

raccolta degli articoli pubblicati su cristianioggi.org in settembre 2025



Nel mondo, **ogni 40 secondi, almeno una persona si toglie volontariamente la vita**. Sono oltre 700.000 le persone che ogni anno muoiono per suicidio. L'alta percentuale sul totale dei decessi è rappresentata da giovani: ogni anno, quasi 46.000 bambini e adolescenti tra i 10 e i 19 anni si tolgono la vita in tutto il mondo. In Italia, ogni anno si registrano circa 4.000 morti per suicidio. Il 10 settembre si celebra la **Giornata mondiale per la prevenzione del suicidio**, un'occasione in cui a livello internazionale si cerca di sensibilizzare le persone riguardo alla prevenzione di questo fenomeno che colpisce gli uomini in misura significativamente maggiore rispetto alle donne. Le ragioni per cui un giovane decide di togliersi la vita sono influenzate da fattori sociali, culturali, biologici, psicologici e ambientali che compaiono inaspettatamente nel corso della vita. Pur riconoscendo il legame tra suicidio e disturbi mentali come la depressione e i disturbi da uso di alcol, i dati evidenziano che la maggior parte dei suicidi avviene in modo impulsivo in momenti di profonda crisi esistenziale in cui persone sopraffatte dallo stress della vita, crollano. Problemi finanziari, conflitti relazionali e malattie croniche sono le principali cause che spingono a questo estremo atto di autolesionismo.

Storicamente il suicidio nell'antica Grecia era visto in modo contrastante: tollerato e addirittura lodato se commesso da patrizi, ma condannato se commesso da plebei o schiavi. La società romana, attribuendo alla vita un valore molto basso, considerava il suicidio in modo neutrale. Ma dal tempo dei primi cristiani il suicidio è sempre stato considerato contrario al comandamento di Dio *“Non uccidere”* (Esodo 20:13).

Anche se la Bibbia non contiene **un comandamento che parli esplicitamente di suicidio**, la visione della vita come dono prezioso di Dio implica una opposizione ferma a questo gesto: la vita è un dono di Dio, spetta a Lui il compito di darla e, eventualmente, di toglierla. Tuttavia **il tema del suicidio è presente in vari racconti biblici** che mettono in evidenza le tragiche conseguenze di questo gesto. Nel libro dei Giudici, per esempio, si racconta di **Sansone** e della sua tragica fine quando, posto fra le colonne del tempio, disse: *“«Che io muoia insieme con i Filistei!» Si curvò con tutta la sua forza e la casa crollò addosso ai principi e a tutto il popolo che c'era dentro; così quelli che uccise*

Osservatorio Cristiano

IL SUICIDIO

il 10 settembre è la Giornata mondiale per la prevenzione del suicidio

foto: free on web

mentre moriva furono di più di quanti ne aveva uccisi durante la sua vita” (Giudici 16:30). Nel caso di **Saul**, primo re d'Israele, quando fu sconfitto e ferito in battaglia, si gettò sulla sua spada preferendo morire piuttosto che essere catturato e umiliato dai Filistei: *“Saul disse al suo scudiero: «Sfodera la spada e trafiggimi, affinché questi incirconcisi non vengano a trafiggermi e a farmi oltraggio». Ma lo scudiero non volle farlo, perché aveva paura. Allora Saul prese la propria spada e vi si gettò sopra”* (1 Samuele 31:4-5). Ancora, dopo aver tradito Gesù, **Giuda** Iscariota, sopraffatto dal rimorso, *“buttati i sicli nel tempio, si allontanò e andò a impiccarsi”*, riporta il Vangelo di Matteo 27:5.

In tutti questi casi **il suicidio è associato a persone che si trovano in situazioni disperate a causa del proprio peccato**. Togliere la vita non fa parte del piano di Dio. Deuteronomio 32:18 indica il motivo che spinge al suicidio: la lontananza da Dio. *“Hai abbandonato la Rocca che ti diede la vita, e hai dimenticato il Dio che ti mise al mondo”*. Al capitolo 30 di Deuteronomio è scritto il piano di Dio: *“Io ti ho posto davanti la vita e la morte, la benedizione e la maledizione; scegli dunque la vita, affinché tu viva, tu e la tua discendenza, amando il Signore, il tuo Dio, ubbidendo alla sua voce e tenendoti stretto a lui, poiché egli è la tua vita e colui che prolunga i tuoi giorni”*.

Dio offre speranza e conforto anche a chi si trova in situazioni di profonda disperazione. Ci sono numerosi passaggi che incoraggiano a confidare in Dio, a cercare aiuto e a non perdere la speranza, anche nei momenti più bui. Come nel Salmo 138:7 *“Se cammino in mezzo alle difficoltà, tu mi ridai la vita”*. C'è un esempio in Atti 16:27-28 quando il carceriere di Filippi, pensando che i prigionieri siano fuggiti, **sta per togliersi la vita, ma viene fermato** da Paolo e Sila che gridano: *“Non farti del male!”*.

Dio che dona la vita, incoraggia alla speranza, alla preghiera e a cercare aiuto in Lui nei momenti di difficoltà. Qualunque sia il problema, chi si rivolge a Dio scopre che *«Dio è per noi un rifugio e una forza, un aiuto sempre pronto nelle difficoltà»* (Salmo 46:1) e non resta che da provarlo personalmente. Se lo farai, non resterai deluso, perché Dio ti darà un **nuova vita** in Lui.

Lorenzo Framarin



Io so in Chi ho creduto

Un amore totale

foto: Freepik

Mi chiamo Danniella, ho 21 anni e se oggi sono arrivata fin qui, è solo grazie all'amore del Signore. Un amore che inizialmente ho faticato ad accettare, perché non ero abituata a riceverne uno così profondo e totale. È stato proprio questo amore a salvarmi e a sostenermi ancora oggi, giorno dopo giorno. A 18 anni la mia vita è stata completamente sconvolta da un evento inaspettato che ha cambiato tutto, non solo per me, ma anche per le persone intorno a me. Le mie abitudini, la mia quotidianità, la mia libertà... tutto è stato messo in pausa. Ho dovuto adattare la mia vita a nuove esigenze, e questo cambiamento è stato molto difficile da affrontare, non solo fisicamente, ma anche a livello psicologico e spirituale.

Ma **Dio aveva già un piano per me**. Proprio in quel primo anno così difficile, Dio si è rivelato a me con una dolcezza che non avevo mai conosciuto prima: mi ha chiesto di affidargli ogni mia preoccupazione, mi ha detto che sapeva tutto e che avrei dovuto solo avere fede e aspettare. E nonostante la mia confusione, quell'amore mi ha avvolto mi ha fatto capire che potevo fidarmi di Lui. Così, ho deciso di donare la mia vita al Signore, credendo che Lui avrebbe dato un senso a tutto ciò che mi stava accadendo. Negli anni successivi ho vissuto momenti difficili, con continui problemi di salute e diagnosi che non lasciavano sperare in nulla di buono. Sono stata ricoverata più volte in ospedale e, ogni mese, sembrava esserci una nuova sfida. Eppure, ogni volta, contro ogni previsione medica, la situazione si è sempre risolta lasciando tutti meravigliati, medici, parenti, amici e persino me stessa. In tutto questo **ho visto Dio all'opera**, ho visto i Suoi miracoli e ho sperimentato la grandezza della Sua misericordia e della Sua grazia. Voglio raccontare in particolare l'ultimo grande miracolo che il Signore ha compiuto nella mia vita. Nel mese di ottobre del 2024 mi è stata diagnosticata un'osteonecrosi alle teste femorali, dovuta all'assunzione di numerosi farmaci per curare le altre patologie. Il primo ortopedico che mi ha visitato mi ha detto che se la situazione non fosse migliorata entro dicembre, sarebbe stato necessario intervenire. A dicembre, non avendo riscontrato alcun miglioramento, l'intervento è stato confermato. Mi sono stati però concessi altri due mesi per prepararmi psicologicamente. In quel periodo **la mia vita era come sospesa**. Non pote-

vo muovermi da casa e dovevo stare a riposo totale. Vedevo gli altri andare avanti, mentre io ero ferma. Ma la mia famiglia, la mia comunità e tanti fratelli e sorelle in Cristo hanno iniziato a pregare insieme a me, incessantemente. Abbiamo creduto nella guarigione da parte del Signore. Due mesi dopo un altro ortopedico non riusciva spiegarci come mai le mie ossa fossero ancora integre nonostante la grave patologia, dato che, in casi simili, si sarebbero già dovute fratturare. Mi fu prescritta una ulteriore terapia da seguire per tre mesi con l'avvertimento che, se non avesse funzionato, non ci sarebbero state più alternative all'intervento.

Lo ammetto: in quel periodo **la mia fede vacillava**. Pregavo e speravo in Dio, ma dentro di me cresceva anche la paura. Proprio quando ero più debole, chi mi stava intorno ha continuato a credere, a intercedere, a pregare con me, a piangere con me e a sperare con me. E alla fine **Dio ha risposto**. A luglio di quest'anno, dopo nove lunghi mesi di attesa e lotta, un altro ortopedico mi ha comunicato che non era più necessario alcun intervento e che avrei potuto tornare alla mia vita normale. Da quell'ambulatorio, da cui tre mesi prima ero uscita in lacrime, questa volta sono uscita con lo stupore nel cuore per la grandezza del Signore. Dio non ha guardato ai miei dubbi, alle mie debolezze, alle mie paure. Dio ha agito, ha atteso il momento perfetto perché io potessi capire che non mi aveva mai abbandonata. È sempre stato con me, anche nel silenzio.

Desidero condividere i versi biblici che mi hanno accompagnato in questi tre anni: Isaia 43:2-3, Numeri 11:23, Giovanni 9:1-4; Romani 8, 2Corinzi 12:9, e il Salmo 23.

Non è stato un cammino facile. Io non sono mai stata una donna cristiana forte, anzi, le prove hanno messo in discussione molte volte la mia fede e il mio rapporto con Dio. Ma il Signore non ha guardato la mia fragilità. Ha trasformato le mie debolezze in opportunità per mostrare la Sua gloria. **E attraverso di me ha parlato anche a chi mi stava vicino**. Dio è grande e meraviglioso, e io oggi lo riconosco perché l'ho visto agire nella mia vita. Il cammino è ancora lungo, ma **ora so con certezza a Chi devo aggrapparmi** per percorrerlo con gioia e speranza.

Danniella



Il **bambino nella foto** di qualche giorno fa, che potete vedere, sta per lasciare casa per iniziare la scuola materna: si chiama Gioele Emmanuel ed è **nostro figlio**. Questa foto testimonia la grande risposta alle preghiere da parte di Dio, che è fedele e buono!

Gioele è affetto da spina bifida, una malformazione della colonna vertebrale. Prima della sua nascita, i dottori non ci avevano dato molte speranze riguardo alla sua salute, dicendoci che avrebbe potuto avere svariati problemi, fino alla paralisi degli arti inferiori. Alla nascita, piccolissimo com'era, ha subito un intervento impegnativo alla schiena e, nel primo mese di vita, abbiamo notato che Gioele muoveva sia le gambe sia i piedini. Nonostante ciò, i medici non sapevano dirci se e quando avrebbe potuto raggiun-

lo so in Chi ho creduto

Dio è fedele e buono!

foto di famiglia

gere l'autonomia nel camminare, a causa di un'ipotonìa che purtroppo persisteva agli arti inferiori.

Come famiglia, con mio marito, ma anche con la nostra comunità di Piove di Sacco, abbiamo sempre continuato a **presentare Gioele a Dio in preghiera**. Personalmente, da mamma, avrei tanto desiderato che mio figlio iniziasse a camminare prima dell'inizio della scuola e ho fatto questa **richiesta al Signore** con tutto il cuore.

Gioele, un mese prima dell'inizio della scuola, ha iniziato a fare i suoi **primi passi** in modo autonomo, senza nemmeno l'aiuto del deambulatore. Siamo **grati a Dio** per come sta intervenendo e si sta prendendo cura di nostro figlio.

Sì, **Dio è davvero fedele e buono**.

Miriam



lo so in Chi ho creduto

Una preghiera a sei anni

foto: Freepik

Pace, mi chiamo Laura e ho diciotto anni. Sono nata in una famiglia cristiana evangelica e per questo ringrazio il Signore. Fin da piccola ho frequentato le Scuole Domenicali e le attività della chiesa. I miei genitori mi hanno sempre parlato di Gesù facendomi capire che Lui era sempre al mio fianco e che non mi avrebbe mai lasciata. Questa verità, però, io non l'avevo ancora fatta mia.

A cinque anni, dopo un avvenimento spiacevole nella mia

famiglia, ho cominciato a vivere situazioni di **forte ansia** che non mi permettevano di vivere una vita normale per una bambina di quell'età: avevo costante paura di morire e non avevo la certezza che la mia vita fosse nelle mani del Signore. Era diventato difficile fare ogni cosa, **tutto era un problema per me**. Nonostante questo, già al tempo sapevo che Dio era l'unico che poteva darmi la vera pace e che poteva liberarmi da ogni peso e da ogni paura.

A sei anni durante una lezione di Scuola Domenicale compresi quanto fosse sbagliato l'aver fatto diventare le mie paure nel mio cuore più grandi della potenza di Dio. Ero aggrappata ai miei pensieri, alle mie paure e ai ragionamenti senza lasciare spazio a quello alla potenza e alla grandezza del Signore. **Feci una semplice preghiera di una bambina di sei anni** con sincerità, lo ricordo benissimo: chiesi al Signore di entrare nella mia vita, di togliere da me quella situazione che non mi lasciava gustare né pace né serenità. **Ricordo che da quel momento la mia vita cambiò completamente.** Cominciai a essere più serena, il Signore mi liberò da ogni paura. La vita che vivo ora non ha nulla a che fare con quella che vivevo a quel tempo. Crescendo ho confermato più volte la scelta fatta da picco-

la perché ho visto che ogni volta che sono stata in difficoltà, ogni volta che ho avuto un peso e pregando l'ho presentato al Signore, Lui mi ha risposto. Oggi posso affermare con certezza che Lui è al mio fianco e che ha un piano meraviglioso per la mia vita. Vivo serena perché so che **il mio futuro è nelle Sue mani.** Attraverso la Sua Parola, la Bibbia, Dio mi parla ogni giorno perché è vivente ed è ispirato dallo Spirito Santo. C'è un versetto che ho fatto mio in questi anni e che mi ha sempre accompagnata nei momenti di grande sconforto, si trova in Geremia 29:11 e dice: *"Infatti lo so i pensieri che medito per voi", dice il Signore, "pensieri di pace e non di male, per darvi un avvenire e una speranza."*

Laura

<https://cristianioggi.org>



lo so in Chi ho creduto

La scelta che cambia la vita

foto Freepik

Sono Giosuè e desidero condividere con voi quanto per me sia bello e importante mettere Dio al primo posto nella propria vita. Questo è più di un consiglio, è un invito a scoprire una realtà che può trasformare profondamente la esistenza di chi la accoglie. Se non hai ancora accettato Gesù come tuo Salvatore, sappi che questa è la decisione più importante che tu possa prendere. Non riguarda soltanto la vita qui sulla terra, ma determina anche la tua eternità. La Bibbia ci ricorda che chi crede in Lui e viene salvato non perirà, ma vivrà per sempre con Dio nel cielo (Vangelo di Giovanni 3:16). Per questo motivo l'invito è urgente: non rimandare, non aspettare un momento che sembri più adatto. Oggi stesso può essere il giorno in cui il Signore trasforma la tua vita e ti guida verso ciò che conta davvero. Anche chi ha già accolto Gesù nel proprio cuore può, senza rendersene conto, collocare Dio al secondo o al terzo posto nella propria vita. È accaduto anche a me. Per un certo periodo, il Signore non era più al centro della mia vi-

ta: al primo posto avevo messo lo sport che praticavo, il calcio. Era una passione intensa, che assorbiva gran parte del mio tempo e delle mie energie, fino a farmi trascurare non solo gli incontri in Chiesa, ma anche i momenti più importanti di comunione personale con Dio. Col tempo, attraverso la predicazione e lo studio della Parola di Dio, il Signore mi ha fatto comprendere che stavo sostituendo Lui con qualcosa di più superficiale. Non è stato facile ammetterlo: il calcio era per me un legame profondo, diventando parte della mia identità. Giunse allora il momento in cui dovetti prendere una decisione consapevole. Dio non fa mai le scelte al posto nostro: ci parla, ci guida e ci indica la via, ma siamo noi a dover fare il passo e rispondere. Così, con il cuore aperto, ho deciso di rinunciare al calcio e di rimettere Dio al centro della mia vita. In un primo momento ho provato un senso di tristezza perché stavo lasciando qualcosa a cui ero profondamente legato, ma subito dopo ho cominciato a sperimentare la fedeltà del Signore in modo concreto e personale. Ho sper-



inquadra il qr-code e **visita cristianioggi.org** la pubblicazione digitale delle Chiese Cristiane Evangeliche *Assemblee di Dio in Italia* con articoli inediti e testimonianze di uomini e di donne credenti che vivono una esperienza di vita rinnovata da Cristo Gesù

sostieni cristianioggi.org con versamento sul c/c postale intestato a Cristiani Oggi n.72198005 o con bonifico sul conto intestato a Cristiani Oggi IBAN IT07 K076 0103 2000 0007 2198 005

mentato che, quando scegliamo per Dio, non restiamo mai delusi: Dio onora sempre chi Lo onora. Da quel momento ho visto la Sua mano guidare i miei passi, trasformare i miei pensieri e provvedere ai miei bisogni in modi che non avrei mai immaginato.

Oggi posso affermare con certezza che non esiste gioia più grande di trovarsi al centro della volontà di Dio. È lì che si scopre il senso pieno della vita, la pace duratura e la gio-

ia che non dipende dalle circostanze. Ed è proprio questo l'invito che desidero lasciarti: **metti Dio al primo posto nella tua vita.** Non esiste scelta più bella e più giusta. Così facendo, potrai sperimentare la Sua fedeltà, la Sua benedizione e il piano meraviglioso che Egli ha per ciascuno di noi: *"Cercate prima il regno di Dio e la Sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in più"* (Matteo 6:33)

Giosuè Zecchin

<https://cristianioggi.org>



Ricordo mio padre che, le volte che in famiglia vedevamo un film americano e al termine compariva la scritta **"The end"**, lui la pronunciava in un inglese davvero maccheronico, e quando cercava di correggersi, in casa ridevamo tutti, e lui con noi! Uomo d'altri tempi, con la terza elementare, ma una vita di fatica tutta da stimare. **"The end"**, fine della storia e noi ridevamo tutti. Ci sono storie però per le quali c'è poco da ridere, storie che sembrano avere già scritte dall'inizio la parola *Fine*. Sono storie di lutto, di abbandono, di malattia in cui regnano disperazione e dolore. Non tutti trovano la forza di reagire o uno scopo per vivere e magari per confidare in Dio. Se poi sei giovanissimo sembra che la vita sfugga dalle mani e tutto sia come affrontare una dura salita, impossibile da scalare.

Gesù è venuto a portare luce tra le tenebre, a dare la vista al cieco e la possibilità di camminare allo zoppo. Nel considerare la buona notizia del Vangelo comprendiamo come sia meglio che a mettere la parola *Fine* sia Gesù, come e quando vuole Lui. Infatti, al di là delle situazioni più disperate, **c'è sempre una speranza e uno scopo nella vita!** Mi incoraggia la storia di Jessica che da diversi anni serve Dio con suo marito e due figlie, una delle quali quest'anno si battezza! Questa è la sua testimonianza!

Sono Jessica, ho 44 anni e voglio raccontare in breve la mia storia. A 8 anni ho perso mio padre che era un tossicodipendente malato di AIDS. In quel periodo mia madre cominciò a frequentare la chiesa Evangelica grazie alla testimonianza di una sua amica del lavoro. Con mio fratello cominciammo a frequentare la chiesa e ad ascoltare le storie di Gesù. Gli anni passarono con l'aiuto di Dio, ma dopo 6 anni dalla morte di mio padre, anche mia madre ammalata della stessa malattia, lasciò me e mio fratello. A 14 anni io e 10 lui eccoci orfani a passare dalla casa degli zii alla

Io so in Chi ho creduto

The End? No!

foto personale

casa dei nonni senza meta certa, in balia degli avvenimenti. Il tempo passava, a 16 anni cominciai a fare le prime esperienze da adolescente senza controllo: discoteche, fumo, cattive compagnie, ma mi sentivo sempre sola. Arrivai al punto di chiedermi che cosa avevo fatto di male per meritarmi tutto quello che mi succedeva. Andavo a letto chiedendo a Dio di non farmi più svegliare al mattino seguente, giravo in motorino con gli occhi chiusi sperando di andare a sbattere addosso a una macchina: **ero esasperata**, non ne potevo più di quella situazione. Io non lo sapevo, ma Dio era sempre accanto a me, non mi aveva mai lasciata, aveva dei piani per me. A 18 anni feci una richiesta di un lavoro al Signore... dopo mezz'ora la risposta arrivò.

