



## Gioia: Elemento fondamentale per un cristiano

Partiamo dal titolo di questa breve meditazione. La gioia è fondamentale per un vero cristiano! Certo la vita difficilmente ci induce a gioire. Ogni giorno c'è una lotta continua per affrontare malattie, problemi finanziari, il lavoro, problemi con familiari... Tuttavia la Parola di Dio ci inonda di messaggi sulla gioia e sul rallegrarsi. La Bibbia ha un'abbondanza di esempi in cui si è esortati a gioire infatti tra gli atteggiamenti positivi che il credente deve imparare (Gal 5:22) c'è anche la gioia. Abbiamo esempi di gioia ovunque.

Bisogna però anche guardare ciò che il mondo propone: la felicità a tutti i costi. Ma la felicità per cosa? Ogni giorno si è letteralmente bombardati da esempi di ogni genere per ottenere questa felicità. C'è chi spera in grandi vincite alle lotterie oppure c'è chi per essere felice vorrebbe avere un'auto costosa o c'è ancora chi invidia il tenore di vita di altri pur sapendo di non poterselo permettere.

Bisognerebbe invece chiedersi che cosa significa essere felici? Che cosa significa realmente per un cristiano?

Spesso nelle sue lettere l'apostolo Paolo esorta proprio a rallegrarsi perché grande è il premio che ne avremo.

Quando si riconosce il Signore nel proprio cuore e lo si testimonia davanti a tutti lo si fa con gioia. La nostra vita improvvisamente volge in novità e ciò che eravamo o pensavamo prima non è più. La gioia di riconoscere il Signore Gesù come personale salvatore significa affidarsi a Lui come dei bambini nelle mani dei propri genitori: consapevoli del loro amore e sereni

del fatto che dipendono da loro e che non devono preoccuparsi di nulla.



La nuova vita in Cristo deve potersi vedere e scaturire nella gioia. Sapere che Dio ci ama e che ci ha eletti suoi figlioli per mezzo di Cristo è per noi motivo di gioia. Proprio qualche giorno fa ho sentito per radio parlare di preghiera e di ringraziamento; lo speaker diceva di ringraziare Dio non soltanto per ciò che ci dona nella vita ma

soprattutto per la vita! Ecco, questo potremmo definirlo l'esempio più importante per cui dovremmo gioire.



## Gioia: Elemento fondamentale per un cristiano

Altro motivo di gioia potrebbe essere vedere il progresso di santificazione dei fratelli. (1Ts 2:20)

Gli angeli gioiscono anche loro quando un peccatore si ravvede (Lu 15:10)  
C'è gioia anche quando ritroviamo un amico lontano che da tanto non vedevamo. Paolo ci esorta ad accogliere con gioia i fratelli (Fil 2:29) e quando scrive a Timoteo (2Tm 1:4) gli dice che non vede l'ora di rivederlo per essere riempito di gioia.

L'attesa del ritorno in Gloria del nostro Signore Gesù ci rende gioiosi, ecco perché Paolo ci dice di essere sempre così, per non perdere di vista il nostro obiettivo. Dobbiamo rallegrarci nella speranza del Suo ritorno (Ro 12:12).



L'apostolo Giacomo ci dice addirittura di considerare una grande gioia quando ci si trova nelle prove, in quanto la prova produce costanza e la costanza ci fortifica per essere completi e di nulla mancanti (Gm 1:2-4). Spesso invece ci chiediamo perché a noi è capitata quella tal cosa senza scorgere invece che nella prova cresciamo e cresce anche il nostro rapporto col Signore e lo stesso succede con la gioia.

Le malattie ci rendono deboli e come leggiamo in Proverbi 17:22 le malattie fiaccano le ossa ma la gioia, cioè l'essere mentalmente positivi, può aiutare il processo di guarigione. Uno spirito abbattuto toglie energia alla persona provocando un peggioramento. Quando si dice che ridere fa bene!

*Il commentario Mc Donald a questo proposito fa un inciso: "In una nota a questo versetto la Berkeley Version commenta: "Una terapia aggiornata e insuperata". I medici di oggi dicono che una bella risata è terapeutica. Spiegano che quando si ride fragorosamente il diaframma si abbassa molto e i polmoni si espandono, aumentando la loro capacità e incamerando una maggiore quantità di ossigeno. Allo stesso tempo il diaframma si allarga e massaggia delicatamente e ritmicamente il cuore. Questo nobile organo reagisce pulsando più velocemente ed energicamente. Il sangue circola più velocemente. Fegato, stomaco, pancreas, milza e cistifellea ne vengono*



## Gioia: Elemento fondamentale per un cristiano

*stimolati, tutto il corpo riceve una sferzata di vigore. Tutto questo conferma quello che disse sulla risata l'antico filosofo greco, Aristotele, più di duemila anni fa: "È un esercizio corporeo utile alla salute".*

*Ma non ogni risata è salutare. Howard Pollis, insegnante di psicologia all'Università del Tennessee, sostiene che quando risata e sorrisi sono usati in maniera aggressiva, per ironizzare, mettere in imbarazzo o in ridicolo gli altri, sono "dannosi alla salute" e possono fare più male a chi ride che a chi è deriso.*

*Uno spirito abbattuto fiacca le ossa. Blake Clark concorda: "Le emozioni possono far ammalare. Possono far cadere i capelli a ciocche, procurare acuti mal di testa, ostruzioni nasali, lacrimazioni, asma, allergie, laringiti, orticarie, addirittura perdita dei denti. Le emozioni possono causare ulcere e infiammazioni interne, aborti, impotenza e tanto altro ancora. Le emozioni possono uccidere."*



Alla luce di tutto ciò possiamo dire con certezza che l'unica vera gioia è quella che troviamo in Gesù. Il cristiano ha di che gioire perché sa che il suo debito è stato pagato pienamente da Cristo alla croce. Come credenti sappiamo di non essere perfetti, sappiamo di essere sottoposti ogni giorno ai problemi che la vita ci pone, non siamo esenti ma abbiamo la fede in Colui che ci ha

liberato dal peccato inchiodandolo per sempre su quella croce.

Pensando a questo possiamo concludere con ciò che ci ricorda Paola nella sua lettera ai Romani: "Or il Dio della speranza vi riempia di ogni gioia e di ogni pace nella fede, affinché abbondiate nella speranza, per la potenza dello Spirito Santo." (Ro 15:13)