

Contenuti

Contenuti

Bibbia e sport	3
La creazione	3
L'uomo	5
La caduta	5
Il giudizio	5
La redenzione	6
Dio ha creato lo sport?	7
Due punti di vista sbagliati sullo sport _____	7
A Dio fa piacere il risultato sportivo? _____	8
Lo sport - un dono di Dio _____	9
Immagine di Dio _____	10
Lo sport come espressione di culto _____	11
Sport la domenica	12
Sport: un'occasione per testimoniare	14
Relazioni nello sport	16
Il credente e lo sport	18
Lo sport e la fede stanno bene insieme	18
Preghiera nello sport	21
Pregare e allenarsi _____	21
I. Perché preghiamo? _____	22
II. Come preghiamo? _____	24
III. Per che cosa preghiamo? _____	27
Momenti di tensione fra credente e sport	32
Domande utili per scoprire il nostro atteggiamento interiore _____	35
Compiti di un mentore dello sport _____	36
La tentazione nello sport	37
Cristo come allenatore _____	37
Potere _____	38
Fama _____	39
Denaro _____	40
La sessualità e il comportamento con l'altro sesso _____	41
L'obiettivo più alto nello sport di un credente	43
Motivazione credibile _____	43
I sei pilastri di uno sport di buona qualità _____	45
Essere credenti in un'associazione sportiva	53
Come dare la mia testimonianza in modo appropriato?	61

L'indirizzo di SRS:

SRS e.V.
Im Sportzentrum 2
57610 Altenkirchen
Germania
www.srsonline.de
info@srsonline.de

Bibbia e sport



(di Bernd Breitmaier; alcuni passaggi sono tradotti dall'inglese dal libro: "What the book says about Sport", Stuart Weir, The Bible Reading Fellowship, 2000)

Nella Scrittura non c'è un versetto che ci dia uno schema di cosa dobbiamo credere sull'argomento sport. Però nella Bibbia troviamo molte indicazioni che sono importanti per lo sport. Prima di poter capire le intenzioni di Dio per lo sport, dobbiamo capire le sue intenzioni per l'umanità. Un'occhiata al primo libro della Bibbia, la Genesi, ci aiuta.

Per capire l'intenzione di Dio per l'umanità, e quindi anche per lo sport, possiamo leggere il punto di partenza in Genesi 1. In Genesi c'è il fondamento di tutte le rivelazioni bibliche. Questo libro è essenziale per ogni comprensione profonda della fede cristiana. Nei primi capitoli troviamo l'origine dell'universo, l'origine del peccato e il piano di redenzione di Dio. Possiamo riassumere il contenuto in cinque parti:

- La creazione
- L'uomo
- La caduta
- Il giudizio
- La redenzione

La creazione

Genesi 1 rivela Dio come unico Creatore di tutte le cose. Dall'universo, il sole, la luna e le stelle, fino alle creature più piccole... tutti hanno la loro origine in Cristo. Dio è maestoso nel suo totale controllo sul mondo intero. Ciò esclude quindi il politeismo (cioè credere in più dei). Esiste un solo Dio. Ciò esclude anche il panteismo (cioè vedere la divinità in tutte le manifestazioni del mondo e credere che tutto sia Dio, credere che tutto nel mondo sia riempito di Dio o che l'universo sia equivalente a Dio.)



Dio non fa parte della creazione, ma è il Creatore. E' escluso anche ogni tipo di dualismo, cioè il pensiero che tutto ciò che è spirituale sia buono e tutto ciò che è materiale sia cattivo. Questo pensiero non biblico si trova spesso nelle tesi dei filosofi greci.

Tutto quello che esiste è stato creato da Dio e in sé è buono. Se non comprendiamo ciò e seguiamo un pensiero dualistico, potremmo averne enormi conseguenze. Potrebbe darsi che tiriamo una linea invisibile, immaginaria.

Al di sopra della linea mettiamo tutte le cose importanti che formano un credente: leggere la Bibbia, pregare, andare al culto ed essere fedele nei confronti della chiesa. Al di sotto della linea finisce tutto quello che non è spirituale: ridere con gli amici, fare sport, arte, musica, uscire a cena, sesso, guardare la TV... Tutte cose che alcuni credenti tendenzialmente classificano come non spirituali.

Se tiriamo questa linea nei nostri pensieri, ci mettiamo contro le dichiarazioni della Genesi e anche contro tutto ciò che la Bibbia dice di Dio.

In Genesi 3, però, troviamo un'indicazione per distinguere cos'è "spirituale" e cosa è "del mondo". Lì, per la prima volta, scopriamo il peccato. Il peccato distrugge tutto, e inquina la nostra relazione con Dio. Questo ha un impatto sulla nostra vita di preghiera, sulla nostra lettura della Bibbia. Il peccato rovina le nostre relazioni, la nostra vita sessuale, la nostra vita sportiva... il peccato distrugge tutto. Se permettiamo a Dio di avere il controllo sulla nostra vita, inizia la rigenerazione di queste cose... le nostre preghiere, la sessualità, lo sport, etc. Dio inizia a trasformarli e lavora dentro di noi. Lui inizia ad avere influenza sulla nostra vita, attraverso lo Spirito Santo, Che ci parla tramite la Scrittura, una predica, gli amici, etc. Durante la lettura della Bibbia e le preghiere, ci mostra, in tutte le aree della vita, quello che davanti a Lui è sbagliato, tutto incluso: come viviamo le nostre relazioni e anche come trattiamo i nostri avversari durante una partita di calcio.

