



Sei ottimista o pessimista?

Ecco come dare una nuova, miracolosa direzione alla tua vita!

«Sono una persona ottimista o pessimista?» Questa domanda noi dovremmo cominciare a porcela in modo particolare quando entriamo nell'età dei bilanci della vita, quando diventiamo adulti, quando riscontriamo difficoltà nei rapporti interpersonali dentro e fuori la famiglia, quando si fanno sentire gli acciacchi della vecchiaia o quando ci viene diagnosticata una malattia, quando reagiamo in modo da peggiorare la nostra condizione.

Siete persone ottimiste o pessimiste? Il porvi questa domanda è la condizione essenziale per potervi dare una risposta, e da questa decidere quale direzione dare alla vostra vita. Altrimenti, saranno le circostanze esterne a sballottarvi qua e là, e non ci sarà pessimismo che potrà liberarvi da esse. Infatti, ognuno di noi, crescendo, deve imparare a foggare il proprio destino; il che è impossibile senza una sufficiente dose di ottimismo nella vita.

Non è facile essere positivi e ottimisti, specialmente quando finisce un amore, quando si perde il posto di lavoro o quando il medico diagnostica una malattia. Non è facile quando le cose non vanno per il verso giusto e tutto sembra contro di te.

Anche quando leggiamo i giornali, diventiamo testimoni del fatto che, a parte delle rare ed effimere situazioni rallegranti, il resto dell'umanità non ha pace vera, ma è infelice, depressa, si ammala in sentimenti negativi e pessimisti; e muore nella disperazione. Sempre più la gente è affetta da insicurezza, tristezza, pessimismo e stati depressivi.

Dio ha però dato ai Suoi fedeli una profonda comprensione spirituale e lo Spirito necessari al superamento delle difficoltà della vita.

Fare la differenza

Noi viviamo in una società generalmente pessimista che può influenzarci negativamente. Ma i nostri lettori ricevono una conoscenza speciale. Per questa

ragione Iddio chiama i Suoi fedeli a «fare la differenza» in questo mondo. Siamo qui a svolgere quest'opera di predicazione non solo per ciò che essa rappresenta per noi stessi, ma anche per ciò che essa rappresenta per tutto il genere umano, il nostro prossimo.

La *Buona Notizia* del «Regno», che Dio ci ha ordinato di proclamare, è un messaggio molto positivo, perché Dio è sommamente positivo. Dovremmo quindi chiederci: «Siamo delle persone ottimiste o pessimiste?»

In primo luogo, che *cos'è* l'ottimismo?

L'ottimismo è l'attitudine a giudicare favorevolmente lo stato e il divenire della realtà. L'ottimismo è anche la dottrina filosofica che considera il male come relativo e temporaneo, in un mondo in cui il bene domina assoluto anche quando sembra perdente. Ottimiste sono le persone che vedendo un bicchiere mezzo vuoto, lo considerano mezzo pieno.

Gesù era un ottimista per eccellenza; perciò Egli accettò di sacrificarsi per noi, pagando al posto tuo e mio, allo scopo di vanificare la nostra morte attraverso la promessa della risurrezione. Questo fatto soltanto dovrebbe bastare a trasformarci in persone che vivono e irradiano il massimo dell'ottimismo, illuminando anche la vita degli altri.

I credenti in Dio devono essere persone ottimiste oppure pessimiste? Possiamo essere certi che Colui che ci sta plasmando spiritualmente è un Dio sommamente positivo ed ottimista. Egli è un Dio che ci rincuora e ci insegna i segreti di come coltivare il Suo stesso ottimismo - una lezione che l'apostolo Paolo ha dovuto imparare e trasmettere a noi posteri, nei termini seguenti:

«Del rimanente, fratelli, tutte le cose vere, tutte le cose onorevoli, tutte le cose giuste, tutte le cose pure, tutte le cose amabili, tutte le cose di buona fama, quelle in cui è qualche virtù e qualche lode, siano oggetto dei vostri pensieri» (Filipesi 4:8).

