilizzo fondi 8x1000	€ 78.151,00

Spese di gestione

Fondo per gestione e amministrazione contributi 8x1000	€ 72.670,00
Spese bancarie (Imposte e competenze)	€ 286,10
per spese di gestione	€ 72.956,10

Riepilogo

Entrate anno 2022	€ 1.453.397,91
Uscite anno 2022	€ 1.451.309,10
Attivo 2023	€ 2.088,81

scopri come destinare il tuo contributo **www.8xmilleadi.it**

Cristiani Oggi - mensile delle Chiese Cristiane Evangeliche "Assemblee di Dio in Italia"
Direttore Responsabile: Vincenzo Specchi
Comitato di Redazione di Cristiani Oggi e Risveglio Pentecostale: Vincenzo Specchi (direttore), Davide Di Iorio, Carmelo Fiscelli, Lorenzo Framarin, Elio Varricchione.
Redazione e Amministrazione: Via Altichieri da Zevio 1, 35132 Padova, SMS e WhatsApp 348.7265198 e mail: cristiani.oggi@assembleedidio.org
Registrazione: n.12/82 del 7/1/1982 Tribunale di Roma

Versamenti sul c/c postale n.72198005 intestato a Cristiani Oggi - per bonifici nazionali
IBAN IT07 K076 0103 2000 0007 2198 005
per bonifici internazionali cod. BIC/SWIFT BPPIITRRXXX
CIB K ABI 07601 CAB 03200 conto n. 000072198005 intestato a Cristiani Oggi
o con PayPal seguendo il QRcode con lo smartphone
Stampa: Cooperativa Tipografica Operai srl Vicenza
La pubblicazione, distribuita a membri e simpatizzanti delle Chiese Cristiane Evangeliche A.D.I., è sostenuta da offerte volontarie.

In conformità al D.Lgs.196/2003 sulla tutela dei dati personali, la Redazione di Cristiani Oggi garantisce la riservatezza di quelli di cui è in possesso e assicura che i dati personali sono custoditi in un archivio elettronico presso la sede del giornale e verranno utilizzati solo per inviare la corrispondenza relativa a Cristiani Oggi. Gli articoli firmati impegnano esclusivamente i loro autori. I manoscritti non pubblicati non si restituiscono.
In caso di mancato recapito restituire all'Agenzia di Vicenza CDM per la restituzione al mittente che si impegna a corrispondere il relativo diritto fisso.

questa copia ti è stata offerta da: