

*Stephen e Alex Kendrick
con Lawrence Kimbrough*

La sfida dell'amore

Prendilo come un avvertimento.
Questo percorso di quaranta giorni
non può essere preso alla leggera.

È un processo impegnativo e spesso difficile,
ma è anche incredibilmente appagante.
Accettare questa sfida richiede una mente risoluta
e una determinazione inflessibile.

Non è inteso per essere provato o testato brevemente
e chi smette prima rinuncia ai benefici maggiori.

Se ti impegnerai a seguirlo
un giorno alla volta per quaranta giorni,
otterrai risultati che potranno cambiare
la tua vita e il tuo matrimonio.

Consideralo una sfida da parte di qualcuno
che l'ha affrontato prima di te.



La sfida dell'amore



EUN

*Editrice Uomini Nuovi srl
21030 Marchirolo (Varese) Italia
www.eun.ch*



Titolo originale *The Love Dare*
© Copyright 2008 *Stephen Kendrick & Alex Kendrick*
Published by *B & H Publishing Group, Nashville, Tennessee, U.S.A.*

Traduzione *Giacomo Mattia Schmitt*
Collaborazione editoriale *Luca Costantini e Stefano Maserin*
Impaginazione *Yolanda Risi*
Copertina *Carta e Penna, info@cartaepenna.biz*
Stampa *Multimedia, Giugliano / NA*

3ª Edizione italiana *Aprile 2012*
Edizione a cura di *Giuseppe E. Laiso*

© Copyright by

EUN

EDITRICE UOMINI NUOVI srl
Casella Postale 38
21030 Marchirolo (Varese) Italia

Telefono (0332) 723.007 - Fax (0332) 99.80.80
info@eun.ch - www.eun.ch

Senza l'autorizzazione scritta dell'Editore è vietata la riproduzione, anche parziale, del presente volume, l'inserimento in circuiti informatici, la trasmissione sotto qualsiasi mezzo elettronico e meccanico, la fotocopiatura, la registrazione e la duplicazione con qualsiasi mezzo. Secondo la "Legge sulla stampa" l'eventuale citazione deve fare esplicito riferimento all'autore, al titolo e all'editore.

*Se parlassi le lingue degli uomini e degli angeli,
ma non avessi amore,
sarei un rame risonante o uno squillante cembalo.*

*Se avessi il dono di profezia
e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza
e avessi tutta la fede in modo da spostare i monti,
ma non avessi amore,
non sarei nulla.*

*Se distribuissi tutti i miei beni per nutrire i poveri,
se dessi il mio corpo a essere arso,
e non avessi amore,
non mi gioverebbe a niente*

(1 Corinzi 13:1-3)



La Bibbia afferma che Dio ha concepito e creato il matrimonio come una cosa buona. È un dono splendido e inestimabile. Egli usa il matrimonio per aiutarci a contrastare la solitudine, per moltiplicare la nostra efficacia, per stabilire famiglie, per crescere figli, per farci apprezzare la vita e per benedirci con l'intimità relazionale. Ma oltre a tutto questo il matrimonio ci mostra anche il nostro bisogno di crescere e di affrontare i problemi personali e l'egocentrismo con l'aiuto di un partner destinato a starci accanto tutta la vita. Se siamo aperti all'insegnamento impareremo a fare la cosa più importante in un matrimonio: impareremo ad amare. Questa unione potente ti provvede un percorso lungo il quale potrai imparare ad amare incondizionatamente un altro essere imperfetto. È meraviglioso. È difficile. Ti cambia la vita.

Questo è un libro sull'amore. Ti insegna a osare vivere una vita colma di relazioni d'amore. È un viaggio che ha inizio dalla persona a te più vicina: la persona che hai sposato. Che Dio possa benedirvi mentre inizi questa avventura.

Ma sii certo di una cosa: ci vuole coraggio. Se accetti la sfida devi assumerti l'impegno di non *seguire* più il tuo cuore, ma di scegliere di *guidarlo*. Il mondo ti esorta a seguire il tuo cuore, ma se non sei tu a guidarlo, sarà qualcos'altro o qualcun altro a farlo. La Bibbia afferma che *"il cuore è ingannevole più di ogni altra cosa"* (Geremia 17:9) e seguirà sempre ciò che gli pare giusto al momento.

Ti sfidiamo a pensarla diversamente; scegli piuttosto di *guidare il tuo cuore* verso ciò che è meglio a lungo termine. È questa la chiave per sviluppare relazioni durature e appaganti.

Il viaggio proposto dalla *Sfida dell'amore* non è un processo fatto di tentativi di trasformare la persona che hai sposato per farla diventare come tu vorresti che fosse. Avrai senza dubbio già scoperto che ogni tentativo da te compiuto in questo senso non ha prodotto altro che delusione e frustrazione. Si tratta piuttosto di un viaggio di esplorazione che ha per fine l'espressione di un amore genuino in ogni circostanza, anche quando il desiderio viene meno e le motivazioni sono scarse. La verità è che l'amore è una decisione e non soltanto un sentimento. È altruista, sacrificale e trasformatore. E quando l'amore viene autenticamente espresso come era nelle intenzioni originarie, è molto probabile che la tua relazione cambi in meglio.

Ogni giorno di questo percorso contiene tre elementi molto importanti.

Primo, verrà discusso un aspetto unico dell'amore. Leggi con molta attenzione tutto ciò che viene scritto al riguardo e sii aperto a una nuova comprensione di ciò che significa amare autenticamente qualcuno.

Secondo, verrai sfidato a compiere qualcosa di specifico per la persona che hai sposato. Alcuni compiti saranno facili, altri molto impegnativi. Ma prendi sul serio ogni singola sfida e sii abbastanza creativo e coraggioso da affrontarla. Non scoraggiarti se le situazioni esterne ti impediscono di portare a buon fine un compito specifico. Ritornaci semplicemente su non appena possibile e prosegui il percorso.

Infine, avrai ogni giorno ampio spazio a disposizione per annotare quello che stai imparando, quello che stai facendo e le reazioni della persona che hai sposato. È importante che utilizzi questo spazio per registrare ciò che avviene a entrambi lungo il percorso. Queste annotazioni rispecchieranno i progressi compiuti e dovrebbero diventare inestimabili per te nel futuro.

Ricorda che hai la responsabilità di proteggere e guidare il tuo cuore. Non rinunciare e non scoraggiarti. Decidi di guidare il tuo cuore e di perseverare sino alla fine. Imparare ad amare veramente è una delle cose più importanti che potrai mai fare.

*Ora dunque queste tre cose durano:
fede, speranza, amore;
ma la più grande di esse è l'amore
(1 Corinzi 13:13)*



Giorno 1

L'amore è paziente

"...con ogni umiltà e mansuetudine, con pazienza, sopportandovi gli uni gli altri con amore" (Efesini 4:2).

L'amore funziona. È lo stimolo più potente e ha di gran lunga più profondità e più significato di quanto la maggior parte delle persone si renda conto. Fa sempre ciò che è meglio per gli altri e ci mette in grado di affrontare i problemi maggiori. Siamo nati con una inestinguibile sete d'amore. Il nostro cuore ne ha disperatamente bisogno, come i nostri polmoni hanno bisogno di ossigeno. L'amore cambia il motivo per cui viviamo. L'amore rende significative le relazioni. Senza l'amore un matrimonio non può avere successo.

L'amore si fonda su due pilastri che lo definiscono al meglio. Questi pilastri sono *pazienza* e *gentilezza*. Tutte le altre caratteristiche dell'amore sono estensioni di questi due attributi. Ed è qui che ha inizio la sfida. Dalla *pazienza*.

L'amore ti stimola a diventare una persona paziente. Quando scegli di essere paziente reagisci in modo positivo a una situazione negativa. Sei lento all'ira. Scegli di avere la miccia lunga invece di scaldarti per un nonnulla. Anziché essere irrequieto e severo, lasci che l'amore ti aiuti a calmarti e a mostrarti compassionevole verso le persone che hai intorno. La pazienza induce una calma interiore mentre fuori imperversa la tempesta.

Non piace a nessuno stare accanto ad una persona impaziente. Ti spinge a reagire in modo eccessivo con atteggiamenti d'ira, insensati e disdicevoli. L'ironia del reagire con collera a un torto subito, sta nel fatto che dà origine a ulteriori torti. La *collera* non migliora quasi mai le cose. Solitamente, infatti, aumenta i problemi. La *pazienza*, invece, ferma di colpo i problemi. Più che un mordersi le labbra, più che un mettersi la mano sulla bocca, la pazienza è un respiro profondo. Purifica l'aria. Impedisce che l'insensatezza continui a sbattere la sua coda di scorpione in giro per la stanza. È la scelta di tenere sotto controllo le tue emozioni invece di lasciare che le emozioni controllino te e mostra discrezione invece di restituire male per male.

Se la persona che hai sposato ti offende, restituisci immediatamente il torto o mantieni il controllo? La collera è per te una reazione

automatica quando vieni trattato ingiustamente? In questo caso stai diffondendo veleno anziché medicina.

La collera ha solitamente origine quando il forte desiderio di qualcosa si mescola a delusione o angoscia. Non ottieni ciò che vuoi e allora cominci a scaldarti. È spesso una reazione emotiva originata dall'egoismo, dall'insensatezza o da motivazioni negative.

La pazienza, invece, ci rende saggi. Non dà giudizi affrettati, ma ascolta ciò che l'altra persona ha da dire. La pazienza sta sulla soglia dove la collera cerca di fare irruzione, ma attende di vedere il quadro generale prima di esprimere un giudizio. La Bibbia afferma: "Chi è lento all'ira ha molto buon senso, ma chi è pronto ad andare in collera mostra la sua follia" (Proverbi 14:29).

Com'è certo che la mancanza di pazienza trasformerà la tua casa in una zona di guerra, la pratica della pazienza promuoverà la pace e la tranquillità. "L'uomo collerico fa nascere contese, ma chi è lento all'ira calma le liti" (Proverbi 15:18). Affermazioni come questa, tratta dal libro biblico dei Proverbi, sono principi chiari la cui rilevanza è immutabile. La pazienza è dove l'amore incontra la saggezza. E ogni matrimonio necessita di tale combinazione per restare sano.

La pazienza ti aiuta a concedere alla persona che hai sposato il permesso di essere umana. Comprende che tutti sbagliano. Quando viene commesso un torto decide di concedere all'altro più tempo di quanto meriti per porvi rimedio. Ti pone in grado di resistere quando la tua relazione attraversa momenti difficili, piuttosto che tirartene fuori cedendo alla pressione.

Ma la persona che hai sposato può contare sulla presenza di un coniuge paziente? Lei può essere sicura che se chiuderà le chiavi nell'auto otterrà la tua comprensione piuttosto che una ramanzina avvilita che la farà sentire come una bambina? E lui potrà essere sicuro che lasciarsi andare al tifo durante gli ultimi secondi di una partita di football non provocherà una lista interminabile e fragorosa di modi migliori in cui dovrebbe impiegare il suo tempo? Pare che non ci siano molte persone con cui sia così difficile vivere come con le persone impazienti.

Quali sarebbero il tono e il volume in casa tua se tentassi questo approccio biblico: "Guardate che nessuno renda ad alcuno male per male; anzi cercate sempre il bene gli uni degli altri e quello di tutti" (1 Tessalonicesi 5:15)?

Ben pochi sanno essere abbastanza pazienti e per nessuno è naturale esserlo. Ma le donne e gli uomini saggi perseguiranno la pazienza come ingrediente essenziale della propria relazione coniugale. È un buon punto di partenza per dimostrare vero amore.

Il percorso della *Sfida dell'amore* è un processo e la prima cosa che devi decidere di avere è la pazienza. Considerala una maratona, non una volata. Ma è una corsa che val la pena correre.

LA SFIDA DI OGGI

LA PRIMA PARTE DI QUESTA SFIDA È ABBASTANZA SEMPLICE. SEBBENE L'AMORE POSSA ESSERE COMUNICATO IN SVARIATI MODI, SPESSE SONO LE NOSTRE PAROLE A RIFLETTERE LA CONDIZIONE DEL NOSTRO CUORE.

DECIDI CHE NEL CORSO DELLA PROSSIMA GIORNATA NON DIRAI ASSOLUTAMENTE NULLA DI NEGATIVO ALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO. SE SARAI TENTATO DI FARLO, DECIDI DI NON DIRE NIENTE DEL TUTTO. È MEGLIO TRATTENERE LA LINGUA CHE DIRE QUALCOSA DI CUI TI PENTIRAI.

— Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

È successo qualcosa oggi che ti ha fatto adirare con la persona che hai sposato? Hai avuto la tentazione di nutrire pensieri di disapprovazione e di verbalizzarli?

1.09.2013. Io non ho se e questo punto
denza, ma ci provo.
Oggi ti ho visto dopo parecchi
giorni. Sei salita su casa per i
documenti riguardanti la nuova
residenza delle limbe.
Non cedendo di risarcia, mi ha
fatto molto piacere vederti,
superare il tuo profumo gradevole
di nascosto mentre compilavi i moduli.

Sono riuscito a pazienza
quando mi hai chiesto di non
levare i panni della piccola
quando sono con me.

Mi dispiace quando nel
ricordarmi la data di nascita di
Noemi ti ho risposto: "So so
c'ero". ARGH!

Volevo dire, anzi mio, ricordo,
uno dei molti bei ricordi. La
nostra della nostra prima piccola
il primo dono del Signore!
Ricordo come la concepimmo!

Ma ora è tutto tacere.
Buona notte tenero.
Dio metti angeli a custodirla!
per il sangue di Gesù, perdonami.

Giorno 2

L'amore è benevolo

*"Siate invece benevoli e misericordiosi gli uni verso gli altri,
perdonandovi a vicenda come anche Dio vi ha perdonati in Cristo"*
(Efesini 4:32).

La benevolenza è amore in azione. Se la pazienza è il modo in cui l'amore *reagisce* al fine di minimizzare una circostanza negativa, la benevolenza è il modo in cui l'amore *agisce* per massimizzare una circostanza positiva. La pazienza evita un problema; la benevolenza crea una benedizione. L'una previene, l'altra agisce. Queste due facce dell'amore sono pietre angolari su cui molti degli altri attributi di cui discuteremo, si fondano.

L'amore ti rende gentile. E la gentilezza ti rende attraente. Quando sei gentile, gli altri vogliono starti vicino. Vedono che sei buono con loro e buono per loro.

La Bibbia afferma al riguardo: *"Bontà e verità non ti abbandonino; legatele al collo, scrivile sulla tavola del tuo cuore; troverai così grazia e buon senso agli occhi di Dio e degli uomini"* (Proverbi 3:3-4). La gente benevola trova favore dovunque vada. Ma la "benevolenza" può sembrare qualcosa di generico se tenti di definirla, e tanto meno di viverla. Scindiamo quindi la benevolenza nei suoi quattro ingredienti di base.

- *Gentilezza.* Quando agisci in base alla benevolenza fai attenzione al modo in cui tratti la persona che hai sposato e cerchi di non mostrarti mai inutilmente aspro. Sii sensibile. Tenero. Anche se c'è bisogno di dire qualcosa di duro, fai l'impossibile per rendere il rimprovero o la contestazione il più possibile leggeri a chi ascolta. Dirai la verità con amore.

- *Disponibilità.* Essere benevoli significa andare incontro ai bisogni del momento. Se si tratta di incombenze domestiche, datti da fare. Un orecchio attento? Concedilo. La benevolenza orna la moglie dell'abilità di servire il marito senza preoccuparsi dei propri diritti. La benevolenza rende un marito curioso di scoprire quali sono i bisogni della moglie e lo motiva a essere lui quello che si fa avanti e fa in modo che quei bisogni vengano soddisfatti; anche se per fare questo deve trascurare momentaneamente i suoi.

"Che ogni uomo sia pronto ad ascoltare, lento a parlare, lento all'ira"
(Giacomo 1:19)

Compiacenza. La benevolenza ti sprona a essere consenziente. Invece di mostrarti ostinato, riluttante o testardo, cooperi e ti mantieni flessibile. Piuttosto che lamentarti o trovare scuse, scopri ragioni per cui val la pena giungere ad un compromesso e venire incontro all'altro. Un marito benevolo pone fine ad una caterva di potenziali discussioni mostrandosi disposto ad ascoltare piuttosto che a esigere che le cose siano fatte a modo suo.

Iniziativa. La benevolenza guarda avanti e poi compie il primo passo. Non se ne sta seduta in attesa dello stimolo o della coercizione a balzar su dal divano. Il coniuge benevolo è quello che saluta per primo, sorride per primo, serve per primo e perdona per primo. Non ha bisogno che l'altro sia pronto prima di mostrare amore. Quando agisci sulla spinta della benevolenza vedi il bisogno e poi fai la tua mossa. Per primo.

Gesù descrisse in modo creativo la benevolenza dell'amore nella parabola del buon samaritano, riportata nella Bibbia al capitolo 10 del Vangelo di Luca. Un ebreo assalito dai rapinatori viene lasciato moribondo sul margine di una strada remota. Due capi religiosi, rispettati dal popolo, gli passano accanto senza fermarsi. Forse troppo occupati. Forse troppo importanti. Forse troppo orgogliosi delle proprie mani pulite. Ma un uomo qualunque di un'altra etnia – gli odiati samaritani, il cui disprezzo per gli ebrei era amaro e reciproco al contempo – vede questo straniero bisognoso ed è mosso a compassione. Travalica ogni limite culturale e pur rischiando lo scherno si ferma per aiutare quell'uomo. Gli fascia le ferite e lo carica sul suo asino per portarlo al sicuro e paga tutte le spese mediche di tasca propria.

Là dove anni di razzismo avevano provocato litigi e divisioni, un singolo atto di benevolenza mise d'accordo due nemici. Gentilmente. Altruisticamente. Con piena disponibilità. Prendendo l'iniziativa quell'uomo dimostrò autentica benevolenza sotto ogni aspetto.

Non fu la benevolenza uno degli elementi chiave ad attrarre te e la persona che hai sposato? Quando vi sposaste non ti aspettavi di godere quella benevolenza per il resto della tua vita? E l'altra persona non provava lo stesso nei tuoi confronti? Sebbene gli anni possano smussare i margini di quel desiderio, la tua felicità coniugale è ancora legata al livello quotidiano di benevolenza che la relazione è in grado di esprimere.

La Bibbia parla di una donna onorata dal marito e dai figli. Tra i suoi nobili attributi c'è questo: *“Apri la bocca con saggezza, e ha*

sulla lingua insegnamenti di bontà” (Proverbi 31:26). Che dire di te? Come verresti descritto dalla persona che hai sposato secondo il metro della bontà? Quanto sei duro? Quanto sei gentile e disponibile? Aspetti che ti si chiedano le cose o prendi l'iniziativa per aiutare? Non aspettare che sia la persona che hai sposato a mostrarsi benevola per prima.

È difficile mostrare amore quando le motivazioni sono scarse o assenti. Piuttosto, l'amore decide di agire in modo premuroso anche quando apparentemente non otterrà nulla in cambio. Non imparerai mai ad amare finché non avrai imparato a mostrare benevolenza.

LA SFIDA DI OGGI

OGGI, OLTRE A NON DIRE NULLA DI NEGATIVO ALLA TUA SPOSA, COMPI NEI SUOI CONFRONTI ALMENO UN ATTO DI GENTILEZZA CHE LEI NON SI ASPETTA.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quali scoperte hai fatto oggi riguardo all'amore? Che cosa hai compiuto di specifico nell'ambito di questa sfida? In che modo ti sei mostrato benevolo?

L'amore non è egoista

“Quanto all'amore fraterno, siate pieni di affetto gli uni per gli altri. Quanto all'onore, fate a gara nel rendervelo reciprocamente” (Romani 12:10).

Viviamo in un mondo innamorato dell'“io”. La cultura che ci circonda ci insegna a concentrarci sull'apparenza, sulle sensazioni e sui desideri personali come massime priorità. L'obiettivo pare essere il massimo livello di felicità possibile. Il pericolo di un tale modo di ragionare, tuttavia, diviene dolorosamente evidente una volta che si è all'interno di una relazione coniugale.

Se c'è mai stata una parola che fundamentalmente significhi l'opposto dell'amore è *egoismo*. Purtroppo si tratta di qualcosa di radicato in ogni persona sin dalla nascita. Lo vedi nel modo in cui agisce un bambino e spesso nel modo in cui gli adulti si maltrattano a vicenda. Quasi ogni azione peccaminosa mai commessa può essere ricondotta ad una motivazione egoistica. È una caratteristica che odiamo negli altri, ma che giustifichiamo in noi stessi. Eppure non puoi puntare il dito contro i molti egoismi della persona che hai sposato senza ammettere che anche tu sai essere egoista. Sarebbe ipocrita.

Perché abbiamo parametri così bassi per noi stessi, ma aspettative molto elevate nei confronti della persona che abbiamo sposato? La risposta è un'amara pillola da buttar giù. *Siamo tutti egoisti.*

Quando un marito antepone i suoi propri interessi, desideri e priorità alla moglie, è un segno di egoismo.

Quando una moglie non fa che lamentarsi del tempo e delle energie che profonde per soddisfare i bisogni del marito, è un segno di egoismo.

Ma l'amore *“non cerca il proprio interesse”* (1 Corinzi 13:5). Le coppie che si amano – quelle che godono pienamente lo scopo del matrimonio – si impegnano a prendersi cura dell'altro umano fallibile con cui trascorreranno la vita. Questo accade perché il vero amore cerca modi per dire “sì”.

Un aspetto ironico dell'egoismo è che persino le azioni generose possono rivelarsi egoiste se la motivazione è quella di poter avere il diritto di vantarsi o di ricevere una ricompensa. Anche se fai una cosa buona per manipolare ingannevolmente la persona che hai

*“Ciò che rende caro l'uomo è la bontà”
(Proverbi 19:22).*

L'amore pensa all'altro

"Oh, quanto mi sono preziosi i tuoi pensieri, o Dio! Quant'è grande il loro insieme! Se li voglio contare, sono più numerosi della sabbia" (Salmo 139:17-18).

L'amore pensa. Non è un sentimento incurante che viaggia sull'onda delle emozioni e dorme mentalmente. È indaffarato a pensare, consapevole che il pensiero dell'amore precede i gesti d'amore.

Quando ti innamorasti ti veniva naturale pensare all'altro. Trascorrevi ore a sognare l'aspetto della persona amata, a chiederti che cosa stesse facendo o a goderti i dolci ricordi dei momenti passati insieme. Confessavi sinceramente: "Non riesco a smettere di pensare a te".

Ma per la maggior parte delle coppie le cose cominciano a cambiare dopo il matrimonio. La moglie ha finalmente il suo uomo e il marito ha il suo trofeo. La caccia è conclusa, l'inseguimento finito. Scintille di romanticismo ardono pigramente nei carboni inceneriti e le motivazioni per darsi pensiero dell'altro si raffreddano. Cominci lentamente a concentrarti sul lavoro, sugli amici, sui problemi, sui tuoi desideri personali, su te stesso. Dopo un po' comincerai inconsapevolmente a ignorare i bisogni della persona che hai sposato.

Ma il fatto che il matrimonio ha aggiunto un'altra persona al tuo universo non cambia. Perciò, se il tuo pensiero non matura al punto di includere costantemente quella persona, ti ritroverai sorpreso piuttosto che premuroso.

"Oggi è il tuo compleanno?"

"Perché non mi hai interpellato riguardo a quella decisione?"

"Non pensi mai a nessun altro a parte te stesso?"

Se non impari a pensare all'altro e a essere premuroso, finirai per rimpiangere le opportunità perdute di esprimere il tuo amore. La trascuratezza è un nemico silenzioso di una relazione amorevole.

Siamo onesti. Gli uomini combattono con i ragionamenti più delle donne. Un uomo può concentrarsi come un laser su una cosa e dimenticare il resto del mondo. Sebbene questo possa beneficiarlo in quel campo, può anche indurlo a trascurare altre cose che necessiterebbero della sua attenzione.

Una donna, d'altro canto, riesce a sostenere più livelli di ragionamento ed è in grado di mantenere una sorprendente consapevolezza

"Infatti dove c'è invidia e contesa, c'è disordine"
(Giacomo 3:16).

di più fattori contemporaneamente. Può parlare al telefono, cucinare, essere cosciente della dislocazione dei figli in casa e chiedersi come mai il marito non la aiuti... tutto simultaneamente. In aggiunta a questo, una donna pensa anche con un'ottica relazionale. Quando lavora a qualcosa è cosciente di tutte le persone in qualche modo coinvolte.

Entrambe le tendenze sono un esempio di come Dio abbia concepito la donna affinché completasse il suo uomo. Come Dio disse alla creazione: *"Non è bene che l'uomo sia solo; io gli farò un aiuto che sia adatto a lui"* (Genesi 2:18). Ma tali differenze possono anche dar adito a incomprensioni.

Gli uomini, per esempio, hanno la tendenza a pensare per certezze e dicono esattamente ciò che pensano. Non ci vuole molto per comprendere il messaggio. Sono parole circostanziate che non necessitano di ulteriori analisi. Invece le donne pensano e si esprimono tra le righe. Tendono ad accennare. Un uomo solitamente deve prestare attenzione a ciò che vi è implicato per cogliere il senso completo di ciò che gli viene detto.

Se una coppia non è consapevole di questa dinamica c'è il rischio che si creino continui fraintendimenti. Lui è frustrato e si chiede come mai lei parli per enigmi invece di dire semplicemente quello che pensa. Lei è frustrata e si chiede come mai lui sia così insensibile da non fare semplicemente uno più uno e capire la situazione.

Una donna desidera profondamente che il marito pensi a lei. È una chiave che contribuisce a farla sentire amata. Quando lei parla, un marito saggio la ascolta come un investigatore per scoprire i bisogni non verbalizzati e i desideri impliciti nelle sue parole. Se, tuttavia, lei deve sempre mettere tutti in pezzi assieme per lui, lo priva dell'opportunità di dimostrarle che l'ama.

Questo spiega anche perché capita che le donne litighino con il marito senza spiegare loro perché. Nella sua mente la moglie pensa: *"È inutile stare a spiegarglielo. Dovrebbe capire da sé come stanno le cose"*. Allo stesso tempo lui è afflitto perché non può mica leggerle nel pensiero e non capisce perché debba pagare per una colpa che non sa di aver commesso.

L'amore esige attenzioni – da entrambe le parti – del genere che costruisce ponti attraverso la combinazione costruttiva di pazienza, benevolenza e altruismo. L'amore ti insegna a incontrarti a metà strada, a rispettare e apprezzare il modo unico di pensare della persona che hai sposato.

Un marito dovrebbe saper ascoltare la moglie e imparare a discernere il messaggio celato tra le righe. Una moglie dovrebbe

imparare a comunicare schiettamente e a non dire una cosa intendendone un'altra.

Ma troppo spesso, invece, ti adiri e ti ritrovi frustrato perché segui il modello distruttivo di *"prendi la mira e spara"*. Parli duramente sul momento e in seguito ti chiedi se avresti dovuto esprimerti in quel modo. Ma la natura premurosa, pensierosa dell'amore ti insegna a usare la mente prima di far lavorare le labbra. L'amore pensa prima di parlare. Filtra le parole attraverso una griglia di verità e di benevolenza.

Quand'è stata l'ultima volta in cui ti sei preso qualche minuto per pensare a come potresti meglio comprendere la persona che hai sposato e dimostrarle amore? Quale bisogno immediato potresti soddisfare? Qual è il prossimo evento – anniversario, compleanno, festa – per cui potresti prepararti? I grandi matrimoni procedono da grandi ragionamenti.

LA SFIDA DI OGGI

NEL CORSO DELLA GIORNATA CONTATTA LA PERSONA CHE HAI SPOSATO, SENZA ALTRO FINE CHE NON SIA CHIEDERLE COME VA E SE C'È QUALCOSA CHE TU POSSA FARE PER LEI.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa hai appreso riguardo a te o alla persona che hai sposato facendo questo oggi? In che modo potrebbe trasformarsi in un aspetto più naturale, consuetudinario e genuinamente utile del tuo stile di vita?

L'amore non è sgarbato

"Chi benedice il prossimo ad alta voce, di buon mattino, sarà considerato come se lo maledicesse"
(Proverbi 27:14).

Niente irrita così prontamente come la sgarbatezza. Sgarbatezza è dire o fare senza che ve ne sia il motivo, cose spiacevoli per la persona che si ha accanto. Si è sgarbati quando si agisce in modo importuno, imbarazzante o irritante. Nel matrimonio potrebbe trattarsi dell'alito cattivo, ma anche di maleducazione a tavola e della tendenza a fare battute sarcastiche. In qualunque modo consideri la cosa, nessuno prova piacere a ritrovarsi intorno una persona sgarbata. Il comportamento sgarbato può apparire insignificante per la persona che ne è protagonista, ma è disdicevole per coloro che si ritrovano a sopportarlo.

Come sempre, l'amore ha qualcosa a che fare con questo. Quando un uomo è spinto dall'amore si comporta intenzionalmente in un modo che renda più piacevole alla moglie stargli accanto. E se lei desidera amarlo, eviterà di proposito di fare cose che lo frustrino o gli creino disagio.

In definitiva, l'amore genuino bada al comportamento.

Abbracciare questo concetto potrebbe dare aria nuova al tuo matrimonio. Le buone maniere comunicano alla persona che hai sposato: "Ti apprezzo al punto di esercitare un certo autocontrollo. Voglio essere una persona che faccia piacere avere attorno".

Quando permetti all'amore di cambiare il tuo comportamento – anche negli aspetti più sottili – ristabilisci un'atmosfera d'onore alla tua relazione. Le persone che praticano una buona etichetta tendono ad alzare il livello di rispetto dell'ambiente che le circonda.

L'etichetta che segui in casa è in gran parte diversa da quella che segui con gli amici o anche con gli estranei. In casa puoi sbraitare o fare il broncio, ma se suona il campanello all'ingresso vai ad aprire sorridente e gentile. Ma se osi amare darai il meglio che hai anche a chi ti è vicino. Se non permetti all'amore di motivarti a operare i dovuti cambiamenti nel tuo comportamento, la qualità della tua relazione coniugale ne risentirà.

Le donne tendono per certi aspetti a comportarsi molto meglio degli uomini, ma sanno essere sgarbate in altri modi. Il re Salomone affermò: "Meglio abitare sul canto di un tetto, che in una gran

"Io ringrazio il mio Dio di tutto il ricordo che ho di voi"
(Filippesi 1:3).

L'amore non è irascibile

*“Chi è lento all'ira vale più del prode guerriero;
chi ha autocontrollo vale più di chi espugna città”*
(Proverbi 16:32).

L'amore non si lascia offendere facilmente ed è pronto a perdonare. Con quanta facilità ti irriti e ti offendi? Alcune persone hanno il motto: “Mai perdere un'occasione di litigare con la persona che hai sposato”. Quando qualcosa va storto ne approfittano subito esprimendo quanto sono ferite o frustrate. Ma è una reazione opposta a quella dell'amore.

Essere *irascibili* significa “essere vicini alla punta d'un coltello”. Non lungi dall'essere colpiti. Le persone irascibili sono chiuse, prevenute e pronte a reagire in maniera eccessiva.

Quand'è sotto pressione, l'amore non si inasprisce. Problemi di poco conto non suscitano reazioni eccessive. La verità è che l'amore non sfocia nell'ira a meno che non ci siano ragioni giuste e legittime agli occhi di Dio. Un marito affettuoso resterà calmo e paziente, mostrerà misericordia e reprimerà la propria collera. Furia e violenza sono fuori questione. Una moglie affettuosa non è ipersensibile o nervosa, ma esercita un autocontrollo emotivo. Sceglie di essere un fiore tra le spine e reagisce con grazia alle situazioni difficili.

Se vivi sotto l'influsso dell'amore sarai una gioia, non un fascio di nervi. Chiediti: “Sono una brezza calmante o una tempesta in attesa di scoppiare?”

Perché le persone diventano irascibili? Sono almeno due le ragioni chiave che contribuiscono all'insorgere dell'ira:

Lo stress. Lo stress ti opprime, prosciuga le tue energie, mina la tua salute e ti rende tendenzialmente nervoso. Può essere provocato da cause *relazionali*: litigi, divisione e amarezza. Ci sono cause legate all'*eccesso*: eccesso di lavoro, eccesso di attività e eccesso di spese. Ci sono poi le *insufficienze*: riposo insufficiente, cibo insufficiente o esercizio fisico insufficiente. Spesso siamo noi stessi a procurarcelo e questo ci predispone all'irascibilità.

La vita è una maratona, non una volata. Questo significa che devi equilibrare, stabilire delle priorità e trovare il tuo ritmo. Troppo spesso gettiamo al vento la prudenza e ci lanciamo in avanti a

“Le parole della bocca del saggio sono piene di grazia”
(Ecclesiaste 10:12).

pieno regime, facendo ciò che ci pare giusto al momento. Ma ben presto annaspiano in cerca d'aria, veniamo sopraffatti dalle difficoltà e siamo pronti a scattare. La pressione crescente può logorare la nostra pazienza e la nostra relazione.

La Bibbia può aiutarci a evitare lo stress malsano.

Ti insegna a lasciare che sia l'amore a guidare le tue relazioni, in modo da non restare invischiato in sterili discussioni (Colossesi 3:12-14). Ti insegna a pregare per ciò che ti angustia invece di affrontare le difficoltà da solo (Filippesi 4:6-7). Ti insegna a delegare quando sei sovraccarico di lavoro (Esodo 18:17-23). Ti esorta a evitare gli eccessi alimentari (Proverbi 25:16).

Ti esorta anche a prenderti un giorno di vacanza ogni settimana, un "sabbath" da dedicare all'adorazione e al riposo. Questo giorno ti accorda strategicamente il tempo di ricaricarti, di ritrovare la concentrazione e di concederti un attimo o un margine di tregua dagli impegni lavorativi. Ritagliandoti questo genere di spazi provvederai dei cuscineti tra te e le pressioni intorno a te, riducendo lo stress che ti rende nervoso nei rapporti con la persona che hai sposato. Ma c'è un'altra ragione più profonda alla base dell'irascibilità.

L'egoismo. Quando sei irascibile il cuore del problema è principalmente un problema di cuore. Gesù disse: "Dall'abbondanza del cuore la bocca parla" (Matteo 12:34). Alcune persone sono come limoni: quando la vita le sprema riversano fuori una reazione aspra. Altre sono più simili a pesche: anche quando sono sottoposte a pressioni reagiscono in modo dolce.

L'irritabilità indica la presenza di un'area nascosta di egoismo o di insicurezza dove dovrebbe invece regnare l'amore. Ma l'egoismo indossa anche molte altre maschere.

La *lussuria*, per esempio, è la conseguenza dell'ingratitude verso ciò che hai e ti porta a scegliere di concupire o di ardere di passione per qualcosa di proibito. Quando il cuore è lussurioso è più suscettibile alla frustrazione e all'ira (Giacomo 4:1-3).

L'*amarezza* mette radici quando reagisci con un atteggiamento di giudizio e ti rifiuti di elaborare la tua collera. L'ira irrisolta di una persona amareggiata trapela quando la persona viene provocata (Efesini 4:31).

L'*avidità*, il desiderio di possedere sempre di più, ti frustrerà colmandoti di brame insoddisfatte (1 Timoteo 6:9-10). Queste brame, unite all'insoddisfazione, ti spingeranno a scagliarti contro chiunque si metta in mezzo.

L'*orgoglio* ti induce ad agire sgarbatamente allo scopo di proteggere il tuo ego e la tua reputazione.

Queste motivazioni non potranno mai essere soddisfatte. Ma quando l'amore entra nel tuo cuore, ti calma e ti ispira a smetterla di concentrarti su te stesso. Allenta la tua presa e ti aiuta a rinunciare a ciò che non è necessario.

L'amore ti spingerà a perdonare invece di portare rancore. Ad essere grato anziché avido. Ad essere appagato con quello che hai invece di accumulare debiti. L'amore ti incoraggia a essere felice per i successi di qualcun altro invece di passare notti in bianco per l'invidia. L'amore ti invita a "spartire l'eredità", piuttosto che "litigare con i parenti". Ti ricorda di dare la priorità ai tuoi familiari invece di sacrificarli per una promozione sul lavoro. In ogni decisione, l'amore in definitiva attenua lo stress e ti aiuta a liberarti dall'acredine che può svilupparsi dentro di te. Poi predispone il tuo cuore a reagire nei confronti della persona che hai sposato con pazienza e incoraggiamento invece che con collera ed esasperazione.

LA SFIDA DI OGGI

SCEGLI OGGI DI REAGIRE ALLE CIRCOSTANZE DIFFICILI CHE SI PRESENTANO NEL TUO MATRIMONIO IN MODO AMOREVOLE INVECE CHE CON IRRITAZIONE. INIZIA STILANDO UN ELENCO DELLE AREE IN CUI HAI BISOGNO DI CONCEDERTI UN ATTIMO DI TREGUA DAGLI IMPEGNI. POI ELENCA LE MOTIVAZIONI SBAGLIATE CHE HAI BISOGNO DI ELIMINARE DALLA TUA VITA.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

In quali aree della tua vita hai bisogno di concederti un attimo di tregua? Quando è stata l'ultima volta che hai reagito in modo eccessivo? Qual era la vera motivazione alla base di quella reazione? Che decisioni hai preso oggi?

L'amore crede il meglio

"L'amore... crede ogni cosa, spera ogni cosa" (1 Corinzi 13:7).

Negli anfratti intimi e privati del tuo cuore c'è una stanza. Si chiama "stanza dell'apprezzamento". È lì che vanno i tuoi pensieri quando si imbattono in aspetti positivi e incoraggianti della persona che hai sposato. E di tanto in tanto ti fa piacere ritornare in quel luogo speciale.

Sulle pareti di quella stanza ci sono scritte parole e frasi gentili che descrivono le caratteristiche positive della persona che hai sposato. Troverai parole come "onesto" e "intelligente" o espressioni come "lavoratore diligente", "cuoca sopraffina" o "occhi stupendi". Sono cose che hai scoperto nell'altro e che si sono incastonate nei tuoi ricordi. Quando pensi a quelle cose, il tuo apprezzamento nei confronti della persona che hai sposato inizia a crescere. In effetti, più tempo passi a riflettere su quelle caratteristiche positive, più sei riconoscente per la persona che ti è accanto.

La maggior parte delle cose che leggi nella "stanza dell'apprezzamento" sono state probabilmente scritte negli stadi iniziali della relazione. Potresti riassumerle come cose che ti piacevano e che rispettavai nella persona da te amata. Erano vere, onorevoli e buone. E tu trascorrevi una gran quantità di tempo a soffermarti su di esse in quella stanza... prima di sposarti. Ma in seguito potresti esserti reso conto che le tue capatine in quella stanza speciale si sono fatte meno frequenti. È successo perché vicino a quella c'è un'altra stanza che richiama la tua attenzione.

In fondo a un corridoio più buio del tuo cuore c'è la "stanza del deprezzamento" e purtroppo vai a visitare anche quella.

Sulle sue pareti ci sono scritte le cose che ti infastidiscono e ti irritano nella persona che hai sposato. Sono cose che hai messo lì spinto dalla frustrazione, dai sentimenti feriti e dalle aspettative deluse.

Le pareti di questa stanza sono rivestite delle debolezze e dei fallimenti della persona che hai sposato. Le sue cattive abitudini, le parole offensive e le decisioni sbagliate sono scritte a lettere cubitali che coprono interamente le pareti. Se indugi in questa stanza abbastanza a lungo ti deprimi e cominci a esprimere cose come: "Mia moglie è così egoista", o: "Mio marito sa essere talmente stupido". O anche: "Penso di aver sposato la persona sbagliata".

*"Mi esercito ad avere sempre una coscienza pura davanti a Dio
e davanti agli uomini"
(Atti 24:16).*

Alcune persone scrivono cose estremamente odiose in questa stanza, dove espressioni di rimprovero vengono provate in vista del prossimo litigio. Le ferite emotive suppurano qui, aggiungendo altre aspre osservazioni alle pareti. È qui che si conservano le munizioni per la prossima grossa litigata ed è sempre qui che si permette all'amarezza di diffondersi come una malattia. Qui la gente si disamora.

Ma sappi questo. Il tempo trascorso nella "stanza del deprezzamento" uccide i matrimoni. In questa stanza si tramano divorzi e vengono concepiti piani violenti. Più tempo trascorri in questa stanza, più il tuo cuore svaluta la persona che hai sposato. Inizia nel momento in cui ne valichi la soglia e il tuo interesse per l'altra persona diminuisce ad ogni secondo che passa.

Potresti ribattere: "Ma si tratta di cose vere!" Sì, ma sono vere anche le cose nella "stanza dell'apprezzamento". Tutti sbagliano e hanno aree in cui hanno bisogno di crescere. Tutti hanno problemi irrisolti, ferite e fardelli personali. È un aspetto triste degli esseri umani. Abbiamo peccato tutti. Ma abbiamo questa infelice tendenza a minimizzare le nostre caratteristiche negative e a mettere invece sotto la lente d'ingrandimento i difetti della persona che ci sta accanto.

Occupiamoci adesso del vero problema. L'amore è consapevole della "stanza del deprezzamento" e non vive negandone l'esistenza.

Ma l'amore sceglie di non vivere lì.

Devi decidere di smettere di precipitarti in quella stanza e indugiare lì dopo ogni evento frustrante verificatosi nella tua relazione. Non ti fa bene e sottrae gioia al tuo matrimonio.

L'amore sceglie di credere il meglio riguardo alle persone. Offre agli altri il beneficio del dubbio. Rifiuta di riempire gli spazi vuoti con assunti negativi. E quando i nostri peggiori timori si dimostrano veri, l'amore compie ogni sforzo per affrontare la situazione e andare avanti. Per quanto è possibile, l'amore si concentra sul positivo.

È il momento di iniziare a pensare in modo differente. L'unico motivo per cui dovresti gettare un'occhiata oltre la soglia della "stanza del deprezzamento" è quello di sapere come pregare per la persona che hai sposato. E la sola ragione per cui dovresti mai mettere piede in quella stanza è quella di scrivere: "Coperto dall'amore" in lettere cubitali lungo le pareti.

È ora di spostarsi nella "stanza dell'apprezzamento" e di stabilirvisi. Scegliendo di riflettere sulle cose positive, ti renderai conto di avere sempre più caratteristiche meravigliose da scrivere sulle sue pareti. La persona che hai sposato è un libro da leggere

che vive, respira e non ha mai fine. Sogni e speranze devono ancora realizzarsi. Talenti e abilità verranno scoperti come tesori nascosti. Ma la scelta di partire alla loro esplorazione dipende da una tua decisione.

Devi sviluppare l'abitudine di tenere a freno i pensieri negativi e concentrarti sugli attributi positivi della persona che hai accanto. È un passo fondamentale nell'imparare a guidare il tuo cuore ad amare autenticamente la persona che hai sposato. È una decisione che prendi, che l'altra persona lo meriti o no.

LA SFIDA DI OGGI

PER LA SFIDA DI OGGI PROCURATI DUE FOGLI DI CARTA. PRENDITI QUALCHE MINUTO PER SCRIVERE SUL PRIMO COSE POSITIVE CONCERNENTI LA PERSONA CHE HAI SPOSATO. POI FAI LO STESSO CON LE COSE NEGATIVE SUL SECONDO FOGLIO. PONI ENTRAMBI I FOGLI IN UN POSTO SEGRETO PER UN GIORNO. OGNUNO DI ESSI HA UNO SCOPO E UN PIANO DIFFERENTI. A UN CERTO PUNTO DURANTE IL RESTO DELLA GIORNATA PRENDI UNA CARATTERISTICA POSITIVA INSERITA NELLA PRIMA LISTA E RINGRAZIA LA PERSONA CHE HAI SPOSATO PERCHÉ POSSIEDE QUELLA CARATTERISTICA.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quale elenco è stato più facile da compilare? Che cosa rivela questo riguardo ai tuoi pensieri? Qual è la caratteristica per cui hai ringraziato la persona che hai sposato?

L'amore non è geloso

"L'amore è forte come la morte, la gelosia è dura come il soggiorno dei morti. I suoi ardori sono ardori di fuoco, fiamma potente" (Cantico dei Cantici 8:6).

La gelosia è uno dei più forti impulsi conosciuti dall'uomo. Il termine deriva dalla radice *zelo* e significa "bruciare con fuoco intenso". La Bibbia afferma in modo incisivo: *"L'ira è crudele e la collera impetuosa; ma chi può resistere alla gelosia?"* (Proverbi 27:4).

Ci sono in realtà due forme di gelosia: una gelosia *legittima* basata sull'amore e una gelosia *illegittima* basata sull'invidia. La gelosia legittima scatta quando qualcuno che ami, qualcuno che appartiene a te, distoglie il proprio cuore da te e ti rimpiazza con qualcun altro. Se una moglie ha un amante e si dà a quell'altra persona, suo marito può giustamente incollerirsi spinto da gelosia giustificata perché l'ama. Desidera riavere ciò che è legittimamente suo.

La Bibbia attribuisce a Dio questo genere di gelosia legittima nei confronti del suo popolo. Non è invidioso di noi, non desidera ciò che noi abbiamo, poiché del resto a lui appartiene tutto. Ma desidera profondamente noi, vuole restare il nostro primo amore. Non vuole che qualcos'altro prenda il suo posto nel nostro cuore. La Bibbia ci esorta a non adorare altri che lui *"poiché il Signore, il tuo Dio, è un fuoco che divora, un Dio geloso"* (Deuteronomio 4:24).

Stabilito questo, spostiamo la nostra attenzione sul tipo di gelosia illegittimo che è opposto all'amore: quello radicato nell'egoismo. Si tratta della gelosia di qualcuno, dell'essere "mossi da invidia".

Hai problemi con questo tipo di gelosia? Una tua amica ha più successo e perciò provi odio nei suoi confronti. Un tuo collega di lavoro ottiene una promozione e questo non ti fa dormire la notte. Magari non ha fatto nulla di sbagliato, ma il suo successo ti rende amareggiato. Si dice che gli altri non abbiano nulla in contrario con il tuo successo finché non supera il loro.

La gelosia è un problema comune. Scatta quando qualcuno ti mette in ombra e ottiene qualcosa che tu vorresti. Può essere davvero doloroso, ma dipende dal tuo livello di egoismo. Invece di congratularti con quella persona vai in collera e pensi il peggio di lei. E se non fai attenzione, la gelosia striscia come una vipera dentro il

"Tutte le cose di buona fama, quelle in cui è qualche virtù e qualche lode, siano oggetto dei vostri pensieri"
(Filippesi 4:8).

tuo cuore e prende di mira le tue motivazioni e le tue relazioni. Può avvelenarti e impedirti di vivere la vita d'amore che Dio intendeva che vivessi.

Se non attenui la tua collera imparando ad amare gli altri, potresti finire a tramare contro di loro.

La Bibbia afferma che l'invidia porta alle contese, alle discussioni e a ogni cattiva azione (Giacomo 3:16 e 4:1-2).

Tutta la narrazione biblica è percorsa da una catena di violenta gelosia. Fu questa a causare il primo omicidio, quando Caino dispregiò l'accettazione da parte di Dio dell'offerta di suo fratello. Sarah scacciò la sua serva perché Agar poteva avere figli e lei no. I fratelli di Giuseppe, resosi conto che lui era il favorito del padre, lo gettarono in un pozzo e lo vendettero come schiavo. Gesù era più amorevole, potente e popolare dei capi sacerdoti e perciò suscitò la loro invidia ed essi tramarono il suo tradimento e la sua crocifissione.

Di solito non si prova invidia per estranei con cui non si ha nulla a che fare. La tentazione di provare invidia sorge principalmente nei confronti di coloro con cui sei solitamente in contatto. Lavorano nel tuo stesso ufficio, giocano nel tuo campionato, frequentano i tuoi ambienti... o vivono in casa tua. Sì, se non stai attento, la gelosia può influenzare anche il tuo matrimonio.

Quando ti sei sposato ti è stato conferito il ruolo di maggior tifoso dell'altro, oltre che di capitano del suo fan club. Siete diventati uno per godere l'uno dell'altro. Ma se ad avere la meglio è l'egoismo, quando succede qualcosa di bello a uno solo di voi due, c'è il rischio di suscitare invidia anziché congratulazioni.

L'uomo può dedicarsi al golf nel fine settimana mentre la donna sta a casa a fare le faccende domestiche. Lui si vanta con lei del punteggio ottenuto e lei vorrebbe dargliele di santa ragione.

O magari lei viene continuamente invitata fuori dalle amiche mentre lui sta a casa con il cane. Se lui non fa attenzione, potrebbe risentirsi della popolarità della moglie.

Poiché l'amore non è egoista e pone gli altri al primo posto, nega l'accesso alla gelosia. Ti induce a festeggiare i successi della persona che hai sposato invece di risentirtene. A un marito amorevole non fa nulla se la moglie è più capace di lui in qualche cosa, se si diverte di più o se ottiene più applausi. Considera tutto questo come un completamento, non come una competizione.

Quando è lui a ricevere qualche lode, la ringrazia pubblicamente per aver collaborato al suo successo. Si rifiuta di vantarsi in modo tale da suscitare il risentimento della moglie. Una moglie amorevole sarà la prima ad applaudire il suo uomo quando vince. Non confronta

le proprie debolezze con i suoi punti di forza. Lancia un festeggiamento, non una seduta di flagellazione.

È ora che l'amore, l'umiltà e la gratitudine distruggano ogni gelosia che affiora nel tuo cuore. È ora di lasciare che i successi della persona che hai sposato vi avvicinino ulteriormente e ti offrano maggiori occasioni di mostrare amore genuino.

LA SFIDA DI OGGI

DECIDI DI DIVENTARE IL PIÙ GRANDE FAN DELLA PERSONA CHE HAI SPOSATO E DI RESPINGERE OGNI PENSIERO DI GELOSIA. PER AIUTARTI A BEN DISPORRE IL TUO CUORE NEI CONFRONTI DELL'ALTRO E CONCENTRARTI SUI SUOI SUCCESSI, TIRA FUORI LA LISTA DELLE CARATTERISTICHE NEGATIVE CHE HAI COMPILATO IERI E DALLE DISCRETAMENTE FUOCO. POI DÌ ALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO QUANTO TI RENDE FELICE IL SUCCESSO DI CUI HA GODUTO DI RECENTE.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quanto è stato difficile distruggere l'elenco? Ricorda alcune esperienze positive che val la pena festeggiare nella vita della persona che hai sposato. Come puoi incoraggiarla in vista di successi futuri?

L'amore lascia impressioni positive

"Salutatevi gli uni gli altri con un bacio d'amore" (1 Pietro 5:14).

Hai compiuto progressi importanti fino a questo punto del percorso. Imparare a dimostrare aspetti dell'amore come la pazienza, la benevolenza e l'incoraggiamento non è sempre facile, ma è fondamentale ai fini di una relazione sana. Perciò occuparsi del modo in cui ogni giorno saluti la persona che hai sposato potrebbe sembrarti irrilevante, ma è una piccola questione che racchiude significati sorprendenti.

Si può dedurre tanto dello stato di una relazione di coppia dal modo in cui i due si salutano. Lo vedi nella loro espressione e nel loro contegno e anche nel modo in cui si parlano l'un l'altro. Appare ancora più ovvio nel loro contatto fisico. Ma quanta importanza bisognerebbe attribuire a un saluto?

La Bibbia ha da dire sui saluti molto più di quanto immagineresti. L'apostolo Paolo si prese il tempo di incoraggiare i suoi lettori a salutarsi calorosamente ogni volta che si incontravano. Infatti verso la fine della sua lettera ai Romani chiese ai credenti di salutare per lui ventisette tra amici e persone care. Si prese addirittura il tempo di elencarli tutti per nome.

Ma non si tratta soltanto degli amici, comunque. Nel sermone sul monte Gesù fece notare che persino i pagani si rivolgono in modo gentile alle persone a loro care. È facile per chiunque. Ma lui si spinse oltre e disse che l'essere devoti esige anche l'umiltà e la benevolenza necessarie per esprimere bontà persino ai nemici.

Questo suscita un quesito interessante. Come saluti i tuoi amici, i tuoi colleghi di lavoro e i tuoi vicini? E che dire delle conoscenze e delle persone che incontri in pubblico?

Potresti persino incontrare qualcuno che non necessariamente ti piace e ciononostante salutarlo per cortesia. Ma se sei così garbato e corretto verso gli altri, non dovresti fare lo stesso con la persona che hai sposato? Dieci volte tanto?

Forse non è qualcosa a cui pensi spesso: la prima cosa che dici all'altro appena ti svegli al mattino, l'espressione sulla tua faccia quando sali in automobile, l'energia nella tua voce quando parli al telefono. Ma qui c'è qualcos'altro che forse non ti sei fermato a considerare: la differenza che farebbe nella giornata della persona

"Rallegratevi con quelli che sono allegri; piangete con quelli che piangono"
(Romani 12:15).

L'amore è incondizionato

“Dio invece mostra la grandezza del proprio amore per noi in questo: che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi” (Romani 5:8).

Se qualcuno ti chiedesse: “Perché ami tua moglie?” o: “Perché ami tuo marito?”, che cosa risponderesti?

La maggior parte degli uomini menzionerebbe la bellezza della moglie, il suo senso dell'umorismo, la sua gentilezza, la sua forza interiore. Potrebbero parlare della sua abilità di cuoca, del suo talento per l'arredamento o delle sue qualità di madre.

Le donne direbbero probabilmente qualcosa riguardo all'aspetto o alla personalità del marito. Ne loderebbero la serietà o la coerenza. Direbbero di amarlo perché è sempre lì per loro. È generoso. Aiuta.

Ma che cosa accadrebbe se nel corso degli anni il marito o la moglie smettesse di essere una di quelle cose? Verrebbe amato ugualmente? Sulla base delle domande di prima l'unica risposta logica sarebbe “no”. Se le ragioni per cui ami la persona che hai sposato sono tutte legate alle sue qualità – e poi tali qualità scompaiono d'improvviso o gradualmente – il fondamento del tuo amore cede.

Soltanto se è incondizionato l'amore può durare per tutta la vita. La verità è questa: l'amore non è determinato da chi è amato, ma piuttosto da chi sceglie di amare.

La Bibbia fa riferimento a questo tipo di amore ricorrendo al termine greco *agape*.

Differisce dagli altri tipi di amore, cioè *phileo*, che sta per amicizia, e *eros*, che indica l'amore sessuale. L'amicizia e il sesso hanno entrambi un ruolo importante nel matrimonio, ovviamente, e sono una componente essenziale della casa che marito e moglie edificano insieme. Ma se il tuo matrimonio dipende esclusivamente dagli interessi in comune e da una salutare vita sessuale, allora le fondamenta della relazione sono instabili.

Phileo e *eros* sono per natura più reattivi e possono mutare in base ai sentimenti. L'amore *agape*, d'altro canto, è altruista e incondizionato. Perciò, se non è questo tipo di amore a costituire la base del tuo matrimonio, il logorio del tempo lo distruggerà. L'amore *agape* è amore “in salute e in malattia”, “in ricchezza e in povertà”,

*“Infatti ho provato una grande gioia e consolazione per il tuo amore”
(Filemone 7).*

L'amore si prende cura dell'altro

"Allo stesso modo anche i mariti devono amare le loro mogli, come la loro propria persona" (Efesini 5:28).

Considera queste due situazioni.

La vecchia auto di un uomo presenta gravi problemi e perciò il proprietario la porta in officina. Dopo aver valutato le condizioni del veicolo il meccanico informa il proprietario dell'auto della necessità di una revisione completa il cui costo, però, supererà il suo budget limitato. Alla luce del costo delle riparazioni l'uomo decide di disfarsi dell'auto e di usare i fondi a sua disposizione per acquistarne una nuova. Sembra una decisione ragionevole, vero?

Un altro uomo, un ingegnere, si schiaccia malauguratamente la mano in un ingranaggio. Precipita in ospedale, gli fanno i raggi e scopre di aver fratture multiple. Malgrado sia frustrato e sofferente dà fondo ai propri risparmi per curarla e ingessarla e nel corso dei mesi successivi la mano si ristabilisce. Anche questo, probabilmente, ti sembrerà ragionevole.

Il problema nella nostra cultura è che il matrimonio viene più spesso trattato alla stregua dell'automobile della prima situazione. Quando la relazione incontra difficoltà, vieni incoraggiato a mollare la persona che hai sposato e sostituirla con un "modello più nuovo". Ma chi ragiona in questi termini non comprende il legame significativo che si instaura tra marito e moglie.

La verità è che il matrimonio è più assimilabile alla seconda situazione descritta. Siete parte l'uno dell'altro. Se ti facessi male alla mano non te la taglieresti di certo, ma daresti fondo a tutte le tue risorse pur di avvalerti delle cure migliori possibili. Lo faresti perché per te la mano ha un valore inestimabile: è parte di ciò che sei.

E lo stesso vale per la persona che hai sposato. Il matrimonio è un mistero meraviglioso creato da Dio, l'unione di due vite in una sola. Non accade soltanto fisicamente, ma anche spiritualmente ed emotivamente.

Cominci condividendo la stessa casa, lo stesso letto e spesso lo stesso nome. Le vostra identità di individui si sono unite in una sola

*"Chi confida nel Signore sarà circondato dalla sua grazia"
(Salmo 32:10).*

L'amore lascia che sia l'altro a vincere

"Cercando ciascuno non il proprio interesse, ma anche quello degli altri" (Filippesi 2:4).

Se ti chiedessero di menzionare tre aree di disaccordo tra te e la persona che hai sposato, probabilmente saresti in grado di farlo senza pensarci più di tanto. Se ti concedessero qualche minuto in più potresti addirittura riuscire a stilare un elenco dei dieci principali motivi di disaccordo. È triste, ma a meno che qualcuno in casa tua non inizi a fare qualche concessione, le stesse questioni continueranno a fare capolino nella relazione.

Purtroppo l'ostinazione è una componente di serie sia nel marito, sia nella moglie. Difendere i propri diritti e le proprie opinioni fa parte della natura umana. Tuttavia è un elemento nocivo nell'ambito di una relazione coniugale e sottrae tempo ed energie. Può inoltre essere altamente frustrante per entrambi.

È vero, l'ostinazione non è sempre qualcosa di negativo. Ci sono cose per cui vale la pena battersi. Le nostre priorità, la nostra morale e l'ubbidienza a Dio sono cose da proteggere con ogni sforzo. Ma troppo spesso discutiamo per cose di poco conto, come la tinta di una parete o la scelta del ristorante.

Altre volte, ovviamente, la posta in gioco è molto più alta. Uno dei due vorrebbe più figli, l'altro no. Uno dei due vuole andare in vacanza con i parenti, l'altro no. Uno dei due preferisce istruire i figli in casa, l'altro no. Uno dei due pensa che sia il caso di rivolgersi ad un consulente matrimoniale o di essere più attivi in chiesa, mentre l'altro no.

Sebbene tali questioni non si presentino quotidianamente, continuano a tornare a galla e non spariscono mai del tutto. La soluzione o il compromesso paiono sempre più distanti. L'altro punta sempre di più i piedi. È come guidare con il freno a mano inserito.

C'è soltanto un modo per superare queste situazioni di stallo ed è trovando una parola che sia l'opposto di *ostinazione*; una parola che abbiamo già incontrato discutendo della benevolenza. La parola è: "disponibilità". È un atteggiamento, uno spirito di cooperazione che dovrebbe permeare le nostre conversazioni. È come una palma in riva all'oceano che resiste ai venti più forti perché sa come piegarsi con grazia. E il miglior esempio al riguardo è Gesù Cristo,

*"E Gesù, rivolgendosi a lui, gli disse: Che cosa vuoi che ti faccia?"
(Marco 10:51).*

come descritto in Filippesi 2. Segui il progredire del suo amore altruista...

Come Dio egli aveva ogni diritto di rifiutarsi di diventare uomo, ma si sottomise e accettò, perché era disponibile. Aveva il diritto di farsi servire da tutta l'umanità, ma venne invece a servire. Aveva il diritto di vivere in pace e sicurezza, ma fu disposto a deporre la sua vita per i nostri peccati. Fu anche disposto a sopportare la dura tortura della croce. Amò, cooperò e fu disposto a fare la volontà del Padre anziché la sua.

Alla luce di questa meravigliosa testimonianza la Bibbia ci rivolge un'esortazione sommaria racchiusa in un'unica frase: *"Abbiate in voi lo stesso sentimento che è stato anche in Cristo Gesù"* (Filippesi 2:5); un sentimento di disponibilità, di flessibilità e di umile sottomissione. Significa rinunciare per il bene altrui a ciò che avresti il diritto di rivendicare per te stesso.

Tutto ciò che serve affinché le vostre attuali discussioni proseguano è che entrambi restiate trincerati e irremovibili. Ma nel momento esatto in cui uno di voi due dirà: "Sono disposto a fare a modo tuo riguardo a questa cosa", la discussione sarà finita. E sebbene le conseguenze potrebbero nuocere al tuo orgoglio e causarti disagio, avrai fatto un investimento amorevole e duraturo nel tuo matrimonio.

"Sì, ma poi passerò per stupido. Avrò perso. Perderò il controllo". Hai già fatto la figura dello stupido intestardendoti e rifiutandoti di ascoltare. Hai già perso considerando la questione più importante del tuo matrimonio e dell'autostima della persona che hai sposato. Potresti aver già perso il controllo delle tue emozioni dicendo cose che hanno colpito l'altro sul personale e l'hanno ferito.

La cosa saggia e amorevole da fare è iniziare ad affrontare i motivi di disaccordo senza sempre insistere affinché si faccia a modo tuo. Questo non vuol dire che la persona che hai sposato abbia necessariamente ragione o mostri saggezza riguardo a una certa questione, ma tu scegli di prendere in massima considerazione le sue scelte come dimostrazione di stima.

I migliori consigli sull'amore vengono dalla Bibbia che afferma: *"La saggezza che viene dall'alto, anzitutto è pura; poi pacifica, mite, conciliante, piena di misericordia e di buoni frutti, imparziale, senza ipocrisia"* (Giacomo 3:17). Invece di trattare l'altro come un nemico o qualcuno da cui difenderti, comincia a trattarlo come l'amico più intimo e onorato. Tieni in massima considerazione le sue parole.

No, non sarete mai pienamente d'accordo. Nessuno ha detto che dobbiate essere copie carbone l'uno dell'altro. Se lo foste, uno dei

due sarebbe inutile. Due persone che condividono sempre le stesse opinioni e prospettive mancheranno dell'equilibrio e del gusto necessari a sviluppare la relazione. Piuttosto, dovete dare ascolto alle vostre differenze e imparare da esse.

Sei disposto a piegarti per dimostrare alla persona che hai sposato che l'ami? O rifiuti di cedere a causa dell'orgoglio? Se non ha importanza a lungo termine – soprattutto alla luce dell'eternità – allora rinuncia ai tuoi diritti e scegli di onorare la persona che ami. Farà bene a te e al tuo matrimonio.

LA SFIDA DI OGGI

MOSTRA IL TUO AMORE SCEGLIENDO DELIBERATAMENTE DI CEDERE IN UN'AREA DI DISACCORDO TRA TE E LA PERSONA CHE HAI SPOSATO. DICI ALL'ALTRO CHE PONI AL PRIMO POSTO LE SUE PREFERENZE.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quale questione hai scelto? Che cosa ti è costato cedere? In che modo questo ti sarà di aiuto nel futuro?

L'amore si batte lealmente

*“Se una casa è divisa in parti contrarie,
quella casa non potrà reggere” (Marco 3:25).*

Che ti piaccia o no, i conflitti nel matrimonio sono inevitabili. Quando vi siete uniti come marito e moglie, non avete unito soltanto le vostre speranze e i vostri sogni, ma anche le vostre ferite, le vostre paure, le vostre imperfezioni e i vostri fardelli emotivi. Dal momento in cui avete disfatto i bagagli della luna di miele ha avuto inizio realmente il processo di scoperta l'uno dell'altro e con rammarico vi siete resi conto di come entrambi siate potenzialmente peccaminosi ed egoisti.

Ben presto la persona che hai sposato è scivolata giù dall'alto piedistallo su cui l'avevi posta e lo stesso è successo a lei. La vicinanza forzata del matrimonio ha cominciato a demolire la tua facciata pubblica e a mostrare i tuoi problemi intimi e le tue abitudini segrete. Benvenuto tra l'umanità decaduta.

Allo stesso tempo, le tempeste della vita hanno cominciato a metterti alla prova e a rivelare di che pasta sei fatto veramente. Esigenze di lavoro, problemi di salute, discussioni con i parenti acquisiti e necessità economiche sono esplosi a vari livelli, caricando di pressioni e difficoltà la relazione. Questo ha preparato la strada ai disaccordi tra te e la persona che hai sposato. Avete discusso e litigato. Avete sofferto. Hai sperimentato un conflitto. Ma non sei solo.

Ogni coppia ci passa. È una cosa di ordinaria amministrazione. Ma non tutte le coppie sopravvivono a questa cosa.

Perciò non pensare che superando la sfida di oggi eliminerai ogni conflitto dal tuo matrimonio. Si tratta piuttosto di affrontare ogni conflitto in modo tale da uscirne rinvigoriti.

Entrambi. Insieme.

Il danno più profondo e straziante che potrai mai arrecare (o che tu abbia mai arrecato) al tuo matrimonio, si svilupperà molto probabilmente nel mezzo di un conflitto, perché è proprio in quei momenti che il tuo orgoglio è più forte.

La tua collera è alle stelle. Non sei mai stato così egoista e incline al giudizio. Le tue parole sono cariche di veleno. Prendi le decisioni peggiori.

*“Se è possibile, per quanto dipende da voi, vivete in pace con tutti gli uomini”
(Romani 12:18).*

L'amore gioisce

"Godi la vita con la moglie che ami, per tutti i giorni della vita della tua vanità" (Ecclesiaste 9:9).

Una delle cose più importanti che dovresti imparare in questa *Sfida dell'amore* è che non devi semplicemente *seguire* il tuo cuore. Devi *guidarlo*. Non devi lasciare che siano sentimenti ed emozioni a controllarti. Lasciali nel sedile posteriore e digli dove stai andando.

Nella tua relazione coniugale non ti sentirai sempre in vena di amare. Non è realistico che il tuo cuore sia costantemente elettrizzato al pensiero di trascorrere ogni momento con la persona che hai sposato. Nessuno è in grado di mantenere un ardente desiderio di intimità sulla base dei soli sentimenti. Ma è anche difficile amare qualcuno solo per obbligo.

Gli sposi novelli gioiscono della persona con cui hanno scelto di unirsi in matrimonio. Il loro amore è fresco e giovane e la speranza di un futuro romantico indugia nei loro cuori. Tuttavia c'è qualcosa di altrettanto potente di quell'amore fresco e nuovo. Proviene dalla *decisione* di gioire della persona sposata e di amarla a prescindere da quanto tempo siete marito e moglie. In altre parole, l'amore che *sceglie* di amare è potente quanto l'amore che *sente* di amare. Per molti versi è un amore più autentico perché ha gli occhi ben aperti.

Lasciati a noi stessi tenderemo sempre a disapprovare l'altro. Lei ti fa venire i nervi. Lui ti opprime. Ma i nostri giorni sono troppo brevi per sprecarli bisticciando su questioni di poco conto. La vita è troppo effimera per questo.

È il caso, invece, che tu diriga di nuovo il tuo cuore all'apprezzamento dell'altro.

Gioisci dell'altra persona. Prendile la mano e cerca la sua compagnia. Desidera la sua conversazione. Ricorda perché ti sei innamorato della sua personalità. Accetta questa persona – con pregi e difetti – e accoglila di nuovo nel tuo cuore.

Anche in questo caso sei tu a scegliere che cosa è più importante. Non sei nato con una programmazione e delle preferenze su cui sei destinato a operare.

Se sei irascibile è perché scegli di esserlo. Se non riesci a fare nulla, se la casa non è in ordine è perché hai deciso che deve essere

"Abbiate tra di voi un medesimo sentimento"
(Romani 12:16).

L'amore onora

"Anche voi, mariti, vivete insieme alle vostre mogli con il riguardo dovuto alla donna... Onoratele, poiché anch'esse sono eredi con voi della grazia della vita" (1 Pietro 3:7).

Ci sono certe parole nella nostra lingua che hanno un significato davvero notevole. Ogni volta che vengono usate si crea un'aura di rispetto intorno a esse. Sono parole che non perdono mai la loro qualità senza tempo, la loro classe e la loro dignità. Su una di esse ci concentreremo oggi. È la parola *onore*.

Onorare qualcuno significa rispettarlo e tenerlo in grande stima perché lo si considera speciale e di gran valore. Quando parli con quella persona mantieni un linguaggio pulito e comprensibile. Sei cortese e garbato. Quando l'altra persona ti parla la prendi sul serio e attribuisi peso e significato alle sue parole. Quando ti chiede qualcosa fai di tutto per accontentarla semplicemente per il rispetto che le porti.

La Bibbia ci esorta a "onorare" il padre e la madre e le autorità. È un'esortazione a riconoscere la posizione o il valore di qualcun altro. *Onore* è una parola nobile.

Questo è particolarmente vero nel matrimonio. Onorare la persona che hai sposato significa concederle piena attenzione e non parlarle da dietro un giornale o con un occhio al televisore. Quando vengono prese decisioni che interessano entrambi o tutta la famiglia, lasci che il parere e l'opinione dell'altro abbiano lo stesso peso nella tua mente. Onori ciò che dice. Il parere dell'altra persona conta e lei lo dovrebbe percepire dal modo in cui la tratti.

Ma c'è anche un'altra parola che ci conduce su un luogo più elevato, una parola che non è spesso associata con il matrimonio, ma la cui rilevanza non può essere sottostimata. È una parola che di fatto sta alla base dell'onore; la ragione prima per cui rispettiamo e teniamo in grande considerazione la persona che abbiamo sposato. Quella parola è *santo*.

Dire che la persona che hai sposato dovrebbe essere "santa" per te non significa che sia perfetta. La sua santità significa che è stata messa da parte, separata per uno scopo più elevato, che non è più comune o ordinario, ma speciale e unico. Una persona che è diventata santa per te ha un posto nel tuo cuore che nessun altro ha. Quella persona è sacra per te e deve essere onorata, lodata e protetta.

"Dammi il tuo cuore, e gli occhi tuoi prendano piacere nelle mie vie"
(Proverbi 23:26).

Giorno 16

L'amore intercede

"Carissimo, io prego che in ogni cosa tu prosperi e goda buona salute, come prospera l'anima tua" (3 Giovanni 2).

Non puoi cambiare la persona che hai sposato. Per quanto tu possa volerlo non puoi prendere il posto di Dio ed entrare nel suo cuore e modellarlo come vorresti che fosse. Eppure molte coppie dedicano gran parte del loro tempo a cercare di fare proprio questo: cambiare l'altro.

L'insensatezza è stata descritta come fare la stessa cosa ripetutamente aspettandosi ogni volta risultati differenti. Ma non è questo che succede quando tenti di cambiare la persona che hai sposato? È frustrazione al massimo livello. Ad un certo punto devi accettare il fatto che non puoi farlo. Ma ecco che cosa *puoi* fare. Puoi diventare un "coltivatore avveduto".

Un coltivatore non può trasformare un seme in un raccolto abbondante. Non può discutere con il seme, manipolarlo o costringerlo a dare frutto. Ma può piantare il seme in un terreno fertile, dargli acqua e concime, proteggerlo dalle erbacce e poi affidarlo a Dio. Milioni di coltivatori si sono guadagnati da vivere in questo modo nel corso dei secoli. Sanno che non tutti i semi germogliano. Ma la maggior parte di essi crescerà se piantato nel terreno adatto e fornito di tutto il necessario.

Questo libro non offre alcuna garanzia che la persona che hai sposato cambierà. Ma non è questo il suo scopo. È una sfida ad amare. Se prendi sul serio la sfida dell'amore ci sono molte probabilità che sarai trasformato personalmente e radicalmente.

E a mano a mano che affronterai le sfide giornaliere la persona che hai accanto ne verrà influenzata e il tuo matrimonio comincerà a fiorire sotto i tuoi occhi. Potrebbero essere necessarie settimane. Forse persino anni. Ma a prescindere dal tipo di terreno sul quale stai lavorando, devi operare in vista del successo. Devi estirpare le erbacce dal tuo matrimonio. Devi concimare il terreno del cuore della persona che hai sposato e poi affidare a Dio i risultati.

Ma non sarai in grado di farlo da solo. Avrai bisogno di qualcosa di molto più potente di qualsiasi altra cosa tu possa avere. Si tratta della preghiera efficace.

La preghiera funziona davvero. È un fenomeno spirituale creato da un Dio illimitato e potente. E produce risultati sorprendenti.

"Li renderò onorati e non saranno più avviliti"
(Geremia 30:19).

Adamo e Eva nel giardino, la vostra vicinanza dovrebbe intensificare la vostra intimità. "L'uomo e sua moglie nudi e non ne avevano vergogna" (Genesi 2:25).

'e "senza vergogna", tutto nella stessa frase, come dovrebbe vostro matrimonio: fisicamente e emotivamente.

to che siamo su un terreno delicato. Il matrimonio ha i fardelli di un'altra persona nella tua vita e i tuoi nella ambi avete ragione di provare imbarazzo per quanto della rsona è stato rivelato a un altro. Ma è la vostra opportunità opare tutte queste informazioni private nell'abbraccio pro-ll'amore, promettendovi l'un l'altro di essere la persona io saprà aiutarvi ad affrontare quelle questioni.

di quei segreti potrebbero richiedere una correzione. Per essere un agente di guarigione e di riparazione - non ndo, non criticando, ma ascoltando con amore e offrendo tegno.

di quei segreti andrebbero semplicemente accettati. Fanno ggrante del carattere e della storia della persona. E sebbene n essere molto piacevole affrontarli, richiederanno sempre ccio delicato.

ni caso soltanto tu hai il potere di respingere per questo a persona che hai sposato o di accoglierla; con i difetti e altro avrà la consapevolezza di trovarsi in un ambiente i cui è libero di compiere sbagli oppure si chiuderà in sé l'avrai perso, forse per sempre. a in questo modo. Nessuno ti conosce meglio di Dio, colui creato.

Imista affermò con ragione: "Tu sai quando mi siedo e mi alzo, tu comprendi da lontano il mio pensiero. Tu mi ando cammino e quando riposo, e conosci a fondo tutte le Poiché la parola non è ancora sulla mia lingua, che tu, già la conosci appieno" (Salmo 139:2-4).

re Dio, che conosce di noi segreti che nascondiamo persino ssi, ci ama con una profondità che non riusciamo nemmeno aginare. Quanto più dovremmo noi, come individui imper-olgerci alla persona che abbiamo sposato con grazia e com-ie, accettandola per quello che è e assicurandola che i suoi ono al sicuro con noi?

bbe essere un campo in cui in passato hai clamorosamente In questo caso non attenderti che l'altro ti dia immediata-mpio accesso al suo cuore. Devi cominciare a ricostruire la Gesù stesso è descritto come colui che non irrompe nella

vita delle persone, ma sta alla porta e bussava: "Ecco, io sto alla porta e busso: se qualcuno ascolta la mia voce e apre la porta, io entrerà da lui e cenerà con lui ed egli con me" (Apocalisse 3:20).

La realtà dell'intimità richiede sempre tempo per svilupparsi, soprattutto dopo che è stata compromessa. Ma il tuo impegno nel ristabilirla può iniziare oggi, se sei disposto ad accettare la sfida.

LA SFIDA DI OGGI

DECIDI OGGI DI CUSTODIRE I SEGRETI DELLA PERSONA CHE HAI SPOSATO (A MENO CHE NON SIANO PERICOLOSI PER LEI O PER TE) E DI PREGARE AL RIGUARDO. PARLA CON L'ALTRO E DECIDI DI MOSTRARE AMORE NONOSTANTE QUELLE QUESTIONI. ASCOLTALO CON ATTENZIONE QUANDO TI RENDE PARTECIPE DEI SUOI PENSIERI E DEI SUOI CONFLITTI. FALLO SENTIRE AL SICURO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quanto sforzo ti richiede evitare di essere critico nei confronti della persona che hai sposato? Che cosa hai imparato oggi sull'altro semplicemente ascoltandolo?

L'amore cerca di conoscere

"Beato l'uomo che ha trovato la saggezza, l'uomo che ottiene l'intelligenza!" (Proverbi 3:13).

Ci piace scoprire tutto quello che possiamo riguardo alle cose che ci interessano veramente. Se si tratta della nostra squadra di calcio preferita leggeremo ogni articolo che possa aiutarci a tenerci aggiornati sulle sue imprese. Se si tratta della cucina ci sintonizzeremo su quei canali che ci informano sulle migliori tecniche per ottenere una buona grigliata o che spiegano come preparare nuovi dessert. Se c'è un argomento che ci interessa, drizzeremo le orecchie ogni volta che se ne parla. È infatti spesso come un'area di studio personale.

È giusto, ovviamente, avere interessi esterni e tenersi aggiornati su certe cose. Ma è a questo punto che l'amore chiede: "Quanto conosci la persona che hai sposato?"

Ripensa ai giorni in cui vi corteggiavate. Non studiavi la persona che il tuo cuore desiderava?

Quando un uomo cerca di conquistare il cuore di una donna, la studia. Scopre che cosa le piace e che cosa non le piace, ne apprende abitudini e hobby. Ma dopo che l'ha conquistata e sposata, spesso smette di approfondirne la conoscenza. Il mistero e la sfida di conoscerla sembrano meno allettanti e i suoi interessi si spostano verso altri lidi.

È vero in molti casi anche per le donne, che iniziano ammirando e sviluppando rispetto per l'uomo con cui desiderano stare. Dopo il matrimonio, però, quei sentimenti cominciano a scemare man mano che la realtà rivela loro che il "principe" che hanno sposato è un uomo imperfetto.

Ci sono tuttavia aspetti nascosti da conoscere nella persona che hai sposato. E questa comprensione vi avvicinerà maggiormente l'uno all'altro. Potrà persino procurarti il favore dell'altro. *"Buon senno procura favore, ma la via dei perfidi è senza fine"* (Proverbi 13:15).

Considera la seguente prospettiva: se prima del matrimonio la quantità di studio che hai dedicato alla persona che hai sposato equivaleva a un diploma di scuola superiore, dovresti continuare ad approfondirne la conoscenza fino a ottenere una laurea, una specializzazione e infine un dottorato. È un percorso che dura tutta la vita e che avvicina sempre di più il tuo cuore a quello di lei.

"Io sono dell'amico mio; e l'amico mio, che pascola il gregge tra i gigli, è mio"
(Cantico dei Cantici 6:3).

- Conosci i suoi sogni e le sue speranze più grandi?
- Comprendi pienamente come preferisce dare e ricevere amore?
- Sai quali sono le sue paure più grandi e perché lotta con esse?

Alcuni dei problemi che hai nel relazionarti con la persona che hai sposato derivano semplicemente da una mancanza di conoscenza. Probabilmente reagisce a certe situazioni in modo molto diverso da te e non riesci a capire perché.

Queste differenze, anche quelle relativamente insignificanti, possono essere all'origine di molte liti e di molti conflitti nel matrimonio. Questo avviene perché, come afferma la Bibbia, abbiamo la tendenza a "parlar male" delle cose che non comprendiamo (Giuda 10).

Ci sono dei motivi dietro i gusti e le preferenze dell'altro. Ogni sfumatura del carattere della persona che hai sposato ha una storia alle spalle. Ogni elemento della sua persona, il modo in cui pensa e il modo in cui è, rientra in un sistema di principi guida che spesso ha senso soltanto per chi li segue. Ma vale la pena prendersi il tempo per studiare perché l'altro è così com'è.

Se ti manca il livello di intimità che un tempo dividevi con la persona che hai sposato, uno dei modi migliori per aprire di nuovo il suo cuore è impegnarsi a conoscerla sul serio. Studiala. Leggila come un libro che stai cercando di comprendere.

Poni domande.

La Bibbia afferma: "Il cuore dell'uomo intelligente acquista la scienza, e l'orecchio dei saggi la cerca" (Proverbi 18:15). L'amore prende l'iniziativa di dare il via alle conversazioni. Se vuoi che l'altro si apra, devi fare in modo che sappia che il tuo desiderio di conoscerlo è autentico e genuino.

Ascolta.

"I saggi tengono in serbo la scienza, ma la bocca dello stolto è una rovina imminente" (Proverbi 10:14). Lo scopo di comprendere l'altro è di ascoltarlo, non di dirgli ciò che tu pensi. Anche se la persona che hai sposato non è molto loquace, l'amore ti chiama ad attingere dalle "acque profonde" che sono in essa (Proverbi 20:5).

Chiedi a Dio discernimento.

"Il Signore infatti dà la saggezza; dalla sua bocca provengono la scienza e l'intelligenza" (Proverbi 2:6). Cose come le differenze di genere, il background familiare e le differenti esperienze di vita possono offuscare la tua capacità di conoscere il cuore e le motivazioni dell'altro. Ma Dio dà la saggezza. Il Signore ti mostrerà ciò di cui hai bisogno per sapere come amare meglio la persona che hai sposato.

"La casa si costruisce con la saggezza e si rende stabile con la prudenza; mediante la scienza, se ne riempiono le stanze di ogni specie di beni preziosi e gradevoli" (Proverbi 24:3-4).

C'è una profondità di bellezza e di significato dentro la persona che hai sposato che ti sorprenderà a mano a mano che la scoprirai. Penetra il mistero con aspettativa ed entusiasmo. Desidera di conoscere quella persona meglio di quanto tu la conosca adesso. Fa' di essa il tuo campo di studio e riempirai la tua casa del genere di ricchezze che soltanto l'amore può provvedere.

LA SFIDA DI OGGI

PREPARA UNA CENA SPECIALE A CASA, SOLO PER VOI DUE. ORGANIZZALA COME MEGLIO PREFERISCI. DEDICA QUEL TEMPO AD APPROFONDIRE LA CONOSCENZA DELLA PERSONA CHE HAI SPOSATO, MAGARI AFFRONTANDO ASPETTI DI CUI AVETE PARLATO RARAMENTE. DECIDI DI RENDERLA UNA SERATA PIACEVOLE PER ENTRAMBI.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa hai imparato di nuovo riguardo alla persona che hai sposato? Come potresti continuare questo processo di scoperta in altri modi, in altre occasioni? Descrivi alcuni momenti che hanno reso questa serata memorabile.

Per un elenco di domande relative alla sfida di oggi, leggi la seconda appendice.

L'amore è impossibile

"Amiamoci gli uni gli altri, perché l'amore è da Dio e chiunque ama è nato da Dio e conosce Dio" (1 Giovanni 4:7).

La sfida dell'amore inizia con un segreto. E sebbene questo elemento sia stato solo tacitamente presente ogni giorno, ne hai acquisito sempre più consapevolezza con il passare del tempo. Giunto a questo punto, stai ormai scoprendo da te di che segreto si tratta, anche se non sai esattamente come tradurlo in parole.

Il segreto è questo: l'amore incondizionato, cioè l'amore *agape*, non può nascere dal tuo stesso cuore. È impossibile. Va oltre le tue capacità. Va oltre *tutte* le nostre capacità.

Puoi aver dimostrato qualche forma di benevolenza e di altruismo e puoi aver imparato ad essere più attento e premuroso. Ma amare autenticamente qualcuno in modo altruista e incondizionato è tutta un'altra questione.

Come puoi farlo, allora? Che ti piaccia o no, l'amore *agape* non è qualcosa che puoi fare. È qualcosa che soltanto Dio può fare. Ma a causa del suo grande amore per te – e del suo amore per la persona che hai sposato – egli sceglie di esprimere il suo amore *attraverso* di te.

Potresti però non crederci. Potresti convincerti che lavorando sodo e impegnandoti al massimo riuscirai a suscitare nel tuo cuore un amore incondizionato, a lungo termine e sacrificale. Vuoi credere che sia dentro di te.

Ma quante volte il tuo amore non è riuscito a impedirti di mentire, di cedere alla lussuria, di reagire in modo eccessivo, di pensare male della persona che hai promesso, davanti a Dio, di amare per il resto della tua vita?

Quante volte il tuo amore si è dimostrato incapace di tenere sotto controllo la tua collera? Quante volte il tuo amore ti ha spinto a perdonare o ha portato a termine in modo pacifico una continua discussione?

È questo fallimento che rivela la natura peccaminosa dell'uomo. Tutti abbiamo trasgredito i comandamenti divini (Romani 3:23).

Tutti abbiamo manifestato egoismo, odio e orgoglio. E se non interviene qualcosa a purificarci da questi empri attributi, quando compariremo davanti al trono del giudizio di Dio saremo trovati

"Acquista la saggezza; sì, a costo di quanto possiedi, acquista l'intelligenza"
(Proverbi 4:7).

colpevoli (Romani 6:23). Per questo, se non sei a posto con Dio, non puoi veramente amare la persona che hai sposato, poiché è lui la fonte di quell'amore.

Non puoi dare ciò che non hai. Non puoi fare appello a risorse interiori che non possiedi. Nello stesso modo in cui non puoi dare un milione di dollari se non li possiedi, non puoi dare più amore di quello che hai. Puoi provarci, ma fallirai.

La brutta notizia è dunque questa: l'amore in grado di resistere a ogni pressione è fuori della tua portata finché ti ostini a cercarlo dentro di te. Hai bisogno di qualcuno che possa darti quel genere di amore.

"L'amore è da Dio" (1 Giovanni 4:7). E soltanto coloro che lo hanno accolto nel proprio cuore mediante la fede in suo Figlio, Gesù – soltanto coloro che hanno ricevuto lo Spirito di Cristo mediante la fede nella sua morte e nella sua risurrezione – sono in grado di attingere all'autentica potenza dell'amore. Gesù disse: *"Senza di me non potete far nulla"* (Giovanni 15:5).

Ma disse anche: *"Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto"* (Giovanni 15:7). Dio ha promesso di dimorare per mezzo di Cristo nel tuo cuore mediante la fede, affinché tu possa *"conoscere questo amore che sorpassa ogni conoscenza, affinché"* tu sia ricolmo *"di tutta la pienezza di Dio"* (Efesini 3:19).

Quando ti arrendi a Cristo, la sua potenza può operare per mezzo di te. Anche al meglio della forma non sei in grado di vivere all'altezza dei parametri di Dio. Ma egli *"può, mediante la potenza che opera in noi, fare infinitamente di più di quel che domandiamo o pensiamo"* (Efesini 3:20). È così che ami la persona che hai sposato.

Perciò questo segreto allarmante – per quanto possa apparire frustrante – ha un lieto fine per coloro che smettono di opporre resistenza e accettano l'amore che Dio ha per loro. Questo significa che l'amore che *"è stato sparso nei nostri cuori mediante lo Spirito Santo che ci è stato dato"* (Romani 5:5) è sempre a disposizione, ogni volta che scegliamo di sottometterci a esso.

Semplicemente non sarai in grado di farlo senza di lui.

Forse non hai mai dato il tuo cuore a Cristo, ma senti che ti sta attirando a sé oggi. Forse ti stai rendendo conto per la prima volta che anche tu hai infranto i comandamenti di Dio e che le tue colpe ti impediranno di conoscerlo. Ma la Bibbia afferma che se ti penti e rinunci al peccato e ti rivolgi a Dio, egli è pronto a perdonarti a causa del sacrificio compiuto da suo Figlio sulla croce. Egli ti sta

cercando, non per renderti schiavo, ma per liberarti, affinché tu possa ricevere il suo amore e il suo perdono. Poi potrai dividerlo con la persona che sei stato chiamato ad amare in modo più specifico.

Forse sei già un credente, ma ti sei allontanato dalla comunione con Dio. Non leggi la Bibbia, non preghi, forse non vai nemmeno più in chiesa. L'amore che un tempo sentivi scorrere nelle vene si è mutato in apatia.

La verità è che non puoi vivere senza di lui e non puoi amare senza di lui. Ma non puoi nemmeno immaginare che cosa egli potrebbe fare nel tuo matrimonio se ponessi in lui la tua fiducia.

LA SFIDA DI OGGI

RIPENSA ALLE SFIDE DEI GIORNI PRECEDENTI. QUALCUNA TI È PARSA IMPOSSIBILE DA AFFRONTARE? TI SEI RESO CONTO DI AVER BISOGNO CHE DIO TRASFORMI IL TUO CUORE E TI METTA IN GRADO DI AMARE? CHIEDIGLI DI MOSTRARTI QUAL È LA TUA POSIZIONE DAVANTI A LUI E PREGALO DI DARTI LA FORZA E LA GRAZIA DI STABILIRE LA TUA DESTINAZIONE ETERNA.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa credi che Dio ti stia dicendo? Ti senti toccato nel cuore? Che decisione hai preso in reazione a ciò?

L'amore è Gesù Cristo

"Mentre noi eravamo ancora senza forza, Cristo, a suo tempo, è morto per gli empi" (Romani 5:6).

La sfida di ieri non portava ad altra conclusione che questa. Grazie a Dio è una conclusione con la quale puoi vivere oggi, domani e per sempre.

Gesù "è venuto per cercare e salvare" te (Luca 19:10). Tutti i tuoi fallimenti e insuccessi, ogni momento che hai sprecato cercando di risolvere le cose a modo tuo; tutto questo può essere perdonato e risolto mettendo la tua vita nelle mani di Colui che te l'ha donata.

Forse non lo hai ancora fatto. Allora oggi è il giorno giusto per te. "Eccolo ora il tempo favorevole; eccolo ora il giorno della salvezza!" (2 Corinzi 6:2).

Forse lo hai fatto anni fa, ma poi ti sei allontanato dalle tue radici spirituali. Allora ravvediti e convertiti, perché i tuoi peccati siano cancellati "e affinché vengano dalla presenza del Signore dei tempi di ristoro" (Atti 3:19-20). Anche se hai già fatto di Gesù il tuo stile di vita e non hai mai smesso di camminare in comunione con lui, i seguenti versetti saranno per te un gradevole promemoria di tutto ciò che egli ha fatto per te.

La Bibbia afferma che siamo peccatori dalla nascita, dal momento in cui arriviamo nel mondo.

"Ecco, io sono stato generato nell'iniquità, mia madre mi ha concepito nel peccato" (Salmo 51:5). "Tutti quanti siamo diventati come l'uomo impuro, tutta la nostra giustizia come un abito sporco" (Isaia 64:6). Dio non manda all'inferno persone innocenti.

Ce lo meritiamo. Semplicemente non possiamo essere abbastanza buoni da vivere con un Dio puro e santo.

Tuttavia, "Dio ha mandato il suo Figlio unigenito nel mondo, affinché, per mezzo di lui, vivessimo" (1 Giovanni 4:9).

"Il quale, pur essendo in forma di Dio, non considerò l'essere uguale a Dio qualcosa a cui aggrapparsi gelosamente, ma spogliò sé stesso, prendendo forma di servo... umiliò sé stesso, facendosi ubbidiente fino alla morte, e alla morte di croce" (Filippesi 2:6-8).

"Egli ha portato i nostri peccati nel suo corpo, sul legno della croce, affinché, morti al peccato, vivessimo per la giustizia,

"Agli uomini questo è impossibile; ma a Dio ogni cosa è possibile"
(Matteo 19:26).

e mediante le sue lividure siete stati guariti” (1 Pietro 2:24). Con la sua morte ha annullato l’idea che tu fossi non amato e disprezzato. Se ti senti così è perché non stai guardando alla croce. È lì che lui ha dimostrato quanto ti ama.

Un amore del genere non può essere pienamente compreso. “Difficilmente uno morirebbe per un giusto; ma forse per una persona buona qualcuno avrebbe il coraggio di morire; Dio invece mostra la grandezza del proprio amore per noi in questo: che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi” (Romani 5:7-8).

E un amore così non puoi nemmeno guadagnartelo. “Perché il salario del peccato è la morte, ma il dono di Dio è la vita eterna in Cristo Gesù, nostro Signore” (Romani 6:23). “Infatti è per grazia che siete stati salvati, mediante la fede; e ciò non viene da voi; è il dono di Dio. Non è in virtù di opere affinché nessuno se ne vanti” (Efesini 2:8-9).

Ma deve essere ricevuto. “Perché, se con la bocca avrai confessato Gesù come Signore e avrai creduto con il cuore che Dio lo ha risuscitato dai morti, sarai salvato; infatti con il cuore si crede per ottenere la giustizia e con la bocca si fa confessione per essere salvati” (Romani 10:9-10).

E quando hai ricevuto questa vita nuova e questo amore e li hai fatti tuoi, sei libero di amare come non sei mai stato capace di fare prima.

“Da questo abbiamo conosciuto l’amore: egli ha dato la sua vita per noi; anche noi dobbiamo dare la nostra vita per i fratelli... Questo è il suo comandamento: che crediamo nel nome del Figlio suo, Gesù Cristo, e ci amiamo gli uni gli altri secondo il comandamento che ci ha dato” (1 Giovanni 3:16 e 23).

“Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore” (1 Giovanni 4:8).

Egli è stato disposto ad amarti anche se non lo meritavi, anche quando non ricambiavi il suo amore. Ha visto tutti i tuoi difetti e imperfezioni e ha scelto di amarti ugualmente. Il suo amore ha compiuto il sacrificio più grande per soddisfare il tuo bisogno più grande. Di conseguenza sei in grado, per la sua grazia, di andare avanti con la pienezza e la benedizione del suo amore. Ora e per sempre.

Ciò significa che adesso devi condividere questo stesso amore con la persona che hai sposato. Puoi amare anche quando il tuo amore non viene ricambiato. Puoi vedere tutti i difetti e le imperfezioni dell’altro e scegliere ugualmente di amarlo. E sebbene tu non possa soddisfare i bisogni dell’altro nel modo in cui soltanto Dio

può farlo, puoi diventare lo strumento da lui usato per farlo. Di conseguenza, la persona che hai sposato andrà avanti nella pienezza e nella benedizione del tuo amore. Adesso e fino alla morte.

Il vero amore si trova soltanto in Gesù Cristo. E dopo aver ricevuto da lui il dono della vita nuova accettando la sua morte al posto tuo e il perdono dei tuoi peccati, sei finalmente pronto per vivere all’altezza della sfida.

LA SFIDA DI OGGI

OSA PRENDERE DIO IN PAROLA. OSA CONFIDARE IN GESÙ CRISTO PER ESSERE SALVATO. OSA PREGARE: “SIGNORE GESÙ, SONO UN PECCATORE, MA TU HAI MOSTRATO IL TUO AMORE PER ME MORENDO PER IL PERDONO DEI MIEI PECCATI E CON LA TUA RISURREZIONE HAI DIMOSTRATO IL TUO POTERE DI SALVARMİ DALLA MORTE. SIGNORE, CAMBIA IL MIO CUORE E SALVAMI PER LA TUA GRAZIA”.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Descrivi come è stata questa esperienza per te. Anche se stai soltanto rinnovando il tuo impegno a ricevere ed esprimere il suo amore, che cosa ti ha mostrato il Signore oggi?

L'amore trova appagamento in Dio

"Il Signore ti guiderà del continuo, sazierà la tua anima"
(Isaia 58:11, versione Nuova Diodati).

Il giorno venti è stato un giorno di vitale importanza nella *Sfida dell'amore* e nella tua esistenza. Sei giunto faccia a faccia con il bisogno fondamentale di ogni essere umano. E forse per la prima volta sei diventato consapevole di quanto questo bisogno sia personale. Forse hai capito che nessun talento e nessuna risorsa presenti nella tua cassetta portautensili sono in grado di riparare il danno prodotto dal peccato; e che soltanto Gesù ti può dare ciò che ti serve. Se lo hai ricevuto per fede e gli hai affidato la tua vita affinché la gestisca e la guidi, allora lo Spirito Santo sta rinnovando il tuo cuore. La sua saggezza, la sua grazia e la sua potenza possono ora manifestarsi in tutto ciò che fai. Incluso, non per ultimo, il tuo matrimonio.

Che si tratti di una cosa nuova per te o che tu sia un seguace di Gesù Cristo già da tempo, adesso è il momento di fissare bene un concetto nella tua mente: hai bisogno di Dio ogni singolo giorno. Non è una faccenda a tempo parziale. Soltanto lui può soddisfarti, anche quando tutti gli altri ti deludono.

Tuo marito potrebbe rincarare tardi. Di nuovo. Ma Dio sarà sempre puntuale.

Tua moglie potrebbe deluderti. Di nuovo. Ma Dio manterrà sempre le sue promesse. Puoi fidarti di lui.

Ogni giorno ti crei delle aspettative nei confronti della persona che hai sposato. A volte è all'altezza. Altre volte no. Ma non sarà mai in grado di soddisfare tutte le tue richieste; in parte perché certe tue richieste sono irragionevoli e in parte perché hai a che fare con un altro essere umano.

Dio, invece, è Dio. E coloro che si accostano quotidianamente a lui dipendendo da lui per i veri bisogni della propria vita, scoprono quanto egli è affidabile.

La persona che hai sposato può darti la pace interiore? No. Ma Dio può farlo. *"Non angustiatevi di nulla, ma in ogni cosa fate conoscere le vostre richieste a Dio in preghiere 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).

"Nel suo amore e nella sua benevolenza egli li redense"
(Isaia 63:9).

L'amore è fedele

"Ti fidanzerò a me in fedeltà, e tu conoscerai il Signore"
(Osea 2:20).

Per noi cristiani l'amore è il fondamento della nostra identità. La nostra rinascita spirituale ha avuto luogo *"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"* (Giovanni 3:16).

Quando gli fu chiesto quali fossero i comandamenti più grandi, Gesù rispose: *"Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta l'anima tua, con tutta la forza tua, con tutta la mente tua, e il tuo prossimo come te stesso"* (Luca 10:27).

L'amore che proviamo gli uni per gli altri dovrebbe permettere a tutti di riconoscere che siamo discepoli di Cristo (Giovanni 13:35). È la radice e il fondamento della nostra esistenza (Efesini 3:17) e va espresso con passione e intensità (1 Pietro 4:8). È una qualità nella quale dobbiamo abbondare sempre di più (1 Tessalonicesi 3:12), migliorando sempre al riguardo, facendo in modo che ci definisca sempre di più.

Ma se è per dare amore che siamo stati creati, che cosa facciamo quando il nostro amore viene respinto? Che cosa fai quando la persona a cui hai consacrato la tua vita smette di accettare l'amore che sei chiamato a dare?

La storia del profeta Osea è una delle più straordinarie della Bibbia. Contro ogni logica e sfidando il decoro Dio gli disse di sposare una prostituta. Voleva che il matrimonio di Osea mostrasse l'amore incondizionato di Dio nei nostri confronti. L'unione di Osea con Gomer produsse tre figli, ma, come c'era da aspettarsi, quella donna che per molto tempo si era guadagnata da vivere con l'immoralità non si accontentò di restare fedele a un solo uomo. Così Osea fu lasciato a occuparsi del proprio cuore infranto e dell'onta dell'abbandono.

Lui l'aveva amata, ma lei aveva respinto il suo amore. Erano diventati intimi, ma lei si era rivelata sleale e adultera e l'aveva lasciato per darsi a gente completamente estranea.

Il tempo passò e Dio parlò di nuovo a Osea. Gli disse di andare e riaffermare il proprio amore per quella donna che si era dimostrata

"Tu apri la tua mano, e dai cibo a volontà a tutti i viventi"
(Salmo 145:16).

ripetutamente infedele. Questa volta lei era caduta ancora più in basso ed era stata posta in vendita come schiava, ma Osea pagò il prezzo del suo riscatto e la riportò a casa. Sì, lei aveva disprezzato il suo amore. Si era comportata perfidamente nei suoi confronti. Ma lui la accolse di nuovo nella sua vita, manifestando un amore incondizionato.

È una storia vera, ma fu usata come immagine dell'amore di Dio per noi. Egli spande il suo favore su di noi senza misura, anche se spesso noi non vi prestiamo nemmeno attenzione. A volte abbiamo agito in modo svergognato e abbiamo considerato il suo amore un'intrusione, come se avesse lo scopo di tenerci alla larga da ciò che vogliamo davvero. Lo abbiamo respinto in molti modi – anche dopo aver ricevuto il dono della salvezza eterna – eppure lui ci ama ancora. Egli resta fedele.

Nonostante ciò, il suo amore non lo trattiene dal chiamarci a rendere conto di come lo abbiamo trattato male. Per il nostro rifiuto paghiamo un prezzo più alto di quanto spesso ci rendiamo conto. Eppure egli sceglie di reagire con grazia e misericordia. *“In lui abbiamo la redenzione mediante il suo sangue, il perdono dei peccati secondo le ricchezze della sua grazia”* (Efesini 1:7). In lui abbiamo il modello di ciò che l'amore respinto fa. Resta fedele.

Gesù ci esortò a mettere in pratica questo tipo di amore nel brano noto come il Sermone sul monte. Disse: *“Amate i vostri nemici; fate del bene a quelli che vi odiano; benedite quelli che vi maledicono, pregate per quelli che vi oltraggiano”* (Luca 6:27-28).

“Se amate quelli che vi amano, quale grazia ve ne viene? Anche i peccatori amano quelli che li amano. E se fate del bene a quelli che vi fanno del bene, quale grazia ve ne viene? Anche i peccatori fanno lo stesso” (Luca 6:32-33).

“Ma amate i vostri nemici, fate del bene, prestate senza sperarne nulla e il vostro premio sarà grande e sarete figli dell'Altissimo; poiché egli è buono verso gli ingrati e i malvagi” (Luca 6:35).

Dalla posizione vantaggiosa dell'altare non avresti mai immaginato che la persona alla quale ti legavi potesse un giorno trasformarsi in una sorta di “nemico”, in una persona che avresti avuto bisogno di amare quasi come un atto di sacrificio totale. Eppure, sin troppo spesso nel matrimonio la relazione si riduce proprio a quel livello. Persino fino al punto del tradimento o, tristemente, dell'infedeltà.

Per molti questo è l'inizio della fine. Alcuni reagiscono procedendo rapidamente ad un tragico divorzio. Altri, più protettivi nei confronti della propria reputazione che della loro felicità, decidono

di far proseguire la farsa. Ma non hanno alcuna intenzione di farcela piacere; e ancora meno di ritrovare l'amore con quella persona.

Questo non costituisce comunque un modello per chi segue Cristo. Se dobbiamo amare come lui amò, dobbiamo amare anche quando gli approcci vengono respinti. E se vuoi amare così, devi ricorrere al suo amore.

Puoi amare immeritabilmente la persona che hai sposato perché Dio ha amato te immeritabilmente, ripetutamente, pazientemente. L'amore si esprime spesso di più nei confronti di chi lo merita meno.

Chiedi al Signore di riempirti del genere di amore che soltanto lui può dare, poi decidi di estenderlo alla persona che hai sposato in un modo che rifletta la tua gratitudine nei confronti di Dio per il fatto che ti ama. Questa è la bellezza dell'amore che redime. Questa è la potenza della fedeltà.

LA SFIDA DI OGGI

L'AMORE È UNA SCELTA, NON UN SENTIMENTO. È UN'AZIONE VOLONTARIA, NON UNA REAZIONE IMPULSIVA. SCEGLI OGGI DI AMARE LA PERSONA CHE HAI SPOSATO ANCHE SE ESSA HA PERSO GRAN PARTE DEL SUO INTERESSE A FARSI AMARE DA TE. DIGLIELO OGGI CON PAROLE SIMILI A QUESTE: “TI AMO. PUNTO. SCELGO DI AMARTI ANCHE SE TU NON MI RICAMBI”.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Perché questo genere di amore è impossibile senza l'amore di Cristo che batte nel tuo cuore? In che modo la sua presenza dentro di te ti permette di amare, anche se il tuo amore è soprattutto unilaterale?

dell'impegno e delle priorità. Di fatto chiunque mina il tuo matrimonio non merita di ricevere il titolo di "amico". E certamente devi stare costantemente attento a non permettere che le relazioni con individui dell'altro sesso al lavoro, in palestra e persino in chiesa ti allontanino emotivamente dalla persona a cui hai già dato il tuo cuore.

Vergogna. Chiunque ha a che fare con un certo livello di inferiorità e di debolezza. E poiché nel matrimonio tutto viene a galla tra i coniugi, devi proteggere la vulnerabilità della persona che hai sposato non parlandone mai negativamente in pubblico. I suoi segreti sono i tuoi segreti, a meno che, ovviamente, non si tratti di comportamenti distruttivi che mettono in grave pericolo voi e i vostri figli. In generale, comunque, l'amore copre le colpe dell'altro. Copre la sua vergogna.

Parassiti. Attento ai parassiti. Un parassita è qualsiasi cosa che si attacca a te o al tuo partner e sugge la vita del tuo matrimonio. Si presentano solitamente in forma di dipendenze come gioco d'azzardo, droghe o pornografia. Promettono piacere, ma si sviluppano come una malattia e consumano pensieri, tempo e denaro. Ti portano via la fedeltà e l'affetto verso le persone care. I matrimoni sopravvivono di rado in presenza di parassiti. Se ami tua moglie devi distruggere ogni dipendenza che hai nel cuore. Se non lo fai, ne verrai distrutto.

La Bibbia parla chiaramente di questo ruolo protettivo, spesso ricorrendo all'immagine del pastore. Dio avvertì: "*Le mie pecore... servono di pasto a tutte le bestie dei campi*". Come mai? Perché "*sono senza pastore*". Non perché quegli uomini fossero troppo deboli per svolgere il proprio compito, ma perché non prestavano attenzione. Invece di custodire le pecore per assicurarsi che non finissero vittime dei predatori, i pastori pascevano sé stessi e non pascevano le sue pecore (Ezechiele 34:8). Si occupavano benissimo dei propri bisogni e dei propri appetiti, ma pensavano poco alla sicurezza di chi era stato loro affidato.

Mogli. Voi avete un ruolo protettivo nel matrimonio. Dovete impedire che il vostro cuore sia sviato da romanzi, riviste e altre forme di intrattenimento che offuscano la vostra percezione della realtà e creano aspettative ingiuste nei confronti del partner. Dovete invece fare la vostra parte nel farlo sentire forte, evitando al contempo

le chiacchiere da talk-show che distolgono la vostra attenzione dalla famiglia. "*La donna saggia costruisce la sua casa, ma la stolta l'abbatte con le proprie mani*" (Proverbi 14:1).

Mariti. Il marito è il capo della casa. Avete la responsabilità davanti a Dio di stare in guardia e difendere il vostro territorio da qualsiasi cosa possa minacciare la vostra moglie o il vostro matrimonio. Non è un compito facile. Richiede coraggio e l'abilità di svolgere azioni preventive. Gesù disse: "*Ma sappiate questo, che se il padrone di casa sapesse a quale ora della notte il ladro deve venire, veglierebbe e non lascerebbe scassinare la sua casa*" (Matteo 24:43). È il vostro ruolo. Prendetelo seriamente.

LA SFIDA DI OGGI

RIMUOVI OGNI COSA CHE SIA DI OSTACOLO ALLA VOSTRA RELAZIONE, QUALSIASI DIPENDENZA O INFLUENZA CHE DANNEGGI IL VOSTRO AFFETTO E ALLONTANI IL TUO CUORE DALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Qual è stata la prima cosa che hai gettato via? Ce ne sono altre che dovrebbero sparire allo stesso modo? Che cosa speri che la rimozione di queste cose farà per te, per il tuo matrimonio e per la tua relazione con Dio?

La concupiscenza in opposizione all'amore. Significa desiderare ardentemente qualcosa di proibito. E per il credente è il primo passo per allontanarsi dalla comunione con Dio e con gli altri. Questo perché ogni oggetto della tua concupiscenza – che si tratti di una giovane collega di lavoro o di un'attrice o del desiderio ardente di una casa da mezzo milione o di un'auto sportiva – rappresenta l'inizio di una menzogna. La persona o la cosa che pare promettere puro appagamento è piuttosto un pozzo senza fine di voglie insoddisfatte.

La concupiscenza genera sempre altra concupiscenza. *“Da dove vengono le guerre e le contese tra di voi? Non derivano forse dalle passioni che si agitano nelle vostre membra?”* (Giacomo 4:1). La concupiscenza ti renderà insoddisfatto della persona che hai sposato. Genera ira, inebetisce il cuore e distrugge i matrimoni. Invece che alla pienezza conduce al vuoto.

È il momento di denunciare la concupiscenza per ciò che è davvero: un maldestro tentativo di trovare una soddisfazione che soltanto Dio può dare. La concupiscenza è come una spia sul cruscotto del tuo cuore che ti avverte del fatto che non stai permettendo all'amore di Dio di saziarti. Quando il tuo cuore e il tuo sguardo sono rivolti a lui, le tue azioni produrranno gioia duratura, non cicli interminabili di rimorso e di condanna.

“La sua potenza divina ci ha donato tutto ciò che riguarda la vita e la pietà mediante la conoscenza di colui che ci ha chiamati con la propria gloria e virtù. Attraverso queste ci sono state elargite le sue preziose e grandissime promesse perché per mezzo di esse voi diventaste partecipi della natura divina dopo essere sfuggiti alla corruzione che è nel mondo a causa della concupiscenza” (2 Pietro 1:3-4).

Sei stanco delle menzogne della concupiscenza? Sei stufo di credere che i piaceri proibiti siano in grado di mantenerti felice e contento? Allora comincia a fissare lo sguardo sulla Parola di Dio. Lascia che le sue promesse di pace e di libertà si facciano strada nel tuo cuore. Accogli quotidianamente l'amore incondizionato che ti ha già dimostrato mediante la croce. Concentrati su tutto ciò che Dio ti ha già dato e sii grato, invece di scegliere l'insoddisfazione.

Ti ritroverai così sazio di ciò che egli provvede, che non avrai più voglia del cibo spazzatura della concupiscenza.

E mentre lo fai, desidera di nuovo intensamente la persona che hai sposato. *“Sia benedetta la tua fonte, e vivi lieto con la sposa della tua gioventù... sii sempre rapito nell'affetto suo. Perché, figlio mio, ti innamoreresti di un'estranea, e abbracceresti il seno della*

donna altrui? Infatti le vie dell'uomo stanno davanti agli occhi del Signore, egli osserva tutti i suoi sentieri” (Proverbi 5:18-21).

“Non amate il mondo né le cose che sono nel mondo. Se uno ama il mondo, l'amore del Padre non è in lui” (1 Giovanni 2:15). La concupiscenza è il meglio che il mondo abbia da offrire, ma l'amore ti offre la miglior vita del mondo.

LA SFIDA DI OGGI

FALLA FINITA ADESSO. SCOVA OGNI OGGETTO DI CONCUPISCENZA NELLA TUA VITA E RIMUOVILLO. STANA OGNI MENZOGNA CHE HAI BEVUTO ANDANDO ALLA RICERCA DI PIACERI PROIBITI E RESPINGILA. LA CONCUPISCENZA NON PUÒ AVERE IL PERMESSO DI VIVERE IN UNA STANZA DI CASA TUA. DEVE ESSERE UCCISA E DISTRUTTA – OGGI – E SOSTITUITA CON LE PROMESSE CERTE DI DIO E CON UN CUORE RIPIENO DEL SUO AMORE PERFETTO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa hai identificato come area di concupiscenza? Quanto ti è costato nel corso del tempo? In che modo ti ha impedito di essere la persona che volevi essere? Scrivi qualcosa sul tuo rinnovato impegno a cercare il Signore e a desiderare la persona che hai sposato, invece di perseguire desideri insensati.

L'amore perdona

"Quello che ho perdonato, se ho perdonato qualcosa, l'ho fatto per amor vostro, davanti a Cristo" (2 Corinzi 2:10).

Questa è difficile, forse la sfida più difficile di tutto il libro. Ma se vuoi che ci sia qualche speranza per il tuo matrimonio, devi prendere questa sfida assolutamente sul serio. Consulenti e ministri di culto che hanno a che fare quotidianamente con coppie in crisi possono dirti che questo è il problema più complesso di tutti, una rottura che è spesso l'ultima a essere riparata. Non può essere semplicemente presa in considerazione e discussa, ma deve essere deliberatamente messa in pratica. Il perdono deve avvenire, o il matrimonio non avrà successo.

Gesù fornì una vivida illustrazione del perdono con la parabola del servo ingrato. Un uomo debitore di una somma considerevole fu sorpreso dalla decisione del suo signore di condonargli completamente il debito in seguito alle sue richieste di grazia. Ma dopo essere stato affrancato da quell'enorme peso, il servo fece una cosa inaspettata: si recò da un uomo che gli doveva una somma molto minore ed esigette il pagamento immediato del debito. Quando il signore lo venne a sapere, la sua decisione nei confronti del primo servo ebbe una svolta drammatica. *"E il suo signore, adirato, lo diede in mano degli aguzzini fino a quando non avesse pagato tutto quello che gli doveva"* (Matteo 18:34). Un giorno iniziato con gioia e sollievo era finito nel dolore e nella disperazione.

Tortura. Prigione. Quando pensi alla mancanza di perdono è questo che dovrebbe venirti in mente, poiché Gesù disse: *"Così vi farà anche il Padre mio celeste, se ognuno di voi non perdona di cuore al proprio fratello"* (Matteo 18:35).

Immagina di trovarti in un carcere. Ti guardi intorno e vedi una serie di celle. Lì dentro sono incarcerate persone del tuo passato, persone che ti hanno ferito quando eri un bambino. Vedi individui che un tempo consideravi amici, ma che a un certo punto della vita ti hanno fatto un torto. Forse vedi anche uno o entrambi i tuoi genitori, un fratello, una sorella o qualche altro familiare. C'è persino la persona che hai sposato lì vicino, chiusa come tutti gli altri in questa prigione che tu hai creato.

Perché, vedi, questa prigione si trova nel tuo cuore. Questo luogo oscuro, pieno di spifferi e deprimente continua ad esistere ogni

"Fate questo come uomini liberi, che non si servono della libertà come di un velo per coprire la malizia, ma come servi di Dio"
(1 Pietro 2:16).

giorno dentro di te. Ma poco distante c'è Gesù che ti porge una chiave per aprire le celle e liberare ogni prigioniero.

No. Non vuoi proprio saperne. Quelle persone ti hanno fatto troppo del male. Sapevano che cosa stavano facendo e lo hanno fatto ugualmente: persino la persona che hai sposato, quella su cui dovresti poter contare più di chiunque altro. Perciò respingi l'offerta e ti volti. Non sei disposto a stare ancora lì e vedere Gesù, la chiave nella sua mano, consapevole della sua richiesta. È troppo per te.

Ma mentre cerchi di andare via fai una scoperta sconcertante. Non c'è modo di uscire. Sei intrappolato lì dentro insieme con tutti gli altri prigionieri. La tua mancanza di perdono, la tua collera e la tua amarezza hanno reso prigioniero anche te. Come il servo nella parabola di Gesù, al quale fu condonato un debito enorme, hai scelto di non perdonare e sei stato consegnato ai carcerieri e agli aguzzini. La tua libertà dipende adesso dalla tua disponibilità a perdonare.

Per giungere a questa conclusione di solito ci vuole un po' di tempo. Vediamo ogni genere di rischi e di pericoli legati alla concessione del perdono. Per esempio, ciò che hanno fatto è stato veramente grave, che lo ammettano o no. Magari non ne sono nemmeno dispiaciuti. Magari si sentono perfettamente giustificati per ciò che hanno fatto, al punto di accusare *te* per ciò che è successo. Ma il perdono non assolve nessuno dalla colpa. Non mette l'altro in regola con Dio. Semplicemente ti esonera dal doverti preoccupare di come punire la persona che ti ha fatto un torto. Quando perdoni qualcuno, non lo liberi. Ne affidi semplicemente il destino a Dio, che se ne occuperà a modo suo. Ti eviti il tormento di elaborare nuove discussioni o di cercare di avere la meglio sulla situazione. Non si tratta più di vincere o di perdere. Si tratta di essere liberi. Si tratta di lasciare la presa.

Per questo senti spesso persone che hanno genuinamente perdonato dire: "È stato come se mi fosse stato tolto un peso dalle spalle". Sì, è *esattamente* così. È come una boccata d'aria fresca che ti arriva nel cuore. L'aria viziata del carcere viene inondata di luce e freschezza. Per la prima volta da tanto tempo ti senti in pace. Ti senti libero.

Ma come si fa? Cedi la tua collera e la responsabilità del giudizio nei confronti di quella persona al Signore.

"Non fate le vostre vendette, miei cari, ma cedete il posto all'ira di Dio; poiché sta scritto: A me la vendetta; io darò la retribuzione, dice il Signore" (Romani 12:19).

Come fai a sapere che lo hai fatto? Lo sai quando il pensiero del loro nome o del loro volto, anziché farti ribollire il sangue, ti fa sentire dispiaciuto per loro, ti fa sperare sinceramente che invertano la rotta.

Ci sarebbe ancora molto da dire e molte sono le questioni emotive che potresti aver bisogno di affrontare per arrivare a quel punto. Ma i grandi matrimoni non sono creati da persone che non si feriscono mai, ma soltanto da persone che scelgono di non addebitare il male (1 Corinzi 13:5).

LA SFIDA DI OGGI

QUALUNQUE COSA TU NON ABBA PERDONATO ALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO, PERDONALA OGGI. LASCIALA ANDARE. COME OGNI GIORNO CHIEDIAMO A GESÙ DI RIMETTERE I NOSTRI DEBITI, COSÌ DOBBIAMO CHIEDERGLI OGNI GIORNO DI AIUTARCI A RIMETTERLI AI NOSTRI DEBITORI. LA MANCANZA DI PERDONO HA TENUTO PRIGIONIERI TE E LA PERSONA CHE HAI SPOSATO PER TROPPO TEMPO. DICHIARA CON TUTTO IL CUORE: "SCELGO DI PERDONARE".

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa hai perdonato oggi alla persona che hai sposato? Per quanto tempo ti sei portato appresso quel peso? Che possibilità ci sono, adesso, che tu lasci la questione a Dio?

L'amore è responsabile

"Nel giudicare gli altri condanni te stesso; infatti tu che giudichi, fai le stesse cose" (Romani 2:1).

Oggi sarà difficile. Ma se cerchi la forza e la sapienza di Dio ce la farai. Potrebbe essere una pietra miliare nel tuo matrimonio. Devi solo volerlo. Decidi perciò di concentrarti su ciò che il Signore vuole dirti e proponiti di seguire la sua guida.

Oggi affrontiamo la *responsabilità personale*. Siamo tutti concordi nel considerarla qualcosa che gli altri dovrebbero avere, ma abbiamo difficoltà a collegarla a noi stessi. Negli ultimi decenni c'è stato un calo di responsabilità personale. Sempre più persone si rifiutano di riconoscere i propri errori. Lo vediamo nella politica. Lo vediamo negli affari. Lo vediamo nella vita delle persone famose.

Ma non è un problema limitato alle persone ricche e famose. Per trovare un esempio di qualcuno che ha una scusa per ogni azione, non dobbiamo far altro che guardarci allo specchio. Facciamo così presto a giustificare le nostre motivazioni. Facciamo in fretta a deviare le critiche. Facciamo in fretta a dar la colpa agli altri, soprattutto alla persona che abbiamo sposato, la persona più facile da incolpare.

Tendiamo a credere che il nostro punto di vista sia corretto, o in ogni caso più corretto di quello della persona che ci sta accanto. E non crediamo che qualcun altro, nelle stesse circostanze, agirebbe in modo molto differente da noi. Per quanto ci riguarda, facciamo del nostro meglio. E la persona che abbiamo sposato dovrebbe soltanto essere contenta che siamo così buoni con lei.

Ma l'amore non attribuisce le colpe con tale facilità e non giustifica le motivazioni egoistiche. L'amore è molto più preoccupato dei bisogni degli altri che delle proprie prestazioni. Quando l'amore si assume la responsabilità delle proprie azioni non è per dimostrare quanto sei stato nobile, ma piuttosto per ammettere che hai ancora molta strada da fare.

L'amore non cerca scuse. L'amore continua a darsi da fare per operare una differenza; in te e nel tuo matrimonio.

Per questo motivo, la prossima volta che avrai una discussione con la persona che hai sposato, invece di pensare a come ribattere, fermati e considera se c'è qualcosa che valga la pena sentire in ciò

"Gesù diceva: Padre, perdona loro, perché non sanno quello che fanno"
(Luca 23:34).

che lei sta dicendo. Che cosa potrebbe accadere nella tua relazione se invece di attribuire colpe ammettessi prima di tutto i tuoi torti? Come afferma la Bibbia: *“Un rimprovero fa più impressione all'uomo intelligente, che cento percosse allo stolto”* (Proverbi 17:10).

L'amore è responsabile ed è disposto ad ammettere e a correggere prima di tutto le proprie mancanze e i propri errori. Ti stai assumendo la responsabilità per la persona che hai scelto come amore della tua vita? Quanto sei attento ad assicurarti che i suoi bisogni siano soddisfatti? O ti preoccupa semplicemente che l'altra persona soddisfi i tuoi? L'amore ci chiama alla responsabilità nei confronti della persona che abbiamo sposato. Ad amarla. A onorarla. A prendercene cura.

Ti assumi la responsabilità delle tue mancanze? Hai fatto o detto qualcosa di sbagliato alla persona che hai sposato; o a Dio? L'amore desidera una relazione giusta sia con Dio, sia con l'altro. Una volta sistemata tale questione ci sono le basi affinché si mettano a posto anche altre aree.

Potrebbe volerci del tempo per sviluppare un autentico pentimento nel tuo cuore. L'orgoglio oppone una strenua resistenza alla responsabilità, ma l'umiltà e l'onestà davanti a Dio e alla persona che hai sposato sono fondamentali per una relazione sana.

Questo non vuol dire che tu abbia sempre torto e l'altro sempre ragione. Non ti si chiede di trasformarti in uno zerbino. Ma se c'è qualcosa che non è a posto tra te e Dio, o tra te e la persona che hai sposato, allora dovresti darle la massima priorità.

“Se diciamo di essere senza peccato, inganniamo noi stessi, e la verità non è in noi” (1 Giovanni 1:8).

Tuttavia: *“se confessiamo i nostri peccati, egli è fedele e giusto da perdonarci i peccati e purificarci da ogni iniquità”* (1 Giovanni 1:9). Confessa prima i tuoi peccati, poi avrai le basi giuste per affrontare le questioni coniugali.

Per camminare con Dio e conservare il suo favore devi restare puro davanti a lui. Non significa che tu non possa sbagliare mai, ma quando succede devi confessarlo a Dio e chiedere il suo perdono.

La persona che hai sposato potrebbe affermare che le hai fatto un torto o l'hai ferita senza mai rimettere a posto le cose? Fa parte della propria responsabilità ammettere le mancanze e chiedere perdono. È il momento di umiliare te stesso, di correggere le offese e di riparare i danni. È un atto d'amore. Dio vuole che non ci siano questioni irrisolte tra voi due.

Il problema è che per farlo sinceramente devi inghiottire l'orgoglio e chiedere perdono a prescindere dalla reazione dell'altro. L'altro

dovrebbe perdonarti, ma la tua responsabilità non dipende da quella decisione. Ammettere gli errori è una *tua* responsabilità. Se la persona che hai sposato ti ha fatto del torto, lascia che sia lei a occuparsene in un altro momento.

Chiedi a Dio di mostrarti dove sei venuto meno nella tua responsabilità e poi metti prima di tutto le cose a posto con lui. Una volta fatto questo devi mettere le cose a posto con la persona che hai sposato. Potrebbe essere la cosa più difficile che tu abbia mai fatto, ma è di importanza cruciale per fare il passo successivo nel tuo matrimonio e con Dio. Se sei sincero, potresti essere sorpreso dalla grazia e dalla forza che Dio ti darà quando farai questo passo.

LA SFIDA DI OGGI

PRENDITI DEL TEMPO PER PREGARE PER I TUOI TORTI. CHIEDI IL PERDONO DI DIO E POI UMILIATI AL PUNTO DI AMMETTERLI ALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO. FALLO SINCERAMENTE. CHIEDI PERDONO ANCHE ALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO. A PRESCINDERE DALLA SUA REAZIONE, ASSUMITI LA TUA RESPONSABILITÀ CON AMORE. ANCHE SE RISPONDE A SUON DI CRITICHE, ACCOGLILE COME CONSIGLI.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa è necessario affinché la persona che hai sposato veda per credere che la tua confessione sia qualcosa di più che semplici parole?

L'amore incoraggia

*"Proteggimi e salvami; fa' che io non sia confuso,
perché in te confido" (Salmo 25:20).*

Il matrimonio è in grado di cambiare la nostra visione. Ci sposiamo aspettandoci che l'altro realizzi le nostre speranze o ci renda felici. Ma è qualcosa che la persona che abbiamo sposato non potrà mai fare. Le aspettative irrealistiche generano delusione. Più le tue aspettative sono elevate, più è probabile che il partner ti deluda e ti causi frustrazione.

Se una moglie si aspetta che il marito sia sempre puntuale, sia sempre in ordine e comprenda tutti i suoi bisogni, vivrà probabilmente la maggior parte della sua vita coniugale costantemente delusa. Ma se è realistica e comprende che il marito è un essere umano smemorato e a volte sbadato, allora sarà più contenta tutte le volte in cui lo vedrà responsabile, amorevole e gentile.

Il divorzio è quasi inevitabile quando i coniugi non permettono all'altro di essere umano. È dunque necessario un diverso modo di pensare. Devi scegliere di vivere sulla base dell'*incoraggiamento* piuttosto che delle *aspettative*. Senza il tuo incoraggiamento amorevole e un intervento da parte di Dio, probabilmente la persona che hai sposato continuerà ad essere in futuro come è stata negli ultimi dieci anni. L'amore pone l'enfasi sulla responsabilità personale e sul miglioramento di sé stessi piuttosto che sulle pretese nei confronti degli altri.

Gesù fornì un'illustrazione al riguardo parlando della persona che vedeva la "pagliuzza" nell'occhio dell'altro senza accorgersi della "trave" nel suo.

"O, come potrai tu dire a tuo fratello: Lascia che io ti tolga dall'occhio la pagliuzza", mentre la trave è nell'occhio tuo? Ipocrita, togli prima dal tuo occhio la trave, e allora ci vedrai bene per trarre la pagliuzza dall'occhio di tuo fratello" (Matteo 7:4-5).

La persona che hai sposato ha l'impressione di vivere con un ispettore di pagliuzze? È sempre sul chi vive, timorosa di non essere all'altezza delle tue aspettative? Affermerebbe che i giorni in cui percepisce la tua disapprovazione sono più di quelli in cui si sente approvata?

Forse risponderai dicendo che il problema non è tuo, ma dell'altra persona. Se davvero non è all'altezza in così tante cose, che

*"Ciascuno esamini invece l'opera propria; così avrà modo di vantarsi
in rapporto a sé stesso e non perché si paragona agli altri"
(Galati 6:4).*

colpa ne hai tu? Per quanto ti riguarda, dovete entrambi fare tutto il possibile affinché il matrimonio funzioni. Se la persona che hai sposato non vuole ricevere tutte quelle critiche da parte tua deve riconoscere che le questioni che sollevi sono legittime. Non stai affatto dicendo di essere perfetto, ci mancherebbe altro, ma dovresti poter dire quello che pensi. Giusto?

Il problema di questo genere di atteggiamento è che poche persone sono in grado di reagire alle critiche con assoluta obiettività. Quando sembra chiaro che qualcuno è infelice con te – che sia per un confronto diretto o per il rifiuto di comunicare – è difficile non prendere sul personale il suo disappunto. Soprattutto nel matrimonio.

Dopotutto, a differenza delle relazioni di amicizia, la tua relazione coniugale è iniziata con entrambi che vi facevate in quattro per accontentare l'altro. Quando eravate fidanzati eravate affascinati dalla personalità l'uno dell'altro. Non potevate quasi sbagliare. La vostra vita insieme era molto più facile. E sebbene non ti aspettassi che restasse in quel modo per sempre, certamente non vedevi l'altro così peccaminoso e collerico nei tuoi confronti. Non ti saresti mai aspettato che la persona che aveva promesso di amarti sarebbe arrivata al punto in cui non sembra nemmeno che tu le piaccia.

Perciò quando questo netto contrasto diviene realtà, la tua reazione naturale è di opporre resistenza. All'inizio del matrimonio eri magari più incline ad ascoltare e a operare sottili cambiamenti. Ma con il passare degli anni la disapprovazione della persona che hai sposato ti spinge solo a trincerarti. Invece di invogliarti a cambiare le cose, ti fa desiderare di scavare ancora più a fondo.

Ma l'amore è troppo accorto per una cosa del genere. Invece di mettere la persona che hai sposato nella posizione di ribellarsi, l'amore ti insegna a concederle spazio. Anche se sei un individuo concentrato sullo scopo e che esige molto da sé stesso, l'amore ti insegna a non proiettare le tue ambizioni sull'altro. Devi renderti conto che il matrimonio è una relazione da godere e assaporare man mano. È un'amicizia unica concepita da Dio stesso in cui due persone vivono insieme con le proprie imperfezioni, ma le affrontano incoraggiandosi reciprocamente, non scoraggiandosi.

La Bibbia afferma: *"Fortificate le mani infiacchite, rafforzate le ginocchia vacillanti!"* (Isaia 35:3). E ancora: *"Perciò, consolatevi a vicenda ed edificatevi gli uni gli altri, come d'altronde già fate... Vi esortiamo, fratelli, ad ammonire i disordinati, a confortare gli scoraggiati, a sostenere i deboli, a essere pazienti con tutti"* (1 Tessalonicesi 5:11 e 14).

Non vuoi che la vita coniugale sia il contesto in cui puoi esprimere liberamente te stesso e crescere in un ambiente sicuro che ti incoraggia anche quando sbagli? Lo vuole anche la persona che hai sposato, ed è l'amore a concederle quel privilegio. Se l'altro ti ha detto in più di una occasione che lo fai sentire abbattuto e frustrato, prendi a cuore le sue parole. Impegnati a rinunciare giorno per giorno alle aspettative irrealistiche e diventa il più grande incoraggiatore della persona che hai sposato. E la persona che Dio voleva che lei fosse nel momento in cui l'ha creata, emergerà con rinnovati amore e fiducia nei tuoi confronti.

LA SFIDA DI OGGI

ELIMINA IL VELENO DELLE ASPETTATIVE IRREALISTICHE DA CASA TUA. PENSA AD UN'AREA IN CUI LA PERSONA CHE HAI SPOSATO TI HA DETTO CHE TI ASPETTI TROPPO ED ESPRIMI IL TUO DISPIACERE PER ESSERE STATO COSÌ INFLESSIBILE AL RIGUARDO. PROMETTI ALLA PERSONA CHE TI STA ACCANTO CHE CERCHERAI DI COMPRENDERLA E CONFERMALE IL TUO AMORE INCONDIZIONATO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quando ti crei aspettative elevate nei confronti della persona che hai sposato ed essa non si sente interiormente motivata a soddisfarle, che cosa ti rivela questo riguardo a te stesso? In quali modi potresti meglio affrontare questi contrasti nella relazione?