Quando l'apostolo Paolo scriveva, le problematiche di allora erano simili a quelle di oggi: pensieri cat-

tivi, invidie, concupiscenze, calunnie, maldicenze, diffamazioni, dispute. L'apostolo Paolo però non si lasciò mai sopraffare dal pessimismo; perciò egli ha scritto per noi: «Tutte le cose amabili, tutte le cose di buona fama, quelle in cui è qualche virtù e qualche lode, siano oggetto dei vostri pensieri». Perché?

Perché «questo è buono e accettabile nel cospetto di Dio, nostro Salvatore, il quale vuole che tutti gli esseri umani siano salvati e giungano alla conoscenza della verità» (1 Timoteo 2:3-4). Notare l'approccio incredibilmente ottimista di Dio!

Il nostro Creatore è sommamente positivo nei nostri confronti, anche quando noi abbiamo sbagliato. «Il Signore non ritarda l'adempimento della Sua promessa, come alcuni reputano che faccia; ma Egli è paziente verso voi, non volendo che alcuni periscano, ma che tutti giungano a ravvedersi» (2 Pietro 3:9).

Pensate, Dio ci ha affidato questa predicazione quale prefigura del Suo ottimistico piano per la salvezza eterna d'ogni persona che si ravvede!

Tutti noi dobbiamo sempre coltivare questo tipo di ottimismo, perché se i dizionari dicono che l'ottimismo è *l'attitudine* sia a «giudicare favorevolmente lo stato» che a «favorire il divenire della realtà», Dio suggerisce che l'ottimismo è parente della speranza che alimenta la fede in cose che non si vedono, ma che sicuramente esistono!

Questo è l'ottimismo divino, che Dio vuole trasmettere a ciascuno di noi. L'ottimismo non viene da sé. Va chiesto a Dio, con suppliche e preghiere. Una volta ricevuto il suo seme, l'ottimismo dev'essere coltivato fino a farlo germogliare e fruttare.

Non è facile coltivare l'ottimismo. Qui di seguito troverai dei consigli pratici su come riuscire a dare una nuova, meravigliosa direzione alla tua vita.

Dieci consigli pratici

1. Ripromettiti che nulla può separarti da Dio.

L'apostolo Paolo ha scritto: «Io son persuaso che né morte, né vita, né angeli, né principati, né cose presenti, né cose future, né potestà, né altezza, né profondità, né alcun'altra creatura potranno separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo Gesù, nostro Signore» (Romani 8:38-39). Abbiamo noi questa stessa positività? Per averla e svilupparla dobbiamo prima conoscere il ravvedimento, chiedere il battesimo, ricevere lo Spirito Santo e iniziare a percorrere la via di Dio.

2. Ripromettiti di portare felicità e salute ad ogni persona di cui fai conoscenza.

Quando ci vien chiesto «Come stai?», a volte rispondiamo con una lista di cose negative? Quando

siamo in compagnia di parenti o amici, di cosa parliamo? che linguaggio usiamo? chi stiamo esaltando? e per quale motivo?

L'apostolo Paolo, conoscendo la natura umana, ha scritto le seguenti esortazioni: «Parlatevi con salmi ed inni e canzoni spirituali, cantando e salmeggiando col cuore vostro al Signore; rendendo del continuo grazie d'ogni cosa a Dio e Padre, e nel nome del Signor nostro Gesù Cristo» (Efesini 5:19-20). Evidentemente questo genere di canto cambia la vita, genera ottimismo, dà salute al corpo e allo spirito.

«La parola di Cristo abiti in voi doviziosamente; ammaestrando ed ammonendo gli uni gli altri con ogni sapienza, cantando di cuore a Dio, sotto l'impulso della grazia, salmi, inni e cantici spirituali. E - l'apostolo Paolo continua - qualunque cosa facciate, in parola o in opera, fate ogni cosa nel nome del Signor Gesù, rendendo grazie a Dio Padre per mezzo di Lui» (Colossesi 3:16-17). Noti l'approccio positivo?

Dio sa bene quando ci troviamo in situazioni molto difficili, ma ci libera da quelle situazioni solo quando sappiamo reagire positivamente. Qualsiasi sia la difficoltà, perfino la tragedia, Dio si aspetta che il nostro pianto si trasformi quanto prima in ottimismo. Non è giusto lasciarsi sopraffare dal pessimismo e dalla depressione, perché Dio ha in serbo per noi un futuro eterno. Questa stupenda conoscenza ci dà gran conforto e gioia da trasmettere agli altri.