Comprendere questa verità, che Dio è il nostro Creatore e Redentore, deve anche influenzare il nostro atteggiamento nei Suoi confronti. Se Lui è il Creatore di tutte le cose, allora abbiamo il dovere inevitabile di adorarlo in tutto e in ogni momento: la domenica al culto e anche in settimana durante l'allenamento o la competizione. In Genesi 1:21 Dio dice che il creato "era buono". Questo pensiero si ripete anche nel Nuovo Testamento in 1 Timoteo 4:4: "Infatti tutto

quel che Dio ha creato è buono; e nulla è da respingere, se usato con rendimento di grazie" La creazione di Dio è buona e dobbiamo goderla e rallegrarci di essa. Il mondo terreno è importante e dobbiamo costruirci sopra, conservarlo e goderlo. Non dobbiamo sentirci in colpa, quando ci ralleghiamo di cose terrene o materiali. Questo va del tutto bene. Nessuna parte della Bibbia sostiene la filosofia di valutare le attività terrene malvagie e quelle religiose buone. In origine, tutto ciò che aveva creato era buono agli occhi di Dio.

Se Dio è il Creatore è anche Colui che dà l'abilità a Michael Schumacher di rimanere ogni giro un mezzo secondo in più sul gas rispetto ai suoi concorrenti. Guardare Bernhard Langer quando



imbuca una pallina da una distanza di 150 metri fa piacere a Dio; piacere di una cosa che Lui ha creato.

Se noi nella nostra testa abbiamo tirato una linea immaginaria, che classifica lo sport come attività "non spirituale" dobbiamo correggere ciò. Nell'ottica di Dio non c'è una divisione tra cose sante e cose terrene. Tutto il mondo è una creazione caduta e ha bisogno di redenzione... anche lo sport. Cristo è il Redentore ed è venuto in questo mondo per salvarci. Se comprendiamo ciò con tutto il cuore, possiamo anche credere che è buono trascorrere del tempo facendo sport.

L'uomo

Genesi ci aiuta anche con la questione: "Chi o cosa è l'uomo e qual è il senso della vita?" Genesi 1:26 ci dà una risposta: "Poi Dio disse: «Facciamo l'uomo a nostra immagine, conforme alla nostra somiglianza, e abbiano dominio sui pesci del mare, sugli uccelli del cielo, sul bestiame, su tutta la terra e su tutti i rettili che strisciano sulla terra.»" In questo modo Dio creò l'uomo a Sua immagine, come uomo e donna li creò. Noi uomini siamo stati creati a immagine di Dio e siamo stati nominati i Suoi rappresentanti, regnanti su questo mondo. Questo prospetta molti possibili sviluppi e dà all'uomo un valore unico in sé stesso, senza necessità di dover rendere qualcosa.

Può darsi che lo stesso giocatore in una partita realizzi il gol che porta alla vittoria e in quella successiva sfiori una palla per sbaglio, segnando un autogol. Che fine fa, in un caso come questo, l'autostima del giocatore? Se la nostra autostima è basata sulle opinioni di altri uomini riguardo al nostro rendimento, la nostra vita è una corsa sulle montagne russe. Ovviamente, anche un cristiano sportivo non è immune da quello che viene detto e scritto di lui. Anche un cristiano si impegna a dare il massimo in ogni partita. Attraversa alti e bassi, come i suoi colleghi non credenti. Ma il cristiano sa (si spera!) che il suo valore non è basato su ciò che rende, ma su ciò che lui è già. Il nostro valore viene solamente dalla nostra relazione con Dio. Lui ci ama incondizionatamente. Come cristiano, la nostra autostima è liberata dal risultato dell'ultimo campionato o dal livello del nostro gioco. Per Dio sono incondizionatamente prezioso (come, d'altronde, lo è ugualmente il mio compagno di squadra!). Per applicare questo sapere nello sport, ci vuole allenamento. Ogni competizione è una nuova sfida: vivere questa consapevolezza come abitudine naturale anche nello sport. Un ministro cristiano, o un consigliere spirituale, in campo sportivo è un grande aiuto nel far ciò.

La caduta

Quando Adamo ed Eva decisero di ribellarsi contro l'autorità di Dio, il peccato entrò per la prima volta nel mondo. In Genesi 3, leggiamo che non erano soddisfatti di essere creati ad immagine di Dio. Volevano di più: volevano essere uguali a Lui. Così hanno abbandonato volontariamente l'obiettivo per il quale Dio li aveva creati. Questo è ciò che la Bibbia chiama peccato. In Romani 5, leggiamo che il peccato di Adamo ed Eva come primi uomini ha delle conseguenze profonde fino ad oggi. A causa loro, noi siamo peccatori, essendo loro discendenti, e siamo responsabili delle nostre azioni. Dio ci ha scacciati dal paradiso e, adesso, viviamo in un mondo per il quale in origine non eravamo stati creati. Per questo motivo, dentro ad ogni uomo c'è il desiderio di riconciliarsi con Dio e di ritornare alla relazione originaria con Lui. Dalla caduta nel peccato, tutta la creazione è stata macchiata. Quello che Dio aveva creato per la nostra gioia è stato rovinato dall'atteggiamento egoista e peccaminoso di Adamo ed Eva. Il lavoro, per esempio, non è più creatività e dignità, ma spesso solo fatica, a volte frustrante. Le donne partoriscono i figli con dolore.

Il giudizio

La conseguenza della caduta è il giudizio. In Genesi 3:14, Dio parla prima al serpente, poi ad Adamo ed Eva, facendo loro conoscere le conseguenze della ribellione: "Poiché hai fatto questo..., sarai...". In Genesi 6, leggiamo come Dio condanna l'umanità peccaminosa attraverso il diluvio. L'ira di Dio e il suo giudizio ci fanno sentire a disagio e possono mettere paura. Siccome Dio ha pieno controllo dell'esistente e può fare ciò che vuole, dovremmo sentire molto timore nei Suoi confronti. La paura però non è necessaria.

La redenzione

Con il diluvio Dio non ha distrutto tutta l'umanità. Noè e la sua famiglia sono stati salvati appositamente. Questo fatto ha un significato che va oltre quel contesto storico. Ci dimostra in modo simbolico ciò che Dio farà alla fine del mondo, quando tutti gli uomini saranno giudicati. La storia mette in luce anche la grande redenzione che verrà data al mondo per mezzo di Gesù Cristo; redenzione che noi sappiamo essersi già realizzata. In Cristo, perfetto Uomo di Dio, la comunione fra l'uomo e il suo Creatore è ricostruita. Ogni uomo, e quindi anche ogni sportivo, può tornare alla condizione per cui era stato creato in origine solo attraverso Gesù Cristo. Per vivere questa condizione ed essere veramente ciò per cui siamo stati creati, abbiamo bisogno di una relazione personale con Gesù Cristo, ora e per tutta l'eternità. Tutti gli aspetti della nostra vita vengono ricostruiti attraverso una relazione personale con Gesù Cristo, in modo che possiamo sussistere davanti a Dio e Lui si può rallegrare di noi. Ciò è valido per la nostra fede, le nostre relazioni, il nostro lavoro e anche per lo sport.

Ogni uomo, che prende personalmente una decisione di vita per Gesù Cristo, è salvato mediante la morte in croce di Gesù e la sua resurrezione, per essere Suo testimone in ogni momento ed in ogni situazione.



Dio ha creato lo sport?

Sì e no.

Ovviamente Dio non ha creato ogni singolo sport. E' un'idea umana determinare un vincitore, utilizzando una palla e ventidue giocatori, secondo regole stabilite. Altri hanno pensato come far volare una palla leggera sopra una rete e su un tavolo, durante una partita. Gesù non ha corso in uno stadio e non ha organizzato una lotta.

Dio però ha creato gli uomini con la capacità di correre, saltare, lanciare, sparare, guidare etc. E mette in loro il desiderio di avere un buon risultato e di sfruttare a pieno il proprio potenziale. Nello sport, i nostri talenti si mettono in luce. Se ci prepariamo sulla linea di partenza con la giusta motivazione e ci sottomettiamo alle regole di Dio, Egli viene onorato e si compiace di noi. Invece, nel momento in cui il cuore di una persona è preso totalmente dallo sport e il suo valore di essere umano viene fatto dipendere dai suoi risultati, si oltrepassa il confine dell'idolatria. A questo punto, lo sport non è più ciò che Dio ha creato.

Due punti di vista sbagliati sullo sport

Dal sedicesimo secolo, i cristiani hanno sempre sconsigliato di avere contatti con il mondo dello sport. O perché pensavano che lo sport in sé fosse peccato, oppure perché spesso vedevano lo sport connesso con il peccato. L'ambiente nel quale si svolgeva lo sport era soprattutto il "mondo". Alcol, gioco d'azzardo e spirito aggressivo in competizione erano le ragioni per cui i cristiani stavano lontani dallo sport. Alcuni cristiani hanno ancora oggi questo punto di vista sbagliato. Dio ci dice che siamo in questo mondo, ma non di questo mondo. Il ruolo del cristiano nello sport è di essere il sale e la luce del mondo e di fare conoscere ai nostri compagni di squadra

la Buona Novella. L'onore e l'adorazione per il nostro Creatore e Redentore non hanno limiti di orario, di luogo o di edificio. Dio vuole avere comunione con noi ventiquattro ore al giorno per sette giorni alla settimana.

Essere discepoli di Cristo vuol dire avere il compito di essere Suoi testimoni in ogni secondo



della nostra vita: nello spogliatoio, in allenamento, durante la competizione, la premiazione, il viaggio di ritorno e i successivi festeggiamenti.

A volte, un altro punto di vista dei cristiani è di pensare lo sport come nient'altro che un appoggio per l'evangelizzazione. Dicono che va bene per un cristiano fare sport, ma solo per evangelizzare. Lo sport in sé non avrebbe un valore o una giustificazione.

E' vero che lo sport può essere un ambiente profondamente ateo. Ma non lo possono essere tutti gli ambienti della nostra vita?

Trattandosi di un'attività con la quale possiamo usare i talenti che Dio ci ha donato e abilità apprese, lo sport è valido e prezioso tanto quanto tutte le altre attività umane. Quando dei cristiani smettono di essere attivi nel mondo sportivo, a causa delle pressioni di una parte della chiesa, o non iniziano neanche, a causa di un'immagine non biblica dello sport agonistico, ne sarà contento satana, e Dio ne sarà dispiaciuto. Gli sportivi sono inclusi nell'ordine di fare discepoli tra tutti i popoli (Matteo 28:19), perché gli sportivi hanno bisogno di Gesù Cristo. Nello sport, ci sono molte occasioni di raggiungere sportivi e tifosi con il Vangelo. Dovremmo sfruttare queste possibilità con tutte le nostre energie e ne dovremmo essere grati. Questo però non deve diventare l'unica legittimazione per fare sport.

Fare sport è legittimo quanto fare la musica, giocare e lavorare.

A Dio fa piacere il risultato sportivo?

Se uno sportivo usa i suoi talenti e sviluppa le sue abilità sportive con l'allenamento (fino a dove il suo potenziale e Dio glielo permettono), se uno sportivo salta più distante di chiunque prima di lui, se un altro corre più veloce dei concorrenti, tutto ciò dimostra l'unicità e la genialità del Creatore. Se un uomo onora Dio con il suo corpo e Lo loda con la sua bocca, allora fa ciò per cui è stato creato. Perciò, la risposta alla domanda qui sopra è un meditato "sì". Tutto il cielo si compiace per i risultati sportivi che sono stati raggiunti per la gloria di Dio.

Dio ama l'atleta indifferentemente se perda o se vinca (anche se è ovvio che per un cristiano orientato al risultato sportivo non è la stessa cosa perdere o vincere!). Dio guarda il cuore e attribuisce ad ogni uomo un valore inestimabile, indipendente dal risultato. Ama il perdente e il vincitore incondizionatamente. Perciò è un errore pensare che onoriamo di

più Dio quando vinciamo e, per questo motivo, desideriamo vincere. Dio guarda il nostro atteggiamento interiore e il nostro cuore.

Quando stiamo gareggiando, dovremmo essere una gioia innanzitutto per Dio, e poi per gli uomini. Dovremmo partecipare come se Dio fosse l'unico spettatore. Questo è un culto che piace a Dio. (Romani 12:1)

Gli atleti cristiani possono e dovrebbero vincere, ma non ne hanno necessità, perché non hanno bisogno dimostrare niente a nessuno. La loro autostima rimane solidamente fondata in Dio. Quest'amore incondizionato dà sicurezza ed è una sicura base di partenza per il miglior risultato personale ad ogni livello di prestazione!

Lo sport – un dono di Dio

Lo sport, la nostra abilità di giocare e il divertimento connesso fanno parte della creazione di Dio. Il pensiero dualistico, che scinde spirituale e materiale, in analogia alla filosofia greca, non è biblico. La Bibbia insegna l'unità inseparabile di corpo, mente e spirito, attribuendo un grande valore a ciascuna parte, anche al corpo.

“Non sapete che il vostro corpo è il tempio dello Spirito Santo che è in voi e che avete ricevuto da Dio? Quindi non appartenete a voi stessi. Poiché siete stati comprati a caro prezzo. Glorificate dunque Dio nel vostro corpo.” (1 Corinzi 6:19-20)

La Bibbia mostra un Dio che dona liberamente agli uomini. Lui distribuisce i talenti spirituali e quelli naturali fisici. Tutti questi doni vengono da Dio e dovremmo rallegrarcene, usandoli per la Sua gloria. E' una distorsione delle affermazioni bibliche, quando si dichiara che un dono come il talento musicale viene da Dio, mentre altri (come velocità, fiato, abilità di coordinazione e altri talenti sportivi) invece no. Il talento sportivo è un dono quanto lo è il saper cantare nel coro della chiesa o insegnare alla scuola domenicale. Tutti i doni possono essere usati per la gloria di Dio.

Peter Pollock (giocatore di bowling, Sudafrica) fa una distinzione importante, quando afferma: “Il talento è un dono di Dio, ma la dipendenza dal successo non era nel suo piano.” (The myth of success, Today, September 1999).

Se gli atleti riescono a riconoscere il loro talento come un dono di Dio, ciò li rende liberi di gioirne, di usarlo per la gloria di Dio e di coltivarlo tramite l'allenamento. E' così messa a tacere la sensazione che lo sport non sia santo, oppure qualcosa che si può a malapena tollerare che però deve avere una bassa priorità. Con una corretta conoscenza, gli atleti possono agire in armonia con

Colossesi 3:23: “Qualunque cosa facciate, fatela di buon animo, come per il Signore e non per gli uomini”. Ciascun atleta ha la libertà di esserlo, testimoniando ai suoi compagni e agli altri che lui confida in un Dio che sconfigge il peccato e cambia la vita. E' responsabilità di ogni cristiano sportivo essere un esempio per la società di come il talento sportivo, quale dono di Dio, deve essere usato.

Immagine di Dio

Non dobbiamo farci un immagine di Dio (Esodo 20:4), perché in questo mondo ne esiste già una: noi. Noi uomini siamo l'immagine di Dio in questo mondo. Lo sport non deve sostituire Dio e lo stadio non deve rimpiazzare la chiesa. Solo se lo sport scivola al secondo posto, allora diventa di prima classe! Tutto il resto è ciò che la Bibbia chiama idolatria.

Nello sport bisogna onorare Dio. Lui conosce la nostra motivazione durante l'allenamento, il gioco e la competizione, vede anche se, in qualche cosa, ci riteniamo più importanti di Lui. Si rallegra quando siamo grati nel fare lo sport e lo usiamo per esprimere lode e culto.

Come cristiani nello sport vogliamo diventare più



simili a Dio e darGli onore in un ambito che amiamo molto. Gli diamo il nostro talento e vogliamo accettare dalle Sue mani qualsiasi risultato sportivo, ancora prima della competizione. Dio ci dona la

vittoria e la sconfitta; si può dire che Lui ha il merito di un successo. Noi abbiamo la responsabilità di rendere, di dare il cento per cento in allenamento e in gara. Questo ci libera e ci spinge di dare il nostro meglio fino alla fine, anche in una partita già persa, per Dio, il nostro spettatore.

“Sia dunque che mangiate, sia che beviate, sia che facciate qualche altra cosa, fate tutto alla gloria di Dio.” (1 Cor 10,31)

“Qualunque cosa facciate, fatela di buon animo, come per il Signore e non per gli uomini,” (Col 3,23)

“Lo sport e la nostra abilità di gareggiare e di divertirci fanno parte della creazione di Dio. Lo sport, come ogni altra cosa, è danneggiato dal nostro egoismo, dall'invidia e dal desiderio

di prenderci il primo posto. Lo sport, come il resto della creazione, deve essere rigenerato per tornare ciò che era stato creato da Dio. Immaginiamo se lo sport fosse praticato con onestà, integrità e con il giusto spirito sportivo.” (Stuart Weir, Inghilterra)

Heyns (vincitrice delle Olimpiadi nel nuoto, Sudafrica) è convinta: “Il nuoto è stato in un certo senso la mia ‘scuola’, dove Dio mi ha insegnato le Sue possibilità e la fiducia in Lui. Amo la sensazione di soddisfazione, dopo un allenamento o una competizione di nuoto, quando so che ho dato a Dio in ogni momento della prestazione tutto il mio essere e tutto il mio cuore. E’ il migliore culto che io Gli possa dare. Mi ricordo che in un’occasione, durante una gara importante, ero molto stanca e pensavo semplicemente a nuotare per la vasca avanti e indietro, lodando Dio, adorandoLo con il talento



che mi aveva dato e sperando di poter fare un tempo almeno accettabile.”

Compiacere Dio non centra con ciò che qualcuno dice sul nostro rendimento. Non ha neanche che fare con le medaglie che vinciamo. Si tratta, con il nostro talento, di fare il meglio che compiacca Dio.

A volte, gli allenatori si preoccupano, quando un loro atleta diventa cristiano, perché temono che il giocatore perda interesse per lo sport e la grinta. Ciò spesso lo si deve a un concetto errato dell'essere cristiani.

Bibbia e sport

Se un atleta, dopo la conversione, perde la grinta nel suo sport, alla base c'è sicuramente una conoscenza errata della Bibbia da parte sua o dei credenti attorno a lui. Se l'allenatore lo aiuta a comprendere bene le aspettative di Dio su di lui, come cristiano sportivo, l'atleta può tornare a dare il meglio con piena motivazione e si impegna al massimo. Chi comprende cosa significa compiacere Dio tramite il proprio talento, si impegnerà.

Come atleti cristiani siamo esortati a dare il nostro meglio in ogni circostanza: vittoria, sconfitta, pareggio. Non ci arrendiamo e non scappiamo, perché anche Gesù non l'ha fatto. Questo è ciò che Dio si aspetta da noi come sale e luce del mondo sportivo.

Lo sport come espressione di culto

Dio ci chiede di renderGli culto con tutta la nostra vita, dalla domenica al sabato, ventiquattro ore al giorno: "Vi esorto dunque, fratelli, per la misericordia di Dio, a presentare i vostri corpi in sacrificio vivente, santo, gradito a Dio; questo è il vostro culto spirituale" (Romani 12,1)

Lo sport per la gloria di Dio piace a Lui e agli uomini. Gli atleti possono lodare Dio e farLo gioire, allenando corpo, mente e spirito a tirare una palla nell'angolo alto della porta dalla distanza di trenta metri e renderla irraggiungibile per il portiere. Altri possono lodare Dio con attività diverse, se il loro atteggiamento e la loro motivazione onorano Dio. Gavin Peacock, un calciatore professionista inglese, afferma: "Io credo che ogni bellezza, sia tratti di un paesaggio incantevole oppure di un'abilità sportiva perfezionata, sia un riflesso del Creatore."

Più un cristiano sportivo riesce a riconoscere le sue doti atletiche come dono di Dio, più vorrà

usarle per compiacere il suo Dio, il Creatore ed il Signore dell'universo, Che ama così tanto.

Il campione scozzese, Eric Liddle, vincitore dei 400 metri alle Olimpiadi del 1924, diventato famoso con il film "Momenti di gloria", sintetizza: "Io credo che Dio mi abbia fatto per uno scopo. Però mi ha fatto anche veloce e quando corro io Lo sento compiaciuto." Sempre più cristiani scoprono che lo sport effettuato con la giusta motivazione e l'atteggiamento corretto è gradito a Dio. Tramite il film questa frase di Eric Liddell risuona nelle orecchie di molti cristiani. Ma in quanti sanno come finisce questa sua affermazione? La citazione completa di questa citazione del film è: "Io credo che Dio mi abbia fatto per uno scopo, la Cina. Però mi ha fatto anche veloce e quando corro io Lo sento compiaciuto. Smettere di correre significherebbe di disdegnarlo. Vincere significa onorarlo." Dietro la seconda frase sta la consapevolezza di Eric che Dio viene disdegnato, se lui non coltiva il suo talento.

La dichiarazione di Eric Liddell si può riassumere con quattro principi spirituali, che ci dimostrano come amiamo Dio da sportivi, come Lo onoriamo e come possiamo piacerGli nello sport:

- Eric Liddell comprende ed esprime che Dio l'ha creato veloce
- Lui usa il talento che Dio gli ha dato e si allena: è un buon amministratore del suo talento.
- Eric è cosciente del fatto che Dio è felice se lui apprezza il talento che gli è stato dato e prova piacere nel correre
- Eric comprende che Dio gli ha dato questo talento per uno scopo specifico e l'ha creato apposta in quel modo. Per questo, ai suoi occhi, smettere di correre sarebbe respingere lo scopo per cui Dio l'ha creato.

Sport la domenica

Anche se lo sport può essere un'espressione di culto, non deve però sostituire la comunione con altri cristiani e il culto di chiesa. Molti sportivi hanno competizioni e partite importanti durante i normali orari di culto. Questo è un conflitto interiore doloroso per molti cristiani orientati al risultato sportivo e crea tensioni in alcune chiese.

Fare sport la domenica è un'usanza piuttosto recente. Infatti, gare e competizioni professionali di domenica si tengono regolarmente solo dal 1970. Questo spiega anche perché fra le diverse generazioni esistono spesso dei punti di vista divergenti su questo tema. Molti atleti cristiani preferirebbero sicuramente avere le gare obbligatorie in un altro giorno. Per molti però la decisione è tra competere di domenica oppure non gareggiare per niente, perché altrimenti potrebbero partecipare solo all'allenamento.

Alcuni cristiani decidono di non giocare la domenica. Le ragioni per questa decisione variano:

- Sentono che è sbagliato fare sport di domenica.
- Non hanno un problema del tipo "giusto o sbagliato?", ma non vogliono giocare la domenica per motivi spirituali personali.
- Non vogliono partecipare a una competizione domenicale, solo se l'orario coincide con quello del culto in chiesa.

Queste differenze sono importanti. Per sapere come rispondere al problema dello sport di domenica, bisogna conoscere qual è esattamente il problema.

Inoltre, è importante mettersi dalla prospettiva dello sportivo. Purtroppo, alcuni membri della chiesa pensano che sia un sacrificio minimo privarsi dello sport di domenica, considerando che si può fare tutto lo sport che si vuole negli altri sei giorni della settimana. Con tutto il rispetto per quest'opinione, questa posizione dimostra poca conoscenza dello sport ad alto livello.

Bibbia e sport

Se la squadra dell'associazione sportiva fa tutte le partite di domenica, mentre i campionati regionali e nazionali durano tutto un weekend, non è un problema di non fare sport ad alto livello per un giorno, ma di scegliere se fare sport ad alto livello o solo per tenersi in forma.

Dobbiamo fare tutto ciò che Dio ritiene giusto per noi. Se Dio stesso fa intendere ad uno sportivo di non allenarsi o partecipare a competizioni di domenica, allora si tratta solo di una questione di ubbidienza.

Nei casi difficili, sul problema della domenica, sono spesso gli anziani di chiesa o i genitori che prendono il posto di Dio, anche se non esiste una base biblica che vieti lo sport di domenica o che lo consideri in maniera negativa. Siamo liberi di fare tutto ciò che vogliamo, ma non tutto risulta sempre a nostro bene. "Ogni cosa mi è lecita, ma non ogni cosa è utile. Ogni cosa mi è lecita, ma io non mi lascerò dominare da nulla." (1 Cor 6:12)

Se come cristiani ci muoviamo nello sport per onorare Dio, Egli può approvare anche a una competizione alle 10.30 di domenica!

E' buono che ogni sportivo appartenga ad una chiesa locale e che trovi incoraggiamento, correzione e comunione con altri fratelli. Se uno sportivo manca al culto della domenica mattina, è bene che gli altri lo notino. Rischia di cadere dall'altra parte del cavallo una chiesa in cui nessuno nota più l'assenza dello sportivo. Chiese vive riconoscono la missione di un cristiano nello sport, gli danno consapevolmente lo spazio per agire e lo supportano come assemblea.

Questi sono alcuni aspetti teologici riguardo al tema "sport la domenica". In pratica, non c'è una soluzione univoca, però esistono alcuni suggerimenti utili:

- Parla con gli anziani della tua chiesa del tuo "dilemma" e coinvolgili nel processo decisionale per arrivare ad una soluzione valida.
- Parla con il tuo allenatore o la dirigenza dell'associazione delle possibili alternative per l'orario dell'allenamento o della competizione. A volte, altri sportivi (o, in caso di giovani, i genitori) sono, per varie ragioni, contenti, se si trovano orari differenti. Ovviamente non ha senso provarci, se gli appuntamenti sono fissati dal calendario di un torneo o dalla composizione della squadra.
- Informati sulle alternative. La tua chiesa tiene un secondo culto? Un'altra chiesa ha il culto in un altro orario e tu puoi partecipare ad un gruppo familiare della tua chiesa? Parlane con gli anziani di chiesa.
- Esiste un gruppo di sportivi che studiano la Bibbia oppure un culto per sportivi vicino a te? (Se la risposta è negativa, forse è arrivato il momento di crearne uno?)
- Porta ciò che hai meditato davanti al Signore e fai con tutto il cuore, nella libertà del cristiano, quello che senti con certezza essere la volontà di Dio!

Sport - un'occasione per testimoniare

Un aspetto del piano di Dio è che i suoi seguaci ubbidiscano al suo ordine:

“E Gesù, avvicinatosi, parlò loro, dicendo: «Ogni potere mi è stato dato in cielo e sulla terra. Andate dunque e fate miei discepoli tutti i popoli battezzandoli nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro a osservare tutte quante le cose che vi ho comandate. Ed ecco, io sono con voi tutti i giorni, sino alla fine dell'età presente».” (Matteo 28:18-20)

Atti 1:8 riprende questo ordine:

“Ma riceverete potenza quando lo Spirito Santo verrà su di voi, e mi sarete testimoni in Gerusalemme, e in tutta la Giudea e Samaria, e fino all'estremità della terra».”

In 2 Corinzi 5:20 Paolo descrive i cristiani come *“ambasciatori di Dio.”* E' più probabile che un atleta sia un ambasciatore efficace se svolge questo ruolo nello sport.



A seconda del suo livello e del suo talento, questo può significare l'ambiente della sua associazione sportiva, tutta la regione, tutta la nazione o il mondo intero. Più un atleta è conosciuto e rispettato, più gli altri sportivi e i tifosi osservano tutto ciò che dice e fa.

Per molti bambini e giovani, gli sportivi sono esempi e termini di confronto. Per l'atleta, questa è una grossa responsabilità, ma nello stesso tempo una grande occasione per testimoniare chiaramente di Gesù Cristo.

La pubblica testimonianza di appartenere a Gesù Cristo da parte di un sportivo è sempre una dichiarazione di guerra a satana. Perciò, è importante che abbia la maturità spirituale per affrontare questa battaglia e per resistere alle tentazioni, facendo combattere Dio al suo posto. Lo sportivo ha bisogno di una chiesa, di comunione spirituale e di cristiani che pregano per lui. Un missionario nello sport può aiutare ad essere un ambasciatore efficace.

Lo sport è importante, ma non la cosa più importante.

Paolo scrive a Timoteo: *“Perché l'esercizio fisico è utile a poca cosa, mentre la pietà è utile a ogni cosa, avendo la promessa della vita presente e di quella futura.” (1 Timoteo 4:8)*

Da questo versetto biblico, alcuni hanno dedotto che lo sport sia negativo, senza relazione con l'eternità. Ma Paolo non è contro lo sport. Lo sport è legittimo e buono. Fa parte della creazione di Dio e porta gioia a molti uomini. Lo sport è prezioso al pari di molte altre attività umane. Tramite lo sport possiamo lodare Dio e testimoniare di Lui agli altri come Suoi ambasciatori.

In tutto ciò, però, non dobbiamo dimenticare che ogni attività sportiva e ogni successo sono transitori. Lo sport è una via per conoscere Gesù e crescere nella fede. Tuttavia, c'è anche il pericolo di metterlo prima di Cristo. Questo non deve accadere. Lo sport non deve diventare una religione o un idolo.

Finché lo sport rimane al secondo posto, è di prima classe!

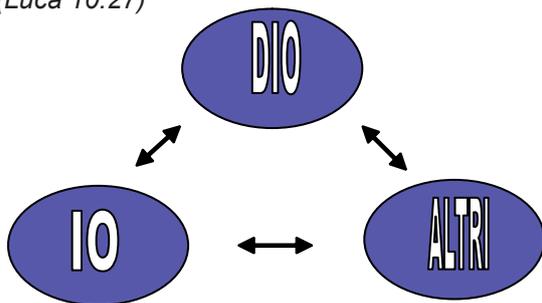
Per la discussione

1. Possiamo rappresentare Dio nello sport?
2. Riuscire a fare goal con una rovesciata imprendibile è un dono di Dio?
3. Nello sport riusciamo a creare delle relazioni che Dio approva con altre persone?
4. In che modo possiamo abusare dei talenti sportivi che Dio ci ha donato?
5. In che modo possiamo danneggiare con lo sport delle relazioni con persone che Dio ci ha messo accanto?
6. "Sembra che prendi sul serio l'essere cristiano, allora forse sarebbe ora di smettere di giocare a calcio": quale consiglio daresti ad un neo-convertito che si è sentito dire questa frase?
7. "Il mio comportamento come cristiano è sempre peggiore, quando sono in allenamento o in competizione. Credo che dovrei smettere": cosa risponderesti a qualcuno che ti dice così?
8. Come puoi essere un ambasciatore di Dio nel tuo mondo sportivo?
9. Come puoi servire Cristo, facendo del tuo meglio?
10. Come puoi servire altri cristiani e gli atleti non ancora cristiani che fanno il tuo stesso sport?
11. "Dovremmo vietare ai giovani di fare sport la domenica; impedisce loro di andare in chiesa e di fare un vero culto a Dio": cosa risponderesti?
12. "Non ho un rendimento molto alto nel mio sport, ma mi piace molto. Peccato che non sono più bravo, perché, se lo fossi, darei più onore a Dio": è un'affermazione giusta?
13. "I miei compagni di squadra più stretti sicuramente non si troverebbero bene con i miei migliori amici di chiesa.": è importante? Se sì, cosa si può fare?
14. "Lo sport per un cristiano è soprattutto un buon strumento di evangelizzazione": sei d'accordo?
15. "Vincere non basta": cosa ne pensi?

Relazioni nello sport

L'uomo è stato creato per avere relazioni complete in tre dimensioni.

«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)



Come sportivi, siamo esortati (come tutti gli altri uomini) a vivere una buona relazione con Dio, con noi stessi e con il nostro prossimo. L'accettazione, un'immagine sana, una buona conoscenza e stima di noi stessi sono essenziali per poter rendere nello sport ad alto livello per molto tempo.

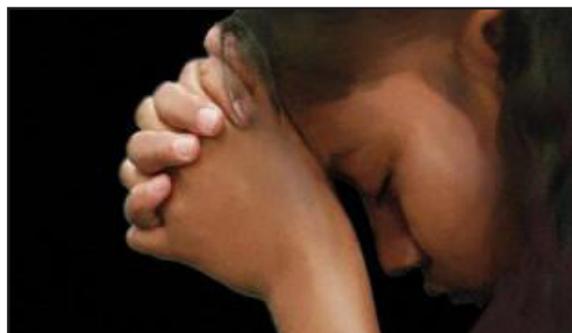
Il rapporto con gli altri è spesso un aspetto che crea problemi anche ad uno sportivo di alto livello. Lo sport orientato al risultato spesso plasma gli sportivi con durezza contro loro stessi, con egoismo e aspettative elevate. Se un professionista trasferisce queste caratteristiche necessarie per lo sport anche sugli altri, mette spesso a dura prova le relazioni.

La relazione con Dio influenza le relazioni fra lo sportivo e il suo ambiente, le governa in rapporto a quanto lo sportivo e quelli che gli stanno intorno lasciano spazio all'azione dello Spirito. Concretamente, ciò si manifesta nell'atteggiamento di fondo verso gli altri sportivi. L'altro è un avversario che devo battere o un concorrente che mi rende possibile arrivare al mio risultato massimo e senza il quale spesso lo sport non sarebbe nemmeno possibile (per

esempio, nel tennis, nella scherma, nella lotta...)?

Una relazione viva e personale con Dio influenzerà in modo positivo anche la relazione con sé stessi e con il prossimo. Questo è assolutamente necessario, perché viviamo in una relazione "spezzata" fra di noi e con Dio dall'epoca di Adamo ed Eva. Gesù Cristo offre ad ogni uomo di vivere una relazione integra con sé stesso, con Dio e con gli altri. Come per altre molte cose, una buona relazione con il prossimo non piove dal cielo. Perciò siamo esortati a valutare come fattore di successo l'impegno nelle relazioni e ad allenarlo. Anche in questo un consigliere nello sport può essere di grande aiuto.

Ci è chiesto di amare i nostri avversari e, nello



stesso tempo, di dare il meglio durante la partita o la competizione. Se anche il mio concorrente si comporta così ed entrambi siamo ben allenati, faremo sport a livello più alto.