"Allora Dio esiste davvero", pensai. Da quel momento ricominciai a frequentare la chiesa, a leggere la Bibbia. Dio mi parlava. Una sera, a una riunione di preghiera con i giovani, un fratello pregando per me mi disse che Dio mi avrebbe dato una vita felice. Io volevo questa felicità! Piano piano il mio cuore si aprì a Dio, lasciai a Lui la mia vita chiedendoGli di perdonarmi da ogni peccato. Gesù mi ha salvata! Ero certa della vita eterna, quello già mi bastava. Dopo qualche anno conobbi un giovane che è diventato mio marito.

Ora siamo felicemente sposati da 23 anni e abbiamo due meravigliose figlie. Sono finalmente felice perché **Dio mantiene sempre le Sue promesse.** Ricorda che, anche se ti senti solo o abbandonato da tutti, c'è sempre una Persona accanto a te, è Gesù che ti ama e non ti abbandonerà mai, qualunque cosa tu abbia fatto. Lui non ti giudicherà, ma allargherà le braccia per accoglierti nel Suo amore infinito. Che cosa aspetti? Vieni a Lui!

Jessica



Io so in Chi ho creduto

Come ho messo Dio al primo posto

foto Freepik

Per quanto mi riguarda mettere Dio al primo posto non è stato un processo immediato. Fin da quando ho realizzato la salvezza dell'anima mia, per mezzo dell'opera che Cristo Gesù ha compiuto sulla croce per me, nel mio cuore è nato il desiderio di poterLo servire. Ho iniziato dalle piccole cose: la proiezione dei canti durante i culti o la preparazione del banchetto di libri per l'evangelizzazione in piazza.

La sfida più grande che ho vissuto però è stato quando a 22 anni nacque in me il desiderio di potermi appartare per poter studiare la Sua Parola. Il mio desiderio era quello di frequentare una Scuola Biblica per poterLo conoscere meglio. La sfida consisteva nel dovere lasciare sola mia mamma che per tanti motivi era, fino a quel momento, l'unica parte della mia famiglia importante per me.

Il combattimento nel mio cuore era forte e da un lato riecheggiava nella mia mente quel verso del Vangelo di Matteo 10:37 che dice: *"Chi ama padre o madre più di me, non è degno di me"*, dall'altro non riuscivo a mettere Dio al primo posto.

Verso settembre 2015 nacque nel mio cuore una preghiera particolare da rivolgere a Dio. Il 15 novembre mi sarei laureato finendo il mio percorso universitario triennale a Padova. Allora chiesi a Dio di far tornare mio padre pri-

ma di quella data quale segno della Sua benedizione per la mia possibile partenza per la scuola biblica. In questo modo avrei anche saputo che mia mamma non sarebbe stata sola.

In modo meraviglioso mio padre è tornato proprio la sera precedente il giorno della mia laurea, dopo tanti anni nei quali non avevo più avuto sue notizie.

Questo evidente miracolo mi ha impresso nel cuore quel meraviglioso versetto di Matteo 29:19 in cui Gesù dice: *"E chiunque avrà lasciato case, o fratelli, o sorelle, o padre, o madre, o figli, o campi a causa del mio nome, ne riceverà cento volte tanto, ed erediterà la vita eterna"*. L'anno seguente sono partito per frequentare l'Istituto Biblico Italiano. È stato da questo momento che ho imparato a mettere in ogni cosa Dio al primo posto, perché ho sperimentato che *"ogni cosa buona e ogni dono perfetto vengono dall'alto e discendono dal Padre"* (Giacomo 1:17).

Dio ci ha dimostrato il Suo amore, dando Suo figlio Gesù a morire sulla croce per noi, mettendo noi al primo posto... certamente ora Lui stesso ci aiuterà in modo che tutto ciò che ci coinvolge risalti in bellezza, purezza e santità per il nostro bene e per la Sua gloria.

Michael Aggrey



inquadra il qr-code e **visita cristianioggi.org** la pubblicazione digitale delle Chiese Cristiane Evangeliche *Assemblee di Dio in Italia* con articoli inediti e testimonianze di uomini e di donne credenti che vivono una esperienza di vita rinnovata da Cristo Gesù

sostieni cristianioggi.org con versamento sul c/c postale intestato a Cristiani Oggi n.72198005 o con bonifico sul conto intestato a Cristiani Oggi IBAN IT07 K076 0103 2000 0007 2198 005



un messaggio per te

La scelta che cambia la vita

foto Freepik

Nella Bibbia troviamo spesso il consiglio di ringraziare Dio, e di ringraziare anche gli altri per qualunque cosa si riceva. Gesù nella moltiplicazione dei pani dei pesci e nella resurrezione di Lazzaro, alzò gli occhi al cielo e rese grazie al Padre Suo. Anche nell'ultima cena, si legge in Matteo 26 che, *"mentre mangiavano, Gesù prese del pane e, dopo aver detto la benedizione, lo ruppe e lo diede ai suoi discepoli dicendo: «Prendete, mangiate, questo è il mio corpo». Poi, preso un calice e rese grazie, lo diede loro, dicendo: «Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue, il sangue del patto, il quale è sparso per molti per il perdono dei peccati». Sì, "prese il calice" e "rese grazie".*

Rendere grazie: che cosa vuol dire praticare la gratitudine?

1. Significa molto più che dire: "Grazie". Significa avere consapevolezza del valore di quanto abbiamo ricevuto e di quello che di buono è avvenuto per noi o per altri.

2. Significa riconoscere l'autore del gesto, della buona parola che abbiamo ricevuto.

3. Diventa un atteggiamento mentale verso gli altri. Non siamo chiusi, ma restiamo aperti con gli occhi e con la mente. Infine la gratitudine **è un sentimento che ci spinge** verso l'altro a essere **disponibili e a contraccambiare**, a fare qualche cosa.

Forse la gratitudine è diventata una rarità?

Pensiamoci. Sembra proprio che tenda a scarseggiare. Perché siamo sempre più chiusi in noi stessi, sempre più attenti a ricercare il soddisfacimento dei nostri bisogni anziché essere riconoscenti per quanto stiamo già ricevuto.

Allora, ecco, il consiglio di **guardare fuori e non soltanto dentro** noi. Occorre una mente aperta, intelligenza, ma anche semplicità.

O forse occorre anche **lasciarsi educare alla gratitudine.**

Non si parla solo dell'educazione nel dire: "Grazie", che è una cosa buona, ma dell'**attitudine di essere grati a Dio**, grati ai genitori, grati al coniuge, grati ai maestri che abbiamo avuto nella vita, grazie a chi lavora e ci offre un servizio, fatto anche solo per dovere, come un medico. Ringraziamo!

All'inizio potrà sembrarci strano, ma se impariamo a praticare la gratitudine questa formerà in noi un carattere più dolce, più empatico che impara a riconoscere il bene che abbiamo ricevuto e prova il desiderio di contraccambiare. Forse in un primo tempo potrebbe sembrarci un atteggiamento di debolezza, ma riconosciamo come, invece, spinge a fare il bene e a contraccambiare con il bene.

I benefici della gratitudine.

Così come è *"Vi è più gioia nel dare che nel ricevere"* (Atti 20:35), così è per la gratitudine: è buono ringraziare gli altri, crea relazione, fa uscire dall'egoismo, infonde benessere emotivo, evita l'attitudine negativa del lamentarsi, aumenta l'autostima, riduce lo stress, l'ansia e la tristezza. La Bibbia ci dice di rendere grazie, di essere grati. Oggi anche gli psicologi consigliano di esserlo.

Come esprimere la gratitudine.

Con una frase, con un biglietto, con un regalo, una scritta, una preghiera. Un teologo del Medioevo disse: "Se la sola preghiera che dirai mai nella tua intera vita è "Grazie", quella sarà sufficiente".

Vogliamo essere grati alle persone e soprattutto grati a Dio per il dono della vita eterna in Cristo Gesù. *"Come dunque avete ricevuto Cristo Gesù, il Signore, così camminate in lui; radicati, edificati in lui e rafforzati da Ila fede, come vi è stata insegnata, abbondate nel ringraziamento"* (Colossesi 2:6-7). Dio ci benedica.