3. Ripromettiti di valorizzare anche gli altri.

Attraverso l'apostolo Paolo, Dio ci dice: «Non fate nulla per spirito di parte o per vanagloria, ma ciascuno di voi, con umiltà, stimando gli altri più di stesso, avendo ciascuno di voi riguardo non solo alle cose proprie, ma anche a quelle degli altri. Abbiate in voi lo stesso sentimento che è stato in Cristo Gesù» (Filippesi 2:3-5). Questo richiede umiltà.

Non dovremmo essere contenti del fatto che Dio ha visto in noi il grande potenziale di diventare «figli» Suoi per l'eternità? Anche i genitori umani vedono nei loro figli piccoli un grande potenziale.

«Or noi che siamo forti, dobbiamo sopportare le debolezze dei deboli e non compiacere a noi stessi. Ciascuno di noi compiacce al prossimo nel bene, a scopo di edificazione. Poiché anche Cristo non compiacque a se stesso; ma, com'è scritto: *'Gli oltraggi di quelli che ti oltraggiano son caduti sopra di me'*» (Romani 15:1-3).

Queste ultime parole ci rammentano che la Pasqua sofferta da Cristo dà inizio alla valorizzazione del nostro potenziale. Anche noi dobbiamo riconoscere e valorizzare il potenziale del nostro prossimo; naturalmente quando quest'ultimo si fa aiutare.

4. Ripromettiti di concentrarti sulla parte buona di ogni cosa e di far sì che il tuo ottimismo si avveri.

Le cose buone non succedono da sole: dobbiamo metterci il nostro impegno e i nostri sforzi.

«Tutto quello che la tua mano trova da fare, fallo con tutte le tue forze; poiché nel soggiorno dei morti dove vai, non v'è più né lavoro, né pensiero, né scienza, né sapienza» (Ecclesiaste 9:10). La morte è inesorabile. Siamo tutti diretti lì, non è vero?

E vero, la morte è inesorabile. Possiamo però ugualmente essere ottimisti. Sai perché? Al tempo della risurrezione Dio ci darà un corpo glorioso ed eterno! Questa promessa è da parte di un Dio Creatore assolutamente positivo e affidabile!

Ci sono però condizioni da rispettare: «L'amore sia senza ipocrisia. Detestate il male, e attenetevi fermamente al bene. Quanto all'amore fraterno, siate pieni d'affezione gli uni per gli altri; quanto all'onore, prevenitevi gli uni gli altri; quanto allo zelo, non siate pigri; siate ferventi nello spirito, servite il Signore; siate allegri nella speranza, pazienti nell'afflizione, perseveranti nella preghiera» (Romani 12:9-12).

Queste cose non sono sempre facili a farsi. Sono però la meta positiva che dobbiamo ottimisticamente cercare di raggiungere!

A volte sbagliamo, ma la consapevolezza che Gesù Cristo è vivente alla destra del Padre, e sta intercedendo per noi - ci fa rialzare sempre! In questo modo il nostro ottimismo si avvera.

5. Ripromettiti di pensare solo al meglio, di lavorare solo per il meglio, e di aspettarti il meglio.

Tutto quel che facciamo dev'essere in vista della nostra meta finale: il regno di Dio! «Non temere, o piccolo gregge; poiché al Padre vostro è piaciuto di darvi il regno» (Luke 12:32). Questo è un piccolo versetto, ma pensa alle sue implicazioni! E' piacere di Dio di farti entrare nel Suo regno, di donarti la vita eterna! Hai prospettive più positive di queste?

L'apostolo Paolo ha scritto che «Per questa stessa ragione, mettendo in ciò dal canto vostro ogni premura, aggiungete alla fede vostra la virtù; alla virtù la conoscenza; alla conoscenza la continenza; alla continenza la pazienza, alla pazienza la pietà; alla pietà l'amor fraterno; e all'amor fraterno la carità. Perché se queste cose si trovano e abbondano in voi, non vi renderanno né oziosi né sterili nella conoscenza del Signor nostro Gesù Cristo. Poiché colui nel quale queste cose non si trovano è cieco, ha la vista corta, avendo dimenticato il purgamento dei suoi vecchi peccati. Perciò, fratelli, ancor più studiatevi di render sicura la vostra vocazione» (2 Pietro 1:5-10). Vuoi gettare la spugna? Dio dice: «No, tu puoi farcela!»