L'amore compie sacrifici

"Da questo abbiamo conosciuto l'amore: egli ha dato la sua vita per noi; anche noi dobbiamo dare la nostra vita per i fratelli"
(1 Giovanni 3:16).

La vita può essere difficile. Ma di solito vogliamo dire che la nostra vita può essere difficile. Siamo i primi a sentirlo quando siamo noi quelli che vengono maltrattati o importunati. Facciamo in fretta ad imbronciarci quando siamo noi quelli che si sentono deprivati o incompresi. Quando la vita è difficile per noi, lo notiamo.

Ma troppo spesso l'unico modo in cui notiamo che la vita è difficile per la persona che abbiamo sposato è quando questa comincia a lamentarsene. Ma allora, invece di prenderci genuinamente cura di lei e di accorrere in suo aiuto, cominciamo a pensare che abbia un atteggiamento negativo. La sua sofferenza e la pressione che essa subisce non hanno su di noi lo stesso effetto della nostra sofferenza e delle pressioni che noi subiamo. Quando vogliamo lamentarci ci aspettiamo che tutti comprendano e siano dispiaciuti per noi.

Questo non accade quando l'amore è all'opera. L'amore non ha bisogno di essere svegliato all'improvviso dagli evidenti segni di sofferenza della persona che abbiamo sposato. Prima ancora che le preoccupazioni e i problemi comincino a seppellirla, l'amore si è già messo in azione. Vede il peso che comincia ad accumularsi e accorre in aiuto. Questo perché l'amore vuole che tu sia sensibile alla persona che hai sposato.

L'amore compie sacrifici. Ti mantiene talmente in sintonia con le necessità di chi hai sposato che spesso agisci prima ancora che ti venga chiesto qualcosa. E quando non noti niente in anticipo e devi attendere di essere informato riguardo a ciò che succede, l'amore risponde affrontando il nocciolo del problema.

Anche quando l'altro verbalizza la sua situazione di stress con espressioni di accusa, l'amore mostra compassione piuttosto che ritirarsi sulla difensiva. L'amore ti ispira a dire "no" a ciò che tu vuoi affinché tu possa dire "sì" alle necessità dell'altro.

Gesù fece così. Diede la sua vita per noi per mostrarci che anche noi dovremmo dare la nostra vita per gli altri. Ci insegnò che l'amore trova dimostrazione quando vede un bisogno altrui e fa di tutto per soddisfarlo.

"Facciamo attenzione gli uni agli altri per incitarci all'amore e alle buone opere"
(Ebrei 10:24).

“Perché ebbi fame e mi deste da mangiare; ebbi sete e mi deste da bere; fui straniero e mi accoglieste; fui nudo e mi vestiste; fui ammalato e mi visitaste; fui in prigione e veniste a trovarmi” (Matteo 25:35-36).

Sono questi i generi di bisogno che dovresti cercare nella persona che hai sposato. Invece di startene in poltrona irritato perché l'altro non ti tratta come pensi che dovrebbe fare, lascia che l'amore ti tiri fuori dalla tua autocommiserazione e rivolga la tua attenzione ai suoi bisogni.

Ha fame? Ha bisogno di te sessualmente anche se tu non ti senti in vena?

Ha sete? Brama il tempo e le attenzioni che tu sembri in grado di concedere a chiunque altro?

Si sente come uno *straniero*? È insicuro sul lavoro e ha bisogno di ritrovare a casa un rifugio e un santuario?

È *nuda*? Prova paura o vergogna e ha un bisogno disperato della calda coperta delle tue amorevoli espressioni di affermazione?

È *ammalato*? È fisicamente sposato e ha bisogno che lo aiuti a proteggerlo dalle interruzioni?

Si sente in *prigione*? È timorosa e depressa e ha bisogno di un po' di sicurezza e di un tuo intervento?

L'amore è disposto a compiere sacrifici per soddisfare nel modo migliore possibile i bisogni dell'altra persona. Quando l'altro si sente oppresso e sotto tiro, l'amore ti esorta a mettere da parte ciò che ti pare essenziale per la tua vita e aiutarlo, anche se si tratta soltanto di prestargli ascolto.

Spesso ciò di cui la persona ha veramente bisogno è di risolvere la situazione parlandone. Ha bisogno di vedere nei tuoi occhi attenti che ti interessa davvero quello che sta passando e che vuoi sinceramente aiutarla a trovare delle soluzioni. Ha bisogno che preghi con lei riguardo al da farsi e che poi continui a interessarti all'evolversi della situazione.

Le parole: “In che modo posso aiutarti?” devono essere sempre sulle tue labbra.

Le soluzioni potrebbero essere semplici e alla tua portata oppure complesse e costose e richiedere tempo, energie e grandi sforzi. In ogni caso devi fare tutto il possibile per soddisfare i bisogni reali della persona che è parte di te. Dopotutto, quando la aiuti, aiuti anche te stesso. Questa è la componente meravigliosa del sacrificio in favore del coniuge. Gesù lo fece per noi. Ed egli ci estende la grazia per farlo per altri.

Quando i credenti del Nuovo Testamento cominciarono a vivere fondandosi sull'amore, la loro esistenza era contrassegnata da condivisione e sacrifici. Il loro desiderio più grande era di adorare il Signore e servire il suo popolo. *“Tutti quelli che credevano stavano insieme e avevano ogni cosa in comune; vendevano le proprietà e i beni, e li distribuivano a tutti, secondo il bisogno di ciascuno”* (Atti 2:44-45). Come l'apostolo Paolo scrisse a una delle chiese di un decennio successivo: *“E io molto volentieri spenderò e sacrifierò me stesso per voi”* (2 Corinzi 12:15). Le vite risuscitate dalla morte grazie al sacrificio di Gesù dovrebbero essere pronte e disposte a compiere sacrifici quotidiani per soddisfare i bisogni degli altri.

LA SFIDA DI OGGI

QUAL È IN QUESTO MOMENTO UNO DEI MAGGIORI BISOGNI NELLA VITA DELLA PERSONA CHE HAI SPOSATO? C'È UN BISOGNO CHE OGGI POTRESTI TOGLIERE DALLE SUE SPALLE CON UN CORAGGIOSO ATTO SACRIFICALE DA PARTE TUA? CHE IL BISOGNO SIA PICCOLO O GRANDE, PROPONITI DI FARE TUTTO CIÒ CHE È IN TUO POTERE PER SODDISFARLO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

In che misura lo stress della persona che hai sposato dipende dalla tua mancanza di attenzioni e di iniziative? Quando hai manifestato il desiderio di aiutarla che reazione hai ottenuto? Ci sono altri bisogni che potresti soddisfare?

La motivazione dell'amore

"Servendo con benevolenza, come se serviste il Signore e non gli uomini" (Efesini 6:7).

Non è necessaria molta esperienza per scoprire che la persona che hai sposato non stimolerà sempre il tuo amore. Di fatto, molte volte ti demotiverà. Più spesso di quanto vorresti, ti sarà difficile trovare l'ispirazione giusta per manifestare il tuo amore. L'altra persona potrebbe persino non accettarlo quando lo esprimi. È semplicemente la natura della vita, anche in matrimoni discretamente sani.

Sebbene l'umore e le emozioni possano creare ogni genere di impulsi motivazionali cangianti, ce n'è uno che resterà sempre stabile. Quando è Dio il motivo per cui ami, la tua capacità di amare è garantita.

È così perché l'amore viene da lui.

Vedila in questo modo. Quando eri piccolo i tuoi genitori ti avranno certamente dato delle regole da rispettare. Dovevi andare a letto ad una certa ora. Dovevi tenere la camera accettabilmente in ordine. Prima di poter andare a giocare dovevi aver finito i compiti per la scuola. Se non eri diverso dagli altri facevi uno strappo a queste regole con la stessa frequenza con cui le rispettavisti. E se non vi fossi stato costretto dalle imposizioni e dalle conseguenze avresti disubbidito del tutto.

Ma se lungo il percorso hai incontrato Cristo o hai ricevuto una qualche sorta di insegnamento biblico, probabilmente sei venuto in contatto con questo concetto: *"Figli, ubbidite ai vostri genitori in ogni cosa, poiché questo è gradito al Signore"* (Colossesi 3:20). Se hai preso a cuore questa esortazione, ti sei reso conto che non era più soltanto ai tuoi genitori che dovevi rispondere.

Non era più un conflitto di volontà tra te e una figura autoritaria in carne e ossa. Adesso era una questione tra te e Dio. Mamma e papà erano soltanto gli intermediari.

A conti fatti, però, la relazione tra genitori e figli non è la sola cosa che migliora quando permetti a Dio di diventare la tua motivazione di base.

Considera le seguenti aree in cui dovremmo perseguire l'obiettivo di essere graditi a Dio:

"Portate i pesi gli uni degli altri e adempirete così la legge di Cristo"
(Galati 6:2).

Lavoro. "Qualunque cosa facciate, fatela di buon animo, come per il Signore e non per gli uomini" (Colossesi 3:23).

Servizio. "Servi, ubbidite in ogni cosa ai vostri padroni secondo la carne; non servendoli soltanto quando vi vedono, come per piacere agli uomini, ma con semplicità di cuore, temendo il Signore" (Colossesi 3:22).

Tutto. "Qualunque cosa facciate, fatela di buon animo, come per il Signore e non per gli uomini, sapendo che dal Signore riceverete per ricompensa l'eredità. Servite Cristo, il Signore!" (Colossesi 3:23-24).

Persino il matrimonio. "Mogli, siate sottomesse ai vostri mariti, come si conviene nel Signore" (Colossesi 3:18). "Mariti, amate le vostre mogli, come anche Cristo ha amato la chiesa e ha dato sé stesso per lei" (Efesini 5:25).

L'amore che si esige da te nel matrimonio non dipende dalla dolcezza o dall'adeguatezza della persona che hai sposato. L'amore tra marito e moglie dovrebbe avere un obiettivo primario: onorare il Signore con devozione e sincerità. Il fatto che in questo sia di benedizione per la persona amata, è semplicemente un meraviglioso beneficio aggiuntivo.

Questo mutamento di prospettiva è di importanza cruciale per un cristiano. Essere in grado di svegliarti sapendo che Dio è la tua fonte e Colui che provvede per te – non soltanto per i tuoi bisogni personali, ma anche per quelli della persona che hai sposato – cambia completamente la ragione per cui interagisci con l'altro.

Non è più questa persona imperfetta a decidere quanto amore manifesterai, ma è il tuo Dio perfetto che può usare anche una persona imperfetta come te per concedere amorevole favore a un'altra persona.

È diventato alquanto difficile vivere con tua moglie ultimamente? La lentezza con cui supera un disaccordo ti fa perdere la pazienza? Non potrebbe semplicemente piantarla? Non negarle il tuo amore solo perché la pensa diversamente da te. Amala come se lo facessi per il Signore.

Tuo marito non ti ascolta, non ti parla più di tanto e pare preso da qualcosa che non ha alcun interesse a condividere con te? Ti ferisce la sua indisponibilità ad aprirsi con te? Sei stanca del fatto che sia così brusco con te e che non si occupi nemmeno dei figli come dovrebbe? Non ribattere con una doppia dose di silenzio e disattenzione. Amalo comunque. Come se lo facessi per il Signore.

L'amore motivato solo dal dovere, non può resistere a lungo. E l'amore che è motivato soltanto da condizioni favorevoli non avrà mai la certezza di avere sufficiente ossigeno per continuare a respirare. Soltanto l'amore elevato come un'offerta a Dio – restituito a lui in segno di gratitudine per tutto ciò che ha fatto – è in grado di sostenersi quando tutte le altre ragioni hanno perduto la capacità di stimolarci.

Chi si accontenta di un matrimonio mediocre può lasciare il proprio amore al caso e sperare per il meglio. Ma se vuoi dare alla persona che hai sposato il miglior amore possibile, hai bisogno di mirare alla più elevata motivazione dell'amore. L'amore che ha Dio al centro è in grado di raggiungere picchi inimmaginabili.

LA SFIDA DI OGGI

PRIMA DI RIVEDERE OGGI LA PERSONA CHE HAI SPOSATO PREGA PER LEI E PER I SUOI BISOGNI CHIAMANDOLA PER NOME. CHE TI SIA FACILE O NO, DICHIARALE IL TUO AMORE E POI DIMOSTRAGLIELO CONCRETAMENTE. TORNA QUINDI A DIO IN PREGHIERA, RINGRAZIANDOLO PER AVERTI DATO IL PRIVILEGIO DI AMARE QUELLA PERSONA SPECIALE; CIOÈ INCONDIZIONATAMENTE, NEL MODO IN CUI EGLI VI AMA ENTRAMBI.

— Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

In che modo questo mutamento di motivazione influenza la tua relazione e le tue reazioni? Che cosa ti spinge a fare? Che cosa ti spinge a non fare più?

L'amore porta unità

"Padre santo, conservali nel tuo nome, quelli che tu mi hai dati, affinché siano uno, come noi" (Giovanni 17:11).

Una delle cose più straordinarie riguardo alla Bibbia è il modo in cui è collegata insieme, con tematiche coerenti che la percorrono dall'inizio alla fine. Sebbene sia stata scritta in un arco di tempo di 1.600 anni da oltre quaranta scrittori di differente estrazione e diverso livello di abilità, Dio l'ha sovraneamente redatta come un'unica voce. E continua a parlare per mezzo di essa oggi senza mai contraddirsi.

Unità. Compattezza. Accordo.

Sono le incrollabili caratteristiche di Dio.

Dall'inizio dei tempi vediamo la sua unità all'opera per mezzo della Trinità: Padre, Figlio e Spirito Santo. Dio il Padre è lì che crea i cieli e la terra. Lo Spirito aleggia *"sulla superficie delle acque"* (Genesi 1:2). E il Figlio: *"che è splendore della sua gloria e impronta della sua essenza"* (Ebrei 1:3), si unisce a loro portando il mondo all'esistenza con la parola. *"Facciamo l'uomo a nostra immagine, conforme alla nostra somiglianza"* (Genesi 1:26).

Facciamo. Nostra.

Tutti e tre sono in perfetta unità di mente e di proposito.

Successivamente vediamo Gesù uscire dalle acque battesimali e lo Spirito scendere in forma di colomba e su questa scena maestosa il Padre annuncia: *"Questo è il mio diletto Figlio, nel quale mi sono compiaciuto"* (Matteo 3:17).

Gesù disse poi: *"Sono disceso dal cielo non per fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato"* (Giovanni 6:38). Desidera esaudire le preghiere dei suoi seguaci: *"affinché il Padre sia glorificato nel Figlio"* (Giovanni 14:13). Chiede al Padre di mandare lo Spirito Santo, sapendo che lo Spirito renderà fedelmente testimonianza al Figlio che ama, perché *"nessuno conosce le cose di Dio se non lo Spirito di Dio"* (1 Corinzi 2:11).

Padre, Figlio e Spirito sono in perfetta unità. Si servono l'un l'altro, si amano l'un l'altro e si onorano l'un l'altro. Sebbene uguali, gioiscono quando l'altro è lodato. Sebbene distinti, sono uno, indivisibili.

E poiché questa relazione è così speciale – così rappresentativa dell'immensità e dello splendore di Dio – egli ha scelto di farcene

"Quanto a me e alla casa mia, serviremo il Signore"
(Giosuè 24:15).

L'amore soddisfa i bisogni sessuali

*"Il marito renda alla moglie ciò che le è dovuto;
lo stesso faccia la moglie verso il marito" (1 Corinzi 7:3).*

Alcune persone pensano che la Bibbia non abbia nulla di buono da dire riguardo al sesso, come se Dio fosse interessato soltanto a dirci quando non farlo e con chi non farlo. In realtà, tuttavia, la Bibbia ha molto da dire sul sesso e sulla benedizione che esso può essere per marito e moglie. Persino i suoi limiti e le sue restrizioni sono il modo che Dio usa per mantenere le nostre esperienze sessuali a un livello bel superiore rispetto a quelle reclamizzate in televisione e nei film.

Nel matrimonio cristiano il romanticismo è destinato a prosperare e fiorire. Dopotutto è stato creato da Dio. È un modo per celebrare ciò che Dio ha donato, diventando una cosa sola con la persona che abbiamo sposato e perseguendo allo stesso tempo la purezza e la santità. Egli prova diletto quando questo accade.

Il Cantico dei Cantici, per esempio, sebbene spesso considerato soltanto un'allegoria della passione di Dio per il suo popolo, è in realtà una splendida storia d'amore. Descrive poeticamente l'unione sessuale tra marito e moglie, mostrando come ognuno dei due risponde all'altro. Esprime come l'onestà e la comprensione nelle questioni sessuali conducano a una vita di fiducioso amore insieme.

È vero che il sesso è soltanto un aspetto del matrimonio. Ma con il passare del tempo uno dei due lo considererà probabilmente molto più importante rispetto all'altro. Di conseguenza la natura della vostra unità come marito e moglie sarà minacciata e in pericolo.

Ricordiamo che le basi bibliche del matrimonio furono originariamente espresse con la creazione di Adamo e Eva. Lei fu creata per essere un aiuto adatto a lui (Genesi 2:18). L'unità della loro relazione e dei loro corpi fisici era così forte che fu loro detto di diventare *"una stessa carne"* (Genesi 2:24).

Questa stessa unità distingue ogni matrimonio. Nell'atto romantico uniamo i nostri cuori in un'espressione d'amore che nessun'altra forma di comunicazione può eguagliare. Per questo la Bibbia afferma: *"Il letto coniugale non sia macchiato da infedeltà"* (Ebrei 13:4). Non dobbiamo condividere la stessa esperienza con nessun altro.

"Siano tutti uno, come tu, o Padre, sei in me e io sono in te"
(Giovanni 17:21, versione Nuova Diodati).

Ma siamo deboli. E quando questo bisogno legittimo non viene soddisfatto – quando l'altra persona lo considera egoistico e impegnativo – il nostro cuore si allontana dal matrimonio e siamo tentati di soddisfare il bisogno altrove e in altro modo.

Per contrastare questa tendenza Dio stabilì per il matrimonio la mentalità della "stessa carne".

"La moglie non ha potere sul proprio corpo, ma il marito; e nello stesso modo il marito non ha potere sul proprio corpo, ma la moglie" (1 Corinzi 7:4).

Il sesso non deve essere usato come un oggetto di scambio. Non è qualcosa che Dio ci permette di rifiutare senza conseguenze. Sebbene possano certamente verificarsi abusi in questa cornice concepita da Dio, il nocciolo del matrimonio consiste nel fare di tutto per soddisfare i bisogni dell'altra persona.

Il sesso è un'opportunità che Dio ci ha dato per farlo.

Perciò la Bibbia esorta: *"Non privatevi l'uno dell'altro, se non di comune accordo, per un tempo, per dedicarvi alla preghiera; e poi ritornate insieme, perché satana non vi tenti a motivo della vostra incontinenza"* (1 Corinzi 7:5).

Tu sei la persona chiamata e designata da Dio per soddisfare i bisogni sessuali della persona che hai sposato. Se lasci che si crei una distanza tra voi due in questo campo, se permetti alla noia di prendere piede, stai privando l'altro di qualcosa che gli appartiene di diritto e in modo esclusivo.

Se comunichi all'altro – con parole, azioni o inerzia – che il sesso non dovrebbe avere più spazio di quanto tu voglia concedergliene, lo privi di un senso di onore e di affettuosità che è stato introdotto nel matrimonio per mandato biblico. Viola l'unità del matrimonio in "una stessa carne".

Perciò, che tu sia il coniuge che viene privato o quello che priva l'altro, sappi che il piano di Dio per voi è che vi incontriate a metà strada e giungete a un accordo. Ma sappi anche che non arriverai a quel punto mettendo il broncio, litigando o pretendendo.

L'amore è l'unico mezzo per ristabilire un'unione affettuosa tra di voi.

Tutto ciò che *La sfida dell'amore* implica: pazienza, benevolenza, altruismo, sollecitudine, protezione, onore, perdono, avrà un ruolo nel rinnovare la vostra intimità sessuale. Quando l'amore di Cristo è alla base del vostro matrimonio, potrete godere la forza della vostra amicizia e della vostra relazione sessuale ad un livello che questo mondo non potrà mai conoscere

Dio ha dichiarato: *"Siete stati comprati a caro prezzo"* (1 Corinzi 6:20a). Egli si è innamorato di te e ha fatto di tutto per indurti a desiderarlo. Adesso è il tuo turno di pagare il prezzo dell'affetto per conquistare il cuore dell'altro. Facendolo godrai il puro diletto che sgorga quando l'unione sessuale avviene per le ragioni giuste. E come se non bastasse avrai anche l'opportunità di glorificare Dio nel tuo corpo (1 Corinzi 6:20b). Che meraviglia!

LA SFIDA DI OGGI

SE È POSSIBILE TENTA OGGI UN APPROCCIO SESSUALE CON LA PERSONA CHE HAI SPOSATO. FALLO IN UN MODO CHE ONORI QUEL CHE TI HA DETTO, O HA SOTTINTESO, RIGUARDO A CIÒ DI CUI HA BISOGNO DA TE IN CAMPO SESSUALE. CHIEDI A DIO DI RENDERLO PIACEVOLE PER ENTRAMBI E DI USARLO PER FARVI RAGGIUNGERE UNA MAGGIORE INTIMITÀ.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

È stata un'esperienza soddisfacente per te? Se non è stata come speravi, che cosa credi che abbia complicato le cose? Ne hai fatto un soggetto di preghiera? E se è stata una vera benedizione per entrambi, che cosa può insegnarti questo per il futuro?

L'amore completa l'altro

“Se due dormono assieme, si riscaldano; ma chi è solo, come farà a riscaldarsi?” (Ecclesiaste 4:11).

Dio creò il matrimonio prendendo un uomo e una donna e unendoli in una stessa carne. E sebbene l'amore debba essere disposto ad agire da solo, se necessario, è sempre meglio quando non si limita a un assolo. L'amore può agire da solo quando non è possibile fare altrimenti, ma c'è *“una via, che è la via per eccellenza”* (1 Corinzi 12:31). E l'amore non osa smettere di amare prima di esservi arrivato.

La caratteristica di “completamento” dell'amore fu rivelata all'umanità sin dal principio. Dio diede origine alla razza umana con un maschio e una femmina, due modelli simili, ma complementari, concepiti per operare in armonia.

I nostri corpi sono fatti l'uno per l'altro. La nostra natura e il nostro temperamento conferiscono equilibrio e ci permettono di completare in modo più efficace il compito assegnato. Dalla nostra unione possono nascere dei figli e collaborando potremo educarli al meglio per farli giungere sani all'età matura. Quando uno è debole, l'altro è forte. Quando uno ha bisogno di essere tirato su, l'altro è in grado di risollevarlo e di incoraggiarlo. Moltiplichiamo le reciproche gioie e dividiamo i reciproci dolori.

La Bibbia afferma: *“Due valgono più di uno solo, perché sono ben ricompensati della loro fatica. Infatti, se l'uno cade, l'altro rialza il suo compagno; ma guai a chi è solo e cade senz'averne un altro che lo rialzi!”* (Ecclesiaste 4:9-10). È come le nostre mani, che non coesistono semplicemente, ma moltiplicano l'una l'efficacia dell'altra. Per fare quello che fanno nessuna delle due è completa senza l'altra.

Sebbene le nostre differenze possano spesso essere fonte di incomprensioni e di conflitti, sono state create da Dio e possono essere di costante benedizione, se le rispettiamo.

Uno dei due potrebbe essere più abile in cucina, per esempio, mentre l'altro sarà più portato a lavare i piatti. O magari uno è più mite e in grado di mantenere la pace tra i membri della famiglia, mentre l'altro sa gestire la disciplina in modo più diretto e efficace. Uno potrebbe essere portato per gli affari, ma avrà bisogno che l'altro gli ricordi di essere generoso.

*“Quanto sei bella, quanto sei piacevole, amore mio”
(Cantico dei Cantici 7:7).*

L'amore celebra la devozione

"L'amore... non gode dell'ingiustizia, ma gioisce con la verità"
(1 Corinzi 13:6).

Dal momento in cui chiudi la Bibbia al mattino, quasi tutto quello che incontrerai nel corso della giornata cercherà di allontanarti dalle sue verità. Le opinioni dei tuoi colleghi di lavoro, le notizie diffuse dalla televisione, i siti Web che frequenti, le varie tentazioni della giornata; tutte queste cose e altre ancora ci daranno dentro per modellare la tua percezione di ciò che è vero e più desiderabile nella vita.

Ti diranno che avere uno schianto di moglie che si veste per attirare l'attenzione degli uomini è una buona cosa. Ti diranno che il linguaggio scurrile e l'immoralità nei film non sono un problema per gli adulti. Ti diranno che la chiesa non ha importanza nella vita di una persona. Ti diranno che dobbiamo tutti trovare Dio a modo nostro.

Ti diranno una gran quantità di cose. E le diranno a voce così alta e così di frequente che se non facciamo attenzione, rischieremo di credere che le cose stanno proprio come dicono. Potremmo iniziare a dare valore alle stesse cose a cui gli altri danno valore e a pensare come tutti pensano.

Ma il significato di "vita vera" muta drammaticamente quando comprendiamo che la Parola di Dio è l'espressione definitiva di ciò che la vita vera è. Gli insegnamenti che contiene non sono semplicemente delle valide ipotesi su ciò che dovrebbe avere importanza. Sono principi che riflettono il modo in cui le cose sono realmente, il modo in cui Dio voleva che la vita fosse quando la creò. I suoi ideali e le sue istruzioni sono i soli sentieri per giungere alla vera benedizione e quando vediamo qualcuno che li segue in ubbidienza al Signore, dovremmo rallegrarcene.

Qual è la cosa concernente tuo marito che ti rende più orgogliosa? Quando viene a casa con un trofeo del torneo di golf della ditta o quando riunisce la famiglia prima di andare a letto per pregare insieme e leggere la Bibbia?