Franco Spina



inquadra il qr-code e **visita cristianioggi.org** la pubblicazione digitale delle Chiese Cristiane Evangeliche *Assemblee di Dio in Italia* con articoli inediti e testimonianze di uomini e di donne credenti che vivono una esperienza di vita rinnovata da Cristo Gesù

sostieni cristianioggi.org con versamento sul c/c postale intestato a Cristiani Oggi n.72198005 o con bonifico sul conto intestato a Cristiani Oggi IBAN IT07 K076 0103 2000 0007 2198 005



**OTTO PER MILLE
ALLE ASSEMBLEE
DI DIO IN ITALIA**

**FARE TANTO
CON UN GESTO
COSÌ PICCOLO**

Firma per il tuo 8X1000 alle Assemblies di Dio in Italia e contribuisci ai progetti di istruzione, di assistenza e di aiuto concreto a chi è in difficoltà. Un piccolo gesto che può fare la differenza!



resoconto degli utilizzi del fondo **8X1000** anno 2024

INTERVENTI UMANITARI PER ENTI E ASSOCIAZIONI IN ITALIA

ADI Aid - sostegno e adozioni a distanza per l'infanzia bisognosa.....	30.000,00 €
ADI Lis - assistenza e sostegno ai sordi in Italia.....	5.000,00 €
AIL Associazione Italiana Contro Leucemie - Linfomi e Mieloma.....	2.000,00 €
Aldea aps - Viviinsieme 2024 assistenza famiglie persone con autismo	3.000,00 €
Alice Cuneo - Riabilitazione e recupero dei malati colpiti da ICTUS.....	1.000,00 €
Centro Accoglienza Immigrati Lampedusa.....	24.000,00 €
Centro Kades onlus Melazzo (AL) assistenza a vittime dipendenze	150.000,00 €
Eben Haezer Italia onlus - Progetti umanitari in Italia e all'Estero	10.000,00 €
Fondazione AIRC per la Ricerca sul Cancro.....	2.000,00 €
Fondazione Gaslininsieme ets - Ospedale Pediatrico.....	2.000,00 €
Fondazione Ospedale Pediatrico Meyer (Firenze)	2.000,00 €
Ist. Evang. Betania-Emmaus - Fonte Nuova (RM) anziani e bambini.....	280.000,00 €
Ist. Evangelico Betesda - Macchia di Giarre (CT) per anziani	288.200,00 €
Ist. Evangelico Eben-Ezer - Corato (BA) Struttura per anziani.....	65.000,00 €
La Caramella Buona onlus - Contro gli abusi sui minori	2.000,00 €
NET Italy ets - Assistenza pazienti per Tumori Neuroendocrini.....	3.000,00 €
Prog. A.M.I.C.O. Associazione Medici Italiani Cristiani e Odontoiatri.....	2.000,00 €
VIDAS Volontari Italiani Domiciliari per l'Assistenza ai Sofferenti	2.000,00 €

INTERVENTI A FAVORE DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE

Istituto Biblico Italiano - Scuola di cultura formazione biblica.....	150.000,00 €
---	--------------

AIUTI UMANITARI PER INDIVIDUI E ASSOCIAZIONI PER EMERGENZE

Individui e famiglie per motivi umanitari, di salute e catastrofi naturali..	19.000,00 €
Ist. Evangelico Betania-Emmaus - Fonte Nuova (RM) profughi Ucraini....	21.600,00 €
Ist. Evangelico Betesda - Macchia di Giarre (CT) eventi climatici estremi..	10.000,00 €

AIUTI UMANITARI A ENTI E ISTITUZIONI ALL'ESTERO

Assemblies di Dio del Niger - Orfanotrofo Il Buon Samaritano.....	2.000,00 €
Ethiopian Full Gospel Believers - aiuto umanitario.....	5.000,00 €

COMUNICAZIONE - PRODUZIONE E DIFFUSIONE

Pubblicazione resoconto 8x1000 su quotidiani nazionali e TV locali.....	18.703,17 €
Servizio ADI-Web per diffusione campagna informativa online.....	7.500,50 €
Servizio ADI-audiovisivi produz. e diffusione comunicati video e audio..	20.000,00 €

SPESE DI GESTIONE

Spese bancarie.....	151,85 €
Fondo Amministrazione ADI	68.780,05 €

RIEPILOGO

Entrate Dipartim. Tesoro quota 8x1000 IRPEF dichiarazioni 2021	1.375.601,04 €
Uscite 2024	1.195.935,57 €
Saldo 2024	179.665,47 €

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