6. Ripromettiti d'essere contento anche del successo degli altri, come se fosse il tuo successo.

«...Dio ha costruito il corpo in modo da dare maggiore onore alla parte che ne mancava, affinché non ci fosse divisione nel corpo, ma le membra avessero la medesima cura le une per le altre. E se un membro soffre, tutte le membra soffrono con lui; e se un membro è onorato, tutte le membra ne gioiscono con lui. Ora voi siete il Corpo di Cristo, e membro d'esso, ciascuno per parte sua» (I Corinti 12:24-27). Nel mondo c'è competizione, divisione, invidia e concupiscenza delle cose degli altri. Non dev'essere così fra coloro che vogliono camminare la via di Dio.

«Rallegratevi» - ci viene comandato - «con quelli che sono allegri; piangete con quelli che piangono. Abbiate fra voi un medesimo sentimento; non abbiate l'animo alle cose alte, ma lasciatevi attirare dalle umili. Non vi stimiate savi da voi stessi» (Romani 12:15-16).

7. Ripromettiti di non piangere sul passato.

Alcuni si giudicano più severamente di quanto Dio non faccia. Essi non riescono perdonarsi, sebbene Dio stende loro la Sua mano.

«Fratelli,» - scriveva l'apostolo Paolo - «io non reputo d'aver ancora ottenuto il premio; ma una cosa faccio: dimenticando le cose che stanno dietro e protendendomi verso quelle che stanno dinanzi, proseguo il corso verso la meta per ottenere il premio della superna vocazione di Dio in Cristo Gesù. Sia questo dunque il sentimento di quanti siamo maturi; e se in alcuna cosa voi sentite altrimenti, Iddio vi rivelerà anche quella» (Filippesi 3:13-15).

Prima della sua conversione, l'apostolo Paolo aveva perseguitato i Cristiani, ma capiva che doveva guardare avanti con la convinzione che Dio aveva perdonato i suoi errori.

8. Ripromettiti di tenere un contegno gioioso e di regalare un sorriso alle persone che incontri.

Una persona che si interessa a te, ti cambia l'umore e ti fa risalire la china. Rispondere al telefono con garbo, anche quando il venditore ambulante ti disturba suonando al citofono in un momento impossibile. Occorre avere cura e rispetto per il prossimo.

«Or io mi sono grandemente rallegrato nel Signore che finalmente avete fatto rinverdire le vostre cure per me; ci pensavate sì, ma vi mancava l'opportunità. ... giacché ho imparato ad esser contento nello stato in cui mi trovo... Io posso ogni cosa in Colui che mi fortifica» (Filippesi 4:10). Quanto ottimismo in queste parole!

Anche nelle difficoltà, regala un sorriso alle per-

sone che ti guardano. Raccoglierai ciò che semini, e questo ti aiuterà a generare ottimismo in te stesso e negli altri. «Il ferro forbisce il ferro; così un uomo ne forbisce un altro», dice un proverbio biblico (Proverbi 27:17). Prova a sorridere a chi ti sta vicino e vedrai che, quasi sempre, raccoglierai sorrisi.

9. Ripromettiti di migliorare più te stesso anziché criticare gli altri.

E' scritto: «Non giudicate, acciocché non siate giudicati; poiché col giudizio col quale giudicate, sarete giudicati; e con la misura onde misurate, sarà misurato a voi. E perché guardi tu il bruscolo che è nell'occhio del tuo fratello, mentre non vedi la trave che è nell'occhio tuo? Ovvero, come potrai tu dire al tuo fratello: 'lascia ch'io ti tragga dall'occhio il bruscolo, mentre ecco la trave è nell'occhio tuo? Ipocrita! Trai prima dall'occhio tuo la trave, e allora ci vedrai bene per trarre il bruscolo dall'occhio del tuo fratello» (Matteo 7:1-3).

Gesù Cristo - in Matteo 5:48 ci ammonisce dicendo: «Voi dunque siate perfetti, com'è perfetto il Padre vostro celeste». Gesù qui non ci esorta ad essere perfetti come una macchina, ma ad essere spiritualmente maturi, compassionevoli e capaci di esercitare il discernimento e la giusta valutazione delle cose e delle situazioni.