Qual è la cosa concernente tua moglie che ti riempie maggiormente di gioia? Quando prova una nuova tecnica di tinteggiatura per la stanza dei bambini o quando la vedi perdonare il vicino il cui cane le ha sradicato le piante?

"Rivestitevi dell'amore che è il vincolo della perfezione"
(Colossesi 3:14).

Sei la persona più influente nella vita di tua moglie o di tuo marito. Hai mai usato tale influenza per guidare l'altro a onorare Dio o a disonorarlo?

L'amore gioisce di ciò che è gradito a Dio. Quando la persona che hai sposato sviluppa sempre più il carattere del credente, persevera nella fede, ricerca la purezza e abbraccia ruoli di donatore e di servitore – divenendo spiritualmente responsabile nella vostra casa – la Bibbia ci esorta a celebrare la cosa. La parola "gioisce" in 1 Corinzi 13:6 racchiude il concetto di entusiasmo assoluto, di un plauso fragoroso per ciò che quella persona sta permettendo a Dio di compiere nella propria vita.

L'apostolo Paolo, che contribuì a fondare e sviluppare molte chiese del primo secolo, scrisse nelle sue lettere quanto lo rendesse felice essere informato della fedeltà e della crescita spirituale dei credenti. *"Noi dobbiamo sempre ringraziare Dio per voi, fratelli, com'è giusto, perché la vostra fede cresce in modo eccellente, e l'amore di ciascuno di voi tutti per gli altri abbonda sempre di più; in modo che noi stessi ci gloriamo di voi nelle chiese di Dio, a motivo della vostra costanza e fede in tutte le vostre persecuzioni e nelle afflizioni che sopportate"* (2 Tessalonicesi 1:3-4).

L'apostolo Giovanni, che era stato al fianco di Gesù e che era diventato uno dei leader principali della chiesa primitiva, scrisse una volta al suo gregge: *"Non ho gioia più grande di questa: sapere che i miei figli camminano nella verità"* (3 Giovanni 4).

Dovrebbe essere questo a stimolarci quando lo vediamo accadere nella persona che abbiamo sposato. Più di quando riesce a risparmiare sulla spesa. Più di quando ha successo sul lavoro. A volte, accettando il punto di vista della cultura moderna su ciò per cui dovremmo congratularci con la persona che abbiamo sposato, rischiamo di renderci colpevoli di incoraggiarla a peccare; magari alimentandone la vanità o lasciando che i maschi si comportino da maschi.

Ma l'amore *"non gode dell'ingiustizia"*; nostra o della persona che abbiamo sposato. Piuttosto, l'amore *"gioisce con la verità"*, come fece l'apostolo Paolo quando scrisse ai Romani: *"Quanto a voi, la vostra ubbidienza è nota a tutti. Io mi rallegro dunque per voi, ma desidero che siate saggi nel bene e incontaminati dal male"* (Romani 16:19). Sapeva che la ricerca della devozione, della purezza e della fedeltà era l'unico modo che avevamo per trovare gioia e appagamento autentici. Essere "saggi" riguardo alla santità e "incontaminati" riguardo al peccato – rimanendo infaticabili e intransigenti mentre affrontiamo la vita – è la tattica per vincere agli occhi di Dio.

E che cosa potremmo augurare di più alla persona che abbiamo sposato che sperimentare il meglio di Dio nella sua vita?

Sii felice per ogni successo della persona che ti sta accanto. Ma conserva le tue più sentite congratulazioni per il momento in cui la vedrai onorare Dio con l'ubbidienza e l'adorazione.

LA SFIDA DI OGGI

PENSA AD UNA CIRCOSTANZA SPECIFICA E RECENTE IN CUI LA PERSONA CHE HAI SPOSATO HA DIMOSTRATO IN MODO EVIDENTE UN CARATTERE CRISTIANO. LODALA PER QUESTO AD UN CERTO PUNTO DELLA GIORNATA DI OGGI.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quale circostanza hai deciso di riconoscere? In quali altri modi potresti celebrare i suoi progressi spirituali? Come potresti incoraggiarla a perseverare?

L'amore rende conto

*"I disegni falliscono, dove mancano i consigli,
ma riescono, dove sono molti i consiglieri" (Proverbi 15:22).*

Imponenti sequoie torreggiano a centinaia di metri nell'aria e sono in grado di resistere a intense pressioni ambientali. Un fulmine può colpirle, possono soffiare venti impetuosi e possono ritrovarsi circondate da un incendio boschivo. Ma le sequoie resistono, rimangono salde, diventando soltanto più forti dopo ogni prova.

Uno dei segreti della forza di questo albero gigante è ciò che accade sotto la superficie. A differenza di altri alberi, le sequoie spandono intorno le proprie radici mettendole in collegamento con quelle delle altre sequoie vicine. In questo modo ogni sequoia ottiene forza e vigore dalle altre.

Il segreto della sequoia è anche una chiave per conservare un matrimonio sano e forte. Una coppia che affronta i problemi da sola avrà più probabilità di disintegrarsi in tempo difficili. Tuttavia, chi inserisce la propria vita in una rete di matrimoni forti aumenta radicalmente le proprie possibilità di sopravvivere alle tempeste più violente. È di importanza cruciale che un marito e una moglie cerchino consigli ispirati, amicizie sane e mentori con esperienza.

Chiunque ha bisogno di consigli saggi nel corso della vita. Le persone sagge li cercano in continuazione e li accolgono con favore. Gli stolti non li cercano e quando gli vengono dati li ignorano.

La Bibbia lo spiega chiaramente: *"La via dello stolto è diritta ai suoi occhi, ma chi ascolta i consigli è saggio"* (Proverbi 12:15).

Ottenere consigli saggi è come avere una mappa stradale dettagliata e una guida personale al fianco quando si affronta un viaggio lungo e impegnativo. Può fare la differenza tra un successo costante e la distruzione di un altro matrimonio. È di vitale importanza che invitate altre coppie stabili a rendervi partecipi della saggezza acquisita attraverso i propri successi e fallimenti.

Perché sprecare la vostra vita a imparare dolorose lezioni quando potreste scoprire le stesse verità in poche ore di saggia consulenza? Perché non attraversare ponti che altri hanno costruito? La saggezza vale più dell'oro. Non accettarla è come lasciarsi sfuggire tra le dita monete di valore inestimabile.

"Camminerò con cuore integro, dentro la mia casa"
(Salmo 101:2).

I validi consulenti matrimoniali vi mettono in guardia prima che prendiate una decisione sbagliata. Vi incoraggiano quando siete pronti a rinunciare. E si complimentano con voi quando giungete a nuovi livelli di intimità nella vostra relazione.

C'è qualche coppia più anziana o una persona amica dello stesso genere a cui potresti rivolgerti per avere consigli, sostegno in preghiera e a cui rendere conto su base regolare? C'è qualcuno nella tua vita che sa colpire nel segno quando parla con te?

Tu e la persona che hai sposato avete bisogno di questo genere di amici e di mentori su base regolare. La Bibbia afferma: *"Esortatevi a vicenda ogni giorno... perché nessuno di voi s'indurisca per la seduzione del peccato"* (Ebrei 3:13).

Troppo spesso ci isoliamo dagli altri. Se non stiamo attenti finiremo per allontanare le persone che più amiamo.

Devi proteggerti dalle influenze negative. Tutti hanno un'opinione e certe persone ti incoraggeranno ad agire da egoista e lasciare la persona che hai accanto per cercare la tua felicità. Fa' attenzione ai consigli provenienti da persone che non vivono un buon matrimonio.

Se il tuo matrimonio è appeso a un filo o è già sulla via del divorzio, allora devi fermare tutto e cercare una solida consulenza il più presto possibile. Chiama un pastore, un consulente credente o un ministero per coniugi oggi stesso. Per quanto sulle prime tu possa trovare difficile aprire il cuore a un estraneo, il tuo matrimonio merita ogni secondo speso e ogni sacrificio che farai per esso. Anche se il tuo matrimonio è abbastanza stabile, hai ugualmente bisogno di mentori onesti e aperti; di persone che soffino vento nelle tue vele e rendano il tuo matrimonio ancora migliore.

Come si sceglie un buon mentore? Devi cercare una persona che abbia il genere di matrimonio che tu vuoi. Devi cercare una persona che metta Cristo al di sopra di tutto il resto. Devi cercare una persona che non viva in base alle proprie opinioni, ma sulla base dell'immutabile Parola di Dio. E il più delle volte questa persona sarà probabilmente felice che tu le abbia chiesto aiuto. Comincia a pregare Dio affinché mandi una persona del genere nella tua vita. Poi scegli il momento per incontrarla e parlarle.

Se non ti sembra così importante non sarebbe male se ti chiedessi perché. Hai qualcosa da nascondere? Hai paura di provare imbarazzo? Pensi che il tuo matrimonio sia esente dal bisogno di un aiuto esterno? Tuffarti in un fiume di influenze positive non ti attira? Non fare il capitano di un altro divorzio "titanico" ignorando i segnali d'avvertimento intorno a te quando qualcuno potrebbe ancora aiutarti.

Ecco un importante promemoria tratto dalla Bibbia: *"Ciascuno di noi renderà conto di sé stesso a Dio"* (Romani 14:12). È un appuntamento irrevocabile. E sebbene siamo tutti considerati responsabili per il modo in cui lo affrontiamo, siamo certamente in grado di tollerare tutto l'aiuto che gli altri possono darci. Potrebbe essere giusto l'influenza relazionale che trasformerà il nostro matrimonio da mediocre a meraviglioso.

LA SFIDA DI OGGI

TROVA UN CONSULENTE MATRIMONIALE, UN CREDENTE FORTE CHE SAPRÀ ESSERE ONESTO E AMOREVOLE CON TE. SE SENTI CHE LA CONSULENZA È NECESSARIA COMPI IL PRIMO PASSO E FISSA UN APPUNTAMENTO. DURANTE QUESTO PROCESSO CHIEDI A DIO DI GUIDARE LE TUE DECISIONI E IL TUO DISCERNIMENTO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Chi hai scelto? Perché hai scelto proprio quella persona? Che cosa speri di imparare da essa?

L'amore è la Parola di Dio

"La tua Parola è una lampada al mio piede e una luce sul mio sentiero" (Salmo 119:105).

Per alcune persone la Bibbia è semplicemente troppo difficile da comprendere. È come una sfida impossibile. Non sanno da dove iniziare, né come farlo. Ma come cristiano non sei lasciato solo a cercare di afferrare le tematiche principali e i profondi significati della Bibbia. Lo Spirito Santo, che adesso vive nel tuo cuore grazie alla salvezza, è colui che fa luce sulla verità. *"Lo Spirito scruta ogni cosa, anche le profondità di Dio"* (1 Corinzi 2:10).

Grazie a questa luce interiore puoi leggere, assimilare, comprendere e mettere in pratica la Bibbia nella tua vita.

Ma prima devi prendere l'impegno di farlo.

Sii in essa. Se non hai ancora l'abitudine di farlo, è il momento per te di iniziare a leggere un brano della Bibbia ogni giorno. Idealmente, potreste leggerla insieme come marito e moglie; al mattino, magari, o prima di andare a letto.

Imita il Salmista, che poteva dire: *"Ti ho cercato con tutto il mio cuore; non lasciare che mi allontani dai tuoi comandamenti. Ho conservato la tua parola nel mio cuore per non peccare contro di te"* (Salmo 119:10-11).

Coloro che leggono la Bibbia regolarmente scoprono presto che le parole in essa contenute: *"sono più desiderabili dell'oro, anzi, più di molto oro finissimo; son più dolci del miele, anzi, di quello che stilla dai favi"* (Salmo 19:10).

Sottomettiti a essa. Hai ragione, la comprensione della Bibbia può richiedere un notevole impegno. Per questo è molto importante far parte di una chiesa dove la Parola di Dio viene insegnata e predicata fedelmente. Sentendola spiegata nei sermoni e negli studi biblici ottieni una visione più ampia ed equilibrata di ciò che Dio dice per mezzo di essa. Inoltre ti unisci con altri che fanno il tuo stesso cammino e che come te vogliono cibarsi delle verità contenute nella Bibbia. *"Persevera nelle cose che hai imparate e di cui hai acquistato la certezza, sapendo da chi le hai imparate"* (2 Timoteo 3:14).

"Nel gran numero dei consiglieri sta la salvezza"
(Proverbi 11:14).

Vivila. A differenza della maggior parte degli altri libri, che devono soltanto essere letti e assimilati, la Bibbia è un libro *vivente*. Vive poiché lo Spirito Santo continua a echeggiare nelle sue parole. Vive perché, a differenza degli antichi scritti di altre religioni, il suo Autore è vivo. E vive perché diventa parte di chi tu sei, di quello che pensi e di quello che fai. *“Mettete in pratica la parola e non ascoltatela soltanto, illudendo voi stessi”* (Giacomo 1:22).

Gesù parlò di persone che costruiscono la loro vita sulla sabbia; sulla propria logica, sulle proprie intuizioni, sui propri ragionamenti. Ma quando le tempeste della vita cominciano a soffiare, cosa che accadrà sempre, le fondamenta di sabbia hanno come conseguenza la rovina totale. Quelle case possono presentarsi bene per un po', ma la tragedia è inevitabile. Finiranno per crollare.

Ma Gesù disse: *“Perciò chiunque ascolta queste mie parole e le mette in pratica sarà paragonato a un uomo avveduto che ha costruito la sua casa sopra la roccia. La pioggia è caduta, sono venuti i torrenti, i venti hanno soffiato e hanno investito quella casa; ma essa non è caduta, perché era fondata sulla roccia”* (Matteo 7:24-25). Quando la tua casa è fondata sulla roccia dell'immutabile Parola di Dio, è assicurata contro la distruzione.

Questo perché Dio ha il piano giusto per ogni cosa e ha rivelato questi piani nella sua Parola. Sono lì per chiunque voglia leggerli e metterli in pratica.

Dio ha un piano per il modo in cui gestisci il denaro. Un piano per il modo in cui educi i figli. Un piano per il modo in cui devi trattare il tuo corpo. Un piano per il modo in cui devi usare il tuo tempo. Un piano per il modo in cui devi affrontare i conflitti. Non credi che il tuo Creatore sappia esattamente ciò di cui hai bisogno?

Se leggere la Bibbia regolarmente è una novità per te, ti sorprenderà constatare con quale rapidità comincerai a pensare in modo differente e con una visione eterna. E se sei seriamente intenzionato a stabilire strategie di vita basate sul modo in cui Dio vuole che si facciano le cose, egli ti guiderà a mettere in collegamento ciò che leggi con la sua applicazione pratica. È un viaggio illuminante pieno di continue scoperte.

Con il passare del tempo i principi di Dio diventeranno sempre più stabili e persistenti in ogni aspetto della tua vita che gli sottometti. Ma ogni parte di te che gli neghi, scegliendo invece di cercare di occupartene da solo, è destinata a indebolirsi e infine fallire quando le tempeste della vita ti colpiranno. Potrebbe di fatto trattarsi di un'area che accelera il crollo della tua casa e del tuo matrimonio.

Le coppie sagge costruiscono la propria casa sulla roccia della Parola di Dio. Sanno che cosa può fare la sabbia. Sanno come ci si sente quando le fondamenta cedono. Per questo devi decidere di costruire la tua vita e il tuo matrimonio sulla roccia solida della Bibbia. Allora potrai contare su un futuro più stabile, a prescindere dalla violenza delle tempeste.

LA SFIDA DI OGGI

IMPEGNATI A LEGGERE LA BIBBIA OGNI GIORNO. TROVA UN BUON LIBRO CHE TI INSENI A FARLO CON METODO. SE LA PERSONA CHE HAI SPOSATO È APERTA AL RIGUARDO, CONVINCILA A FARE LO STESSO. INIZIA A SOTTOMETTERE OGNI AREA DELLA TUA VITA ALLA SUA GUIDA E INIZIA A COSTRUIRE SULLA ROCCIA.

— Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Quali aspetti della tua vita hanno più urgentemente bisogno del consiglio di Dio? In che cosa ti senti più predisposto al fallimento? Che cosa stai chiedendo a Dio di mostrarti mediante la sua Parola?

Per scoprire come puoi acquisire familiarità con la Bibbia, leggi la terza appendice.

Pregare per la persona che hai sposato sprona il tuo cuore a prendersi cura di essa in modo più profondo. Ma la cosa più importante è che Dio gradisce vedervi entrambi umiliarvi e cercare il suo volto insieme. Quando siete concordi nella preghiera egli vi copre di benedizioni.

Il termine usato da Gesù in riferimento alla preghiera di comune accordo veicola l'idea di una sinfonia armonica. Due note separate, suonate una alla volta, suonano differenti. Sono opposte l'una all'altra. Ma suonate insieme – in accordo – e potranno creare un piacevole senso di armonia. Insieme producono un suono più pieno e completo di quanto siano in grado di fare singolarmente.

Concordare in preghiera è proprio questo, anche in mezzo ai disaccordi. Vi tira entrambi indietro verso il vero centro. Vi porta su un terreno comune, a faccia a faccia con il Padre. Ristabilisce l'armonia in mezzo ai contrasti.

La chiesa – che nella Bibbia ha una connotazione coniugale con Cristo – può a volte essere un luogo dove regna il conflitto. La disarmonia che può svilupparsi in merito a varie questioni, può distogliere la chiesa dalla sua missione e interrompere il libero corso dell'adorazione e dell'unità. A volte i leader di chiese consacrate si rendono conto di quello che sta succedendo, pongono fine alle discussioni e esortano il popolo di Dio a pregare. Invece di continuare ad essere in disaccordo e a permettere che altri sentimenti vengano feriti, i credenti cercheranno allora l'unità rivolgendo di nuovo il proprio cuore a Dio e facendo appello al suo aiuto.

La stessa cosa accade in casa nostra quando facciamo intervenire la preghiera, anche in mezzo alle discussioni più accese. L'emorragia si ferma. Il tono delle voci si abbassa. Vi fermate consapevoli della presenza dinanzi alla quale vi trovate.

Ma la preghiera fa molto di più che porre fine alle dispute. La preghiera è un privilegio da godere su base costante, quotidiana. Quando sai che prima di andare a letto ti attende una parentesi di preghiera, il modo in cui trascorri la serata cambierà. Anche se le vostre preghiere insieme sono caratteristicamente brevi e vanno dritte al sodo, diventeranno comunque un appuntamento fisso intorno al quale potrete far ruotare la vostra giornata, tenendo sempre Dio al centro di tutto.

È vero che prendere un'abitudine come questa può sembrare difficile e imbarazzante. Qualcosa di così potente non può che sorprenderti con il suo peso e le sue responsabilità quando provi a dedicarti sul serio. Ma tieni a mente che Dio *vuole* che prendi questo impegno con lui – ti *invita* a farlo – e ti farà crescere quando

considererai la cosa seriamente e supererai quei momenti in cui non sai che cosa dire.

Poi guarderai indietro a quel filo comune che ha percorso ogni momento, dai lunedì qualunque alle decisioni importanti, e sarai grato per questa “cosa” che ha cambiato tutto. È un'area in cui è imperativo essere concordi nel concordare.

LA SFIDA DI OGGI

CHIEDI ALLA PERSONA CHE HAI SPOSATO SE POTETE INIZIARE A PREGARE INSIEME. DISCUTI RIGUARDO AL MOMENTO MIGLIORE PER FARLO, SE AL MATTINO, ALL'ORA DI PRANZO O PRIMA DI ANDARE A LETTO. USATE QUEI MOMENTI PER AFFIDARE A DIO LE VOSTRE PREOCCUPAZIONI, I VOSTRI DISACCORDI E I VOSTRI BISOGNI. NON DIMENTICATE DI RINGRAZIARLO PER LA SUA PROVVIDENZA E PER LE SUE BENEDIZIONI. SE LA PERSONA CHE HAI SPOSATO NON VOLESSE SAPERNE, DECIDI DI PREGARE UGUALMENTE DA SOLO OGNI GIORNO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa puoi fare per convincere la persona che hai sposato a cominciare a pregare insieme con te? Se siete stati concordi nel pregare insieme, come è stato? Che cosa hai imparato da questa esperienza?

Per scoprire quali sono le chiavi per una preghiera efficace, leggi la prima appendice.

L'amore realizza i sogni

*"Trova la tua gioia nel Signore,
ed egli appagherà i desideri del tuo cuore"*
(Salmo 37:4).

C'è qualcosa che piacerebbe davvero tanto alla persona che hai sposato? E con che frequenza te lo chiedi?

Il buonsenso ci dice che non possiamo dare all'altro tutto ciò che potrebbe piacergli. Il nostro budget e il saldo del conto in banca ci informano che probabilmente non potremmo nemmeno permettercelo. Ma anche se potessimo, potrebbe non essere una cosa positiva per noi. O per l'altro.

Ma forse hai detto "no" con troppa facilità. Forse hai lasciato che questa risposta negativa predefinita diventasse troppo ragionata e razionale, troppo automatica. E se invece di respingere l'idea facessi del tuo meglio per realizzarla? Che cosa accadrebbe se decidessi di fare per l'altro proprio la cosa che avevi escluso di poter fare?

L'amore a volte dev'essere prodigo. Deve mettercela tutta. A volte deve mettere da parte le difficoltà tecniche e semplicemente benedire l'altro perché vuole farlo.

È un ragionamento troppo adolescenziale? Un amore del genere non è più sul menu dopo tanti anni di matrimonio? Dopotutto, alla luce di come vanno le cose tra di voi ultimamente, non sarebbe men che sincero accontentare l'altro senza metterci il cuore?

Beh, allora che ne diresti di *metterci* il cuore? Che ne diresti di abbracciare un nuovo livello di amore che *vuole* davvero realizzare tutti i sogni e i desideri dell'altro che sei in grado di realizzare?

L'amore di Dio non ha forse soddisfatto i bisogni del tuo cuore che un tempo sembravano fuori questione? Vivevi sotto un tale carico di peccato e di rimorso che pensavi che non saresti mai più riuscito a rientrare nelle sue grazie. Ma egli ti guardò con amore e disse che non dovevi temerlo. Ti voleva di nuovo con sé. Voleva che comprendessi il tuo bisogno di lui e che quando ti fossi pentito e rivolto a lui, egli ti avrebbe amato e perdonato. *"Ma Dio, che è ricco in misericordia, per il grande amore con cui ci ha amati, anche quando eravamo morti nei peccati, ci ha vivificati con Cristo (è per grazia che siete stati salvati)"* (Efesini 2:4-5).

"Ma io grido a te, o Signore, e la mattina la mia preghiera ti viene incontro"
(Salmo 88:13).

Pensavi che fosse giunta la fine quando un certo imprevisto ti ha fatto perdere ogni speranza. Sei scoppiato a piangere e hai gridato a lui. Hai pregato come non avevi mai pregato prima. Non fu facile, ma riuscisti a tirarti su e ad andare avanti e in qualche modo sopravvivevi. Egli ti venne incontro con la pace da lui promessa, "la pace di Dio, che supera ogni intelligenza" (Filippesi 4:7), e ti rimise in piedi.

Non fu quando ti comportavi come un angelo che Dio scelse di riversare su di te il suo amore. Non fu perché lo meritavi tanto che egli ti offrì la sua grazia. "Dio invece mostra la grandezza del proprio amore per noi in questo: che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi" (Romani 5:8).

Egli è il tuo modello. È lui che il tuo amore deve imitare. Sebbene non fossi un candidato probabile per il suo amore, egli te lo diede comunque. Egli pagò il prezzo.

Non tutto ciò che la persona che hai sposato vuole ha un prezzo esagerato. Non tutto ciò che desidera può essere acquistato. Tua moglie potrebbe volere il tuo tempo. Potrebbe volere la tua attenzione. Potrebbe voler essere trattata da te come una signora, sapere che suo marito la considera il suo tesoro più grande. Potrebbe voler vedere nei tuoi occhi un amore che sceglie di esserci qualunque cosa succeda.

Tuo marito potrebbe volere il tuo rispetto. Potrebbe volere che tu lo riconoscessi come capo della casa di fronte ai figli. Potrebbe volere che gli mettessi le braccia intorno al collo senza una ragione apparente, sorprendendolo con un lungo bacio o con un messaggio d'amore quando non c'è nemmeno un compleanno o qualche altro anniversario a giustificarlo. Potrebbe aver bisogno di sapere che lo consideri ancora forte e attraente, come un tempo.

Sogni e desideri si presentano in ogni forma e dimensione. Ma l'amore si prende amorevolmente cura di ognuno di essi.

- L'amore ti chiama ad ascoltare ciò che l'altro dice e spera.
- L'amore ti chiama a ricordare le caratteristiche uniche della vostra relazione, i piaceri e le gioie che suscitano un sorriso sul volto dell'altro.
- L'amore ti chiama a dare quando sarebbe molto più comodo aspettare.
- E l'amore ti chiama a sognare a occhi aperti queste opportunità con tale regolarità che i desideri dell'altro diverranno i tuoi.

Ti sfidiamo a sorprendere la persona che hai sposato. A spiazzarla con la tua gentilezza andando oltre le sue più rosee aspettative. Può essere un sacrificio economico o no, ma in ogni caso deve riflettere un cuore disposto a esprimersi con generosità.

C'è qualcosa che piacerebbe davvero tanto alla persona che hai sposato?

È il momento di cercare una risposta concreta a questa domanda.

LA SFIDA DI OGGI

CHIEDITI CHE COSA LA PERSONA CHE HAI SPOSATO VORREBBE SE FOSSE REALIZZABILE. FANNE UN SOGGETTO DI PREGHIERA E COMINCIA A ELABORARE UN PIANO PER SODDISFARE QUALCUNO, SE NON TUTTI, DEI SUOI DESIDERI, A QUALSIASI LIVELLO TI SIA POSSIBILE FARLO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa ti ha reso in passato restio a realizzare i desideri della persona che hai sposato? Come cambierebbe la vostra relazione se l'altro sapesse che i tuoi sogni sono diventati una priorità per te? Che desideri stai cercando di realizzare?

L'amore è un patto

“Dove andrai tu, andrò anch'io; e dove starai tu, io pure starò; il tuo popolo sarà il mio popolo, e il tuo Dio sarà il mio Dio” (Ruth 1:16).

Congratulazioni. Sei giunto alla fine della *Sfida dell'amore*, del libro. Ma l'esperienza e la sfida di amare la persona che hai sposato è qualcosa che non finisce mai. Continuerà per il resto della tua vita.

Questo libro finisce con il quarantesimo giorno, ma chi ha detto che la tua sfida debba finire?

Mentre consideri la tua relazione coniugale da questo punto in avanti ti sfidiamo a considerarla un *patto* invece di un *contratto*. Sono termini dal significato e dall'intento simili, ma in realtà sono molto differenti. Vedere il matrimonio come un contratto è come dire alla persona che hai sposato: “Ti prendo con me e vediamo come andrà a finire”. Ma considerarlo un patto ti fa dire: “Mi dono a te e mi impegno in questo matrimonio per tutta la vita”.

Ci sono molte altre differenze tra patti e contratti.

Un *contratto* è solitamente un accordo scritto basato sulla sfiducia che contempla le condizioni e le conseguenze cui si andrà incontro se verranno violate.

Un *patto* è un impegno verbale fondato sulla fiducia che rassicura qualcuno che la tua promessa è incondizionata e vale per tutta la vita. Viene pronunciato davanti a Dio e scaturisce dall'amore reciproco.

Un *contratto* è interessato e ha obblighi limitati. Stabilisce i tempi in cui certe condizioni vanno soddisfatte.

Un *patto* è a beneficio degli altri e le responsabilità che contempla sono illimitate. Non ha una data di scadenza. È “finché morte non ci separi”.

Un *contratto* può essere rescisso con il mutuo consenso.

Un *patto* è per natura irrevocabile.

La Bibbia presenta svariati patti importanti nella storia del popolo di Dio. Dio fece un patto con Noè, promettendo che non avrebbe mai più distrutto ogni essere vivente con un diluvio universale (Genesi 9:12-17). Fece un patto con Abramo, promettendogli che sarebbe diventato padre di una moltitudine di nazioni (Genesi 17:1-8). Fece un patto con Mosè, dichiarando che il popolo di Israele sarebbe stato il tesoro particolare di Dio (Esodo 19:3-6). Fece un patto

*“Egli non serba la sua ira per sempre,
perché si compiace di usare misericordia”
(Michea 7:18).*

con Davide, promettendogli che il suo trono sarebbe stato stabile per sempre (2 Samuele 7:7-16). Infine fece un "nuovo patto" mediante il sangue di Cristo, stabilendo un retaggio senza fine e immutabile di peccati perdonati e vita eterna per coloro che credono in lui (Ebrei 9:15).

E poi c'è il matrimonio: il patto più forte tra due persone sulla terra, l'impegno di un uomo e di una donna a stabilire un amore che è incondizionato e dura per tutta la vita. Nel matrimonio il tuo anello rappresenta le promesse nuziali; non semplici impegni che *speravi* di onorare, ma precise promesse, dichiarate in pubblico di fronte a testimoni.

Come hai ripetutamente letto in queste pagine, rispettare il patto non è qualcosa che puoi fare da solo. C'è una buona ragione per cui è stato Dio a iniziare a stringere patti con il suo popolo. Soltanto lui è in grado di adempiere le condizioni delle sue promesse. Soltanto lui è in grado di perdonare coloro che sottoscrivono il suo patto quando non si mostrano all'altezza dell'accordo. Ma lo Spirito di Dio è in te in virtù della fede in suo Figlio e della grazia a te concessa alla salvezza. Significa che *puoi* esercitare il tuo ruolo e rispettare il patto, qualsiasi cosa possa attentare alla tua fedeltà a esso.

Soprattutto se la persona che hai sposato non è in grado al momento di accogliere il tuo amore, potrà sembrarti sempre più difficile riuscire a rispettare il patto. Ma il matrimonio non è un contratto con clausole per uscirne e eccezioni. Il matrimonio è un patto inteso a escludere ogni possibilità di fare marcia indietro. Nulla al mondo potrà separare ciò che Dio ha unito. Il tuo amore si basa su un patto.

Centinaia di anni dopo che il profeta Malachia scrisse le parole che seguono, molti si chiedono ancora perché a volte Dio si rifiuti di benedire le loro famiglie e i loro matrimoni. *"Dite: Perché? Perché il Signore è testimone fra te e la moglie della tua giovinezza, verso la quale agisci slealmente, sebbene essa sia la tua compagna, la moglie alla quale sei legato da un patto... Poiché io odio il ripudio, dice il Signore, Dio d'Israele; chi ripudia copre di violenza la sua veste, dice il Signore degli eserciti. Badate dunque al vostro spirito e non siate sleali"* (Malachia 2:14 e 16).

Ogni matrimonio è chiamato ad essere un'immagine terrena del patto celeste di Dio con la sua chiesa. Deve rivelare al mondo la gloria e la bellezza dell'amore incondizionato di Dio per noi.

Gesù disse: *"Come il Padre mi ha amato, così anch'io ho amato voi; dimorate nel mio amore"* (Giovanni 15:9).

Che le parole di Gesù ti stimolino a essere un veicolo dell'amore di Dio per la persona che hai sposato.

È il momento adesso, uomo o donna di Dio, di rinnovare il tuo patto d'amore in tutta sincerità e abbandono. L'amore è un tesoro troppo sacro perché vi rinunci per qualcos'altro ed è un legame troppo potente per reciderlo senza subirne gravi conseguenze. Rinnova fermamente questo amore che Dio ti ha chiamato a curare, apprezzare e onorare.

La vostra vita insieme vi attende. Osa afferrarla e non lasciarla andare mai più.

Ti sfidiamo.

LA SFIDA DI OGGI

RISCRIVI EX NOVO LE TUE PROMESSE MATRIMONIALI E ESPONILE IN CASA TUA. FORSE, SE È IL CASO, POTRESTI DECIDERE DI RINNOVARE FORMALMENTE LE PROMESSE NUZIALI DI FRONTE A UN MINISTRO DI CULTO E IN PRESENZA DEI FAMILIARI. FANNE UN TESTAMENTO VIVENTE DEL VALORE DEL MATRIMONIO AGLI OCCHI DI DIO E DEL GRANDE ONORE DI ESSERE UNA COSA SOLA CON LA PERSONA CHE HAI SPOSATO.

___ Segna qui una volta completata la sfida di oggi.

Che cosa ti ha rivelato Dio nel corso della *Sfida dell'amore*? In che modo sono cambiate le tue idee sul matrimonio? Quanto sei consacrato a Dio e alla persona che hai sposato? C'è qualcuno che potrebbe beneficiare della tua testimonianza al riguardo?

LE CHIAVI: dieci cose che rendono la preghiera efficace

- 1. Pregare chiedendo, cercando e bussando**
Matteo 7:7-8 e 11 – *Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede riceve; chi cerca trova, e sarà aperto a chi bussa... Se dunque voi, che siete malvagi, sapete dare buoni doni ai vostri figli, quanto più il Padre vostro, che è nei cieli, darà cose buone a quelli che glielo domandano!*
- 2. Pregare con fede**
Marco 11:24 – *Perciò vi dico: tutte le cose che voi domanderete pregando, credete che le avete ricevute, e voi le otterrete.*
- 3. Pregare in segreto**
Matteo 6:6 – *Ma tu, quando preghi, entra nella tua cameretta e, chiusa la porta, rivolgila la preghiera al Padre tuo che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, te ne darà la ricompensa.*
- 4. Pregare secondo la volontà di Dio**
1 Giovanni 5:14 – *Questa è la fiducia che abbiamo in lui: che se domandiamo qualche cosa secondo la sua volontà, egli ci esaudisce.*
- 5. Pregare nel nome di Gesù**
Giovanni 14:13-14 – *E quello che chiederete nel mio nome, lo farò; affinché il Padre sia glorificato nel Figlio. Se mi chiederete qualche cosa nel mio nome, io la farò.*
- 6. Pregare in accordo con altri credenti**
Matteo 18:19-20 – *E in verità vi dico anche: se due di voi sulla terra si accordano a domandare una cosa qualsiasi, quella sarà loro concessa dal Padre mio che è nei cieli. Poiché dove due o tre sono riuniti nel mio nome, lì sono io in mezzo a loro.*
- 7. Pregare digiunando**
Atti 14:23 – *Dopo aver designato per loro degli anziani in ciascuna chiesa, e aver pregato e digiunato, li raccomandarono al Signore, nel quale avevano creduto.*
- 8. Pregare conducendo una vita ubbidiente**
1 Giovanni 3:21-22 – *Carissimi, se il nostro cuore non ci condanna, abbiamo fiducia davanti a Dio; e qualunque cosa chiediamo la riceviamo da lui, perché osserviamo i suoi comandamenti e facciamo ciò che gli è gradito.*
- 9. Pregare dimorando in Cristo e nella sua Parola**
Giovanni 15:7 – *Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto.*
- 10. Pregare trovando gioia nel Signore**
Salmo 37:4 – *Trova la tua gioia nel Signore, ed egli appagherà i desideri del tuo cuore.*

Sommario delle serrature e delle chiavi della preghiera

- Devi essere nella giusta relazione con Dio
- Devi essere nella giusta relazione con gli altri.
- Devi avere il cuore integro.

Appendice 2

Venti domande per la persona che hai sposato

Che sia ad un appuntamento o durante una conversazione privata, cerca di usare le domande sotto elencate per conoscere meglio la persona che hai sposato. Permetti agli argomenti di suscitare nuove possibili domande, ma mantieni un'atmosfera positiva. Più che parlare, ascolta.

Personali

- Qual è il tuo sogno o la tua speranza più grande?
- Che cosa apprezzi maggiormente della tua vita in questo momento?
- Che cosa ti piace meno della tua vita in questo momento?
- Quale sarebbe il lavoro dei tuoi sogni se potessi scegliere qualsiasi attività ed essere retribuito per svolgerla?
- Ci sono cose che avresti sempre voluto fare, ma non hai ancora avuto l'occasione di farle?
- Quali tre cose vorresti fare entro la fine del prossimo anno?
- Con quale persona ti senti più "al sicuro"? Perché?
- Se potessi andare a pranzo con una qualsiasi persona al mondo, chi sceglieresti e perché?
- Quand'è stata l'ultima volta che ti sei sentito colmo di gioia?
- Se avessi un milione di dollari da regalare, a chi lo daresti?

Coniugali

- Quali sono le tre cose che faccio che ti piacciono davvero?
- Quali sono le tre cose che faccio che ti fanno ammettere?
- Che cosa ho fatto in passato che ti ha fatto sentire il mio amore?
- Che cosa ho fatto che ti ha fatto sentire non apprezzato/a?
- Su quali tre cose dovrei lavorare per migliorare?
- Tra le seguenti cose quale ti farebbe sentire più amato/a?

Un'ora di massaggi e carezze.

Sedere a parlare del tuo argomento preferito per un'ora.

Aiutarti nei lavori di casa per tutto un pomeriggio.

Ricevere un bel regalo.

Sentirmi esprimere incoraggiamento e apprezzamento nei tuoi confronti.

- Quali cose avvenute nel passato vorresti poter cancellare?
- Quale decisione importante pensi che Dio vorrebbe che prendessimo come coppia?
- Come vorresti che fosse la tua vita tra cinque anni?
- Quali parole vorresti sentirmi dire più spesso?

Offri incoraggiamento e un orecchio in grado di ascoltare.

Non dare spazio alle discussioni e alle critiche.

Lascia che la persona che hai sposato possa esprimere liberamente sé stessa.

La Parola di Dio nella mia vita

Lascia che questa proclamazione ti aiuti a stabilire un corretto approccio nei confronti della Parola di Dio.

LA BIBBIA È LA PAROLA DI DIO.

- È sacra, infallibile e la sua autorità è assoluta
(*Proverbi 30:5-6; Giovanni 17:17; Salmo 119:89*).
- È utile a insegnarmi, a riprendermi, a correggermi, a educarmi alla giustizia
(*2 Timoteo 3:16*).
- Mi completa e mi prepara per ogni opera buona
(*2 Timoteo 3:17*).
- È una lampada ai miei piedi e una luce sul mio sentiero
(*Salmo 119:105*).
- Mi rende più saggio dei miei nemici
(*Salmo 119:97-100*).
- Mi rende stabile nelle tempeste della vita
(*Matteo 7:24-27*).
- Se credo nella sua verità sarò libero
(*Giovanni 8:32*).
- Se la custodisco nel mio cuore, sarò protetto quando arriverà la tentazione
(*Salmo 119:11*).
- Se persevero in essa diventerò un vero discepolo
(*Giovanni 8:31*).
- Se la medito avrò successo
(*Giosuè 1:8*).
- Se la osservo sarò ricompensato e il mio amore sarà reso perfetto
(*Salmo 19:7-11; 1 Giovanni 2:5*).
- È la Parola di Dio vivente, potente e penetrante
(*Ebrei 4:12*).
- È la spada dello Spirito
(*Efesini 6:17*).
- È più dolce del miele e più desiderabile dell'oro
(*Salmo 19:10*).
- È indistruttibile e per sempre stabile nei cieli
(*2 Corinzi 13:7-8; Salmo 119:89*).

- È assolutamente vera e senza traccia di errore
(*Giovanni 17:17; Tito 1:2*).
- È assolutamente verace riguardo a Dio
(*Romani 3:4; Romani 16:25 e 27; Colossesi 1*).
- È assolutamente verace riguardo all'uomo
(*Geremia 17:9; Salmo 8:4-6*).
- È assolutamente verace riguardo al peccato
(*Romani 3:23*).
- È assolutamente verace riguardo alla salvezza
(*Atti 4:12; Romani 10:9*).
- È assolutamente verace riguardo al paradiso e all'inferno
(*Apocalisse 21:8; Salmo 119:89*).



*Signore, apri i miei occhi affinché possa vedere la verità
e le mie orecchie affinché la odano.
Apri il mio cuore affinché la accolga per fede.
Rinnova la mia mente affinché la osservi con speranza.
Arrendi la mia volontà affinché la viva con amore.*

*Ricordami che sono responsabile quando la odo.
Aiutami a desiderare l'ubbidienza a ciò che mi dici
per mezzo di essa.
Trasforma la mia vita affinché possa conoscerla.
Sprona il mio cuore a dividerla.*

*Parlami adesso, Signore.
Concedimi la passione di conoscere e seguire la tua volontà.
Niente di più. Niente di meno. Niente d'altro.*

Guida il tuo cuore

Che cos'è il cuore?

La tua identità. Il tuo cuore è la componente più importante di chi tu sei. È il centro del tuo essere in cui risiede il tuo "vero io". *"Il cuore dell'uomo si riflette nell'uomo"* (Proverbi 27:19). *"Come pensa nel suo cuore [l'uomo], così egli è"* (Proverbi 23:7, versione Nuova Diodati).

Il tuo centro. Poiché il tuo cuore fisico è al centro del tuo corpo e manda sangue latore di vita a ogni cellula, la parola "cuore" viene usata da secoli per descrivere il punto da cui partono tutti i tuoi pensieri, credenze, valori, motivazioni e convinzioni.

Il tuo quartier generale. Il tuo cuore è il Pentagono delle tue operazioni. Di conseguenza, ogni area della tua vita è soggetta alla direzione presa dal tuo cuore.

Che c'è di male nel seguire il proprio cuore?

È da stolti. Il mondo dice: "Segui il tuo cuore!" È la filosofia dei guru della new age, dei seminari di auto aiuto e delle canzonette romantiche. Poiché sembra romantica e nobile, fa vendere milioni di dischi e di libri. Il problema è che seguire il proprio cuore significa solitamente inseguire ciò che al momento sembra giusto, a prescindere se sia giusto davvero. Significa gettare al vento la prudenza e la coscienza e inseguire i propri capricci e desideri senza curarsi di ciò che dicono la logica e il buon senso.

La Bibbia afferma: *"Chi confida nel proprio cuore è uno stolto, ma chi cammina da saggio scamperà"* (Proverbi 28:26).

È inaffidabile. Le persone dimenticano che i sentimenti e le emozioni sono mutevoli, superficiali e inaffidabili. Cambiano a seconda delle circostanze. Ci sono persone che per seguire il proprio cuore hanno lasciato il lavoro per dedicarsi ad una pessima garage band, che hanno perso i risparmi di una vita per il capriccio di puntare ad una corsa di cavalli, o hanno lasciato il partner per una collega di lavoro con due matrimoni alle spalle. Ciò che sembra giusto all'apice dell'emozione si rivela spesso uno spiacevole errore qualche anno dopo. Questa filosofia egoista è anche alla base di innumerevoli divorzi. Porta molti a giustificare la rinuncia al proprio impegno per la vita perché "non si sentono più innamorati".

È corrotto. La verità è che il nostro cuore è fondamentalmente egoista e peccaminoso.

La Bibbia afferma: *"Il cuore è ingannevole più di ogni altra cosa, e insanabilmente maligno; chi potrà conoscerlo?"* (Geremia 17:9).

Gesù disse: *"Poiché dal cuore vengono pensieri malvagi, omicidi, adulteri, fornicazioni, furti, false testimonianze, diffamazioni"* (Matteo 15:19).

A meno che il nostro cuore non venga genuinamente trasformato da Dio, continuerà a fare le scelte sbagliate.

Non si deve mai seguire il proprio cuore?

Il re Salomone affermò: *"Il saggio ha il cuore alla sua destra, ma lo stolto l'ha alla sua sinistra"* (Ecclesiaste 10:2). Proprio come il tuo cuore può guidarti all'odio, alla concupiscenza e alla violenza, così può anche essere spronato dall'amore, dalla verità e dalla benevolenza. Se cammini con Dio egli infonde sogni nel tuo cuore affinché tu possa realizzarli nella tua vita. Ti mette nel cuore talenti e abilità affinché tu possa svilupparli alla sua gloria (Esodo 35:30-35). Infonde in te il desiderio di dare (2 Corinzi 9:7) e di adorare (Efesini 5:19). Quando metti Dio al primo posto egli interviene e soddisfa i buoni desideri del tuo cuore. La Bibbia afferma: *"Trova la tua gioia nel Signore, ed egli appagherà i desideri del tuo cuore"* (Salmo 37:4). Soltanto quando il tuo cuore è intento a servire il Signore e a essergli gradito, puoi seguirlo e sentirti bene al riguardo.

Perché seguire il proprio cuore non è sufficiente?

Poiché il nostro cuore è talmente soggetto al cambiamento e così inaffidabile, la Bibbia propone un messaggio molto più potente di quello di "seguire il proprio cuore". La Bibbia ci esorta a *guidare il nostro cuore*. Significa assumersi la completa responsabilità della sua condizione e della sua direzione. Renditi conto che sei tu a controllare la direzione presa dal tuo cuore. Dio ti ha dato il potere di distogliere il cuore da una cosa e di rivolgerlo verso un'altra cosa. I versetti seguenti veicolano tutti la stessa esortazione a guidare il proprio cuore:

Proverbi 23:17	<i>"Il tuo cuore non porti invidia ai peccatori..."</i>
Proverbi 23:19	<i>"...sii saggio e dirigi il tuo cuore per la retta via".</i>
Proverbi 23:26	<i>"Figlio mio, dammi il tuo cuore, e gli occhi tuoi prendano piacere nelle mie vie".</i>
1 Re 8:61	<i>"Il vostro cuore sia dunque dedito interamente al Signore, al nostro Dio, per seguire le sue leggi e osservare i suoi comandamenti, come fate oggi!"</i>
Giovanni 14:27	<i>"Vi lascio pace; vi do la mia pace. Io non vi do come il mondo dà. Il vostro cuore non sia turbato e non si sgomenti".</i>
Giacomo 4:8	<i>"...purificate i vostri cuori..."</i>
Giacomo 5:8	<i>"...fortificate i vostri cuori..."</i>

In che modo si guida il proprio cuore?

Prima di tutto devi comprendere che il tuo cuore segue i tuoi investimenti. Il tuo cuore sarà attratto da ciò a cui dedichi il tuo tempo, il tuo denaro e le tue energie. Era vero prima che ti sposassi. Scrivevi lettere, compravi regali e trascorrevi molto tempo con l'altra persona e il tuo cuore ti seguiva. Quando hai smesso di investire così tanto nella relazione e hai cominciato a dedicarti ad altro, il tuo cuore ti ha seguito. Se oggi non sei innamorato della persona che hai sposato, potrebbe essere perché hai smesso di investire in essa ieri.

Esamina il tuo cuore. Una delle chiavi per guidare con successo il proprio cuore è essere costantemente consapevoli della sua condizione. Sai dov'è il tuo cuore adesso? Puoi capirlo pensando a ciò a cui hai dedicato il tuo tempo il mese scorso, a come hai speso i tuoi soldi e a ciò di cui hai parlato.

Custodisci il tuo cuore. Quando qualcosa di malsano tenta il tuo cuore, è tua responsabilità custodirlo affinché non ceda alla tentazione. La Bibbia afferma: "Custodisci il tuo cuore più di ogni altra cosa, poiché da esso provengono le sorgenti della vita" (Proverbi 4:23). Non permettere al tuo cuore di anteporre il denaro o il lavoro alla persona che hai sposato e alla tua famiglia. Non permettere al tuo cuore di desiderare la bellezza di altre donne (Proverbi 6:25). La Bibbia afferma: "Se le ricchezze abbondano, si distacchi da esse il vostro cuore" (Salmo 62:10).

Cerca le cose di lassù. L'apostolo Paolo insegnò: "Cercate le cose di lassù dove Cristo è seduto alla destra di Dio" (Colossesi 3:1). È il momento di capire dove il tuo cuore deve stare e quindi scegliere di desiderare le cose di lassù. Dirai: "Ma io non voglio davvero investire nel mio matrimonio. Preferisco fare questo o quello". Lo so. Sono le cose che hai desiderato in passato e sei ancora prigioniero della mentalità in base alla quale bisogna seguire il proprio cuore. Ma non è più necessario che ti lasci guidare dai tuoi sentimenti. Concupire è desiderare qualcosa di sbagliato e proibito. Puoi scegliere di distogliere il tuo cuore dalle cose sbagliate e volgerlo verso ciò che è giusto.

Investi il tuo cuore. Non aspettare finché ti sentirai in vena di fare la cosa giusta. Non aspettare di innamorarti di nuovo della persona che hai sposato per investire nella tua relazione. Comincia a darti da fare e a investire nel tuo matrimonio, che è dove il tuo cuore dovrebbe essere. Dedica il tuo tempo all'altro. Compra doni. Scrivi lettere. Uscite insieme. Più investi, più il tuo cuore apprezzerà la relazione. È questo lo scopo della **Sfida dell'amore**: quaranta giorni per ridirigere il tuo cuore all'amore per la persona che hai sposato.

Novità in Libreria:

La sfida dell'amore giorno per giorno

*Un viaggio di 365 giorni
per la coppia*

GRAZIE PER AVER SCELTO UN LIBRO

EUN



Indice

	Pagina
La sfida dell'amore	4
Giorno 1 L'amore è paziente	7
2 L'amore è benevolo	11
3 L'amore non è egoista	15
4 L'amore pensa all'altro	19
5 L'amore non è sgarbato	23
6 L'amore non è irascibile	27
7 L'amore crede il meglio	31
8 L'amore non è geloso	35
9 L'amore lascia impressioni positive	39
10 L'amore è incondizionato	43
11 L'amore si prende cura dell'altro	47
12 L'amore lascia che sia l'altro a vincere	51
13 L'amore si batte lealmente	55
14 L'amore gioisce	59
15 L'amore onora	63
16 L'amore intercede	67
17 L'amore incoraggia l'intimità	71
18 L'amore cerca di conoscere	75
19 L'amore è impossibile	79
20 L'amore è Gesù Cristo	83
21 L'amore trova appagamento in Dio	87
22 L'amore è fedele	91
23 L'amore protegge sempre	95
24 Amore contro concupiscenza	99
25 L'amore perdona	103
26 L'amore è responsabile	107
27 L'amore incoraggia	111
28 L'amore compie sacrifici	115
29 La motivazione dell'amore	119
30 L'amore porta unità	123
31 L'amore e il matrimonio	127
32 L'amore soddisfa i bisogni sessuali	131
33 L'amore completa l'altro	135
34 L'amore celebra la devozione	139
35 L'amore rende conto	143
36 L'amore è la Parola di Dio	147
37 L'amore è concorde nella preghiera	151
38 L'amore realizza i sogni	155
39 L'amore tiene duro	159
40 L'amore è un patto	163
Appendice 1: Serrature e chiavi della preghiera efficace	167
Appendice 2: Venti domande per la persona che hai sposato	169
Appendice 3: La Parola di Dio nella mia vita	170
Appendice 4: Guida il tuo cuore	172



Affrontando i Giganti
di Eric Wilson

Non arrenderti mai. Non mollare mai. Non perdere mai la fede.

L'allenatore Taylor e gli *Eagles*, la squadra di football del liceo, da sei anni non hanno una stagione vincente e purtroppo hanno perso ogni stimolo.

Prendendo spunto dalla sceneggiatura originale del film di Alex e Stephen Kendrick, il libro narra una storia in grado di appassionare i lettori di ogni età e spingerli ad interrogarsi sul senso della propria esistenza.

Fireproof - A prova di fuoco
di Eric Wilson

Dentro un edificio in fiamme il capitano Caleb agisce secondo l'adagio dei pompieri: *Non abbandonare mai il tuo partner*. Ma a casa tra i tizzoni tiepidi del suo matrimonio agisce seguendo le sue proprie regole. Mentre si prepara al divorzio, il padre lo invita ad impegnarsi in un esperimento di quaranta giorni: *La sfida dell'amore*. Basato sulla sceneggiatura cinematografica di Alex e Stephen Kendrick, questo libro è pieno di azione, humour e romanticismo.

La tua vita a prova di fuoco
di Michael Catt

Costruire una fede capace di sopravvivere alle fiamme.

Usando illustrazioni ricavate dal film *Fireproof*, l'autore in questo libro discute questioni pratiche, come la tentazione, il matrimonio, gli aspetti economici di ciascuno e ci aiuta a costruirci una fede capace di resistere agli agenti corrosivi di questa società. Invece di soccombere alle pressioni delle circostanze, possiamo affrontare ogni difficoltà per mezzo della potenza di Cristo. Le prove della vita possono vincerci, oppure possono servirci, consentendoci di crescere in una fede matura.

LIBRI DISPONIBILI NELLA VOSTRA LIBRERIA ABITUALE
oppure direttamente presso
Editrice Uomini Nuovi - 21030 Marchirolo (Varese) - Italia