Essere impegnati a migliorare noi stessi, anziché giudicare gli altri, ci rende persone positive ed equilibrate. C'è un ultimo ma importante consiglio.

10. Ripromettiti di essere troppo benedetto da Dio per preoccuparti, troppo nobile per vendicarti, troppo forte per temere, e troppo fiducioso per permettere al pessimismo di prevalere.

I nove consigli precedenti ci aiutano a costruire ottimismo negli altri, se li mettiamo in pratica. Ma se non ci mettiamo il cuore ed una coscienza pulita, il tutto diventa una messa in scena destinata a crollare. Questo decimo consiglio contiene infatti delle regole spirituali che dobbiamo rispettare, se non vogliamo vanificare i nove consigli precedenti.

Sono regole e allo stesso tempo ammonizioni: «Or la fine d'ogni cosa è vicina; siate dunque *temperati* e *vigilanti* alle preghiere. Soprattutto, abbiate *amore intenso* gli uni per gli altri, perché l'amore *copre* moltitudine di peccati. Siate *ospitali* gli uni verso gli altri *senza mormorare*. Come *buoni amministratori* della svariata grazia [benedizioni] di Dio, ciascuno, secondo il dono che ha ricevuto, lo faccia valere *al servizio degli altri*» (1 Pietro 4:7-10).

Queste attitudini sono indispensabili, troviamo scritto in Efesini 4:21-32, perché «...siete ammae-

strati secondo la verità che è in Gesù, e [state imparando], per quanto concerne la vostra condotta di prima, a spogliarvi del vecchio uomo che si corrompe seguendo le passioni ingannatrici; ad essere invece rinnovati nello spirito della vostra mente, e a rivestire l'uomo nuovo che è creato all'immagine di Dio nella giustizia e nella santità che procedono dalla verità...»

L'apostolo Paolo continua: «Perciò, bandita la menzogna, ognuno dica la verità al suo prossimo perché (spiritualmente) siamo membra gli uni degli altri. Adiratevi e non peccate; il sole non tramonti sopra il vostro cruccio e non fate posto al diavolo...»

«Chi non vuol lavorare non rubi più, ma piuttosto si affatichi facendo qualche buona opera con le proprie mani, affinché abbia qualcosa da dare a chi è veramente nel bisogno».

«Niuna mala parola esca dalla vostra bocca; ma se ne avete alcuna buona che edifichi, secondo il bisogno, ditela, affinché conferisca grazia a chi l'ascolta. E non contristate lo Spirito Santo col quale [potete essere] suggellati per il giorno della redenzione.»

«Sia tolta via da voi ogni amarezza, ogni cruccio ed ira e clamore e parola offensiva con ogni sorta di malignità. Siate invece gli uni verso gli altri benigni, misericordiosi, perdonandovi a vicenda, come anche Dio vi ha perdonati in Cristo» (Efesini 4:21-32).

Sono istruzioni che promuovono l'ottimismo, gli stessi sentimenti di Gesù Cristo. Ma li viviamo?

Coloro che ricercano Dio si sforzano di imparare a viverle, attraverso la via di Dio, mediante lo Spirito Santo di Dio, finché giungeranno nel Regno di Dio, per l'eternità. Che incredibile ottimismo da parte di Dio! Non dovremmo noi essere altrettanto ottimisti? o ci troviamo più spesso ad essere pessimisti?

Dio ci ha donato una conoscenza spirituale straordinariamente eccelsa - promesse troppo grandi; il che non ci consente di essere pessimisti.

Iddio sta chiamando anche te, per darti la conoscenza di Lui e del Suo meraviglioso disegno per te. Egli ti vuole fra quelli che guardano sempre il lato luminoso, positivo e ottimista delle cose.

Cristo fu ucciso, perché lasciò che lo uccidessero per riscattarti dalla morte attraverso una tua futura risurrezione! Cristo è risuscitato ed è ascritto al Padre, ma ha voluto che tu facessi parte di coloro che sono «la luce del mondo, finché Egli venga».

Non c'è visione più incoraggiante, più ottimistica e più positiva di questa!