Seguiamo i comandamenti di Dio, se ci concentriamo sul migliorare il nostro risultato personale, piuttosto che voler soltanto battere l'altro:

“Quelli che sono di Cristo hanno crocifisso la carne con le sue passioni e i suoi desideri. Se viviamo dello Spirito, camminiamo anche guidati dallo Spirito. Non siamo vanagloriosi, provocandoci e invidiandoci gli uni gli altri.”
(Galati 5:24-26)

Quando ci fanno un fallo o veniamo trattati contro le regole, o quando l'arbitro non vede un'ingiustizia, come atleti cristiani veniamo sfidati in modo speciale a non lasciar spazio e a non farci vincere dal maligno, ma di essere un vaso nel quale Dio stesso tramite il nostro essere e il nostro agire può affrontare il concorrente e toccarlo. Ogni atleta cristiano scoprirà che dal nostro io profondo nascono dei pensieri malvagi, quando riteniamo di essere trattati ingiustamente. In quel momento si decide se si vuole "solo" vincere, o se si vuole vincere come testimone di Cristo. Per me è più importante vincere oppure onorare il mio Dio, discutendo in modo sportivo per portare il mio avversario con me in cielo? Se questa è la tua vera motivazione, farai molte esperienze sovranaturali nello sport. Essere pieni di amore nella relazione con i concorrenti, ma decisi in gara è la base per vere amicizie, per buone relazioni nello sport e non solo. La base migliore per vivere relazioni buone e sane è che gli atleti ad altissimo livello lascino il loro cuore in mano a Gesù.

Un cristiano è preparato bene per ogni competizione, avendo come atteggiamento di base: "Oggi sono migliore di ieri e domani sarò



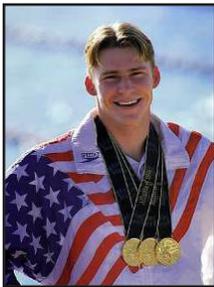
migliore di oggi". Per poter rendere al massimo, la volontà di vincere è essenziale per ogni cristiano.

Josh Davis, tre volte vincitore alle Olimpiadi nel nuoto, nell'introduzione del libro "Vera gioia,

la libertà di fare del tuo meglio" („Real Joy, freedom to be your best“; SRS © John Ashley Null, 2006, non edito in Italia) descrive come sport e cristianesimo stiano bene insieme; e come l'atteggiamento di base a cui si accennava provochi vera gioia e rendimenti da fuoriclasse.

Il credente e lo sport

Lo sport e la fede stanno bene insieme



Villaggio Olimpico, Sydney

Australia, anno 2000

*Ma per la grazia di Dio io sono quello che sono; e la grazia sua verso di me non è stata vana; anzi, ho faticato più di tutti loro; non io però, ma la grazia di Dio che è con me.
(1° Corinzi 15:10)*

Care compagne e compagni sportivi,

oggi alcune persone pensano che le cose spirituali e lo sport vadano d'accordo più o meno come il fuoco e l'acqua. Se si prova ad avvicinare l'acqua al fuoco, essi si distruggono a vicenda: il fuoco fa evaporare l'acqua e l'acqua spegne il fuoco. Se si prova a combinare Dio e lo sport, almeno così la pensano molti allenatori, la fede distrugge l'ambizione dell'atleta. Se si prova a combinare Dio e lo sport, almeno così la pensano molti credenti, il rendimento sportivo porterà a pensare di essere più importanti di Dio. In realtà, non solo Dio e lo sport si possono avvicinare, ma stanno anche bene insieme. Solo se spirito e corpo si sviluppano insieme possiamo dare il meglio di noi stessi. Gli atleti hanno bisogno di forza spirituale per riuscire ad inseguire i loro sogni sportivi anche nei momenti difficili che attraversano per poter diventare il o la migliore di tutti. Viceversa, la disciplina e la concentrazione che si imparano nello sport possono essere di valore inestimabile per una vita con Dio. Lo Spirito Santo e lo sport possono entrambi scatenare un fuoco in noi. Io lo so bene. Sono cristiano. Ho vinto tre medaglie d'oro alle Olimpiadi del 1996 (nella 4x100 metri staffetta

dorso, nella 4x100 metri staffetta stile libero e nella 4x200 metri staffetta stile libero).

Quella sera a Sydney avevo di nuovo il privilegio di rappresentare il mio Paese. Era la competizione più importante della mia vita... la finale più veloce delle Olimpiadi che avrei mai nuotato nella mia disciplina preferita: i 200 metri stile libero! Quattordici anni di allenamento avrebbero raggiunto il loro apice in solo 1 minuto e 46 secondi! Sicuramente puoi immaginarti la valanga di emozioni che mi prese mentre avevo mille pensieri in testa. Pregavo Dio di darmi la Sua grazia, saggezza e forza. Gli affidavo consapevolmente i miei dubbi, le mie paure e preoccupazioni. Concentravo i miei pensieri sulla volontà di Dio e tenevo a mente tutto quello che avevo imparato attraverso la lettura di un libro del mio caro amico John Ashley Null, "Real Joy". Lascia che ti racconti cosa mi successe durante quella competizione e come ciò che avevo imparato negli anni da questo libro mi aiutò ad apprezzare ogni situazione e volgerla al meglio.

Quando noi otto finalisti ci incontrammo nello spogliatoio, ci era chiaro che in realtà si trattava di una gara a quattro: Ian, l'australiano favorito, Peter, "l'olandese volante", Massi, l'italiano veloce, ed io, l'americano solitario. I quattro migliori nuotatori al mondo, ma le medaglie da vincere erano solo tre. Ci guardammo in faccia, sapendo che uno di noi non avrebbe vinto una medaglia.

Mentre attraversavamo il corridoio buio prima di giungere alle vasche illuminate, vedevo solo le spalle imponenti di Ian davanti a me. Da anni favorito ed imbattibile, con il suo metro e 96 di altezza ed un peso di 100 chili, era un avversario temibile. I due minuti di attesa sembravano due ore. Pregavo in fretta per vincere le mie paure e mi affidavo all'assistenza di Dio. Come già tante altre volte nella mia vita, sapevo che anche allora mi avrebbe dato ciò di cui avevo bisogno e quando ne avrei avuto bisogno... non un secondo prima. E poi arrivò il momento inevitabile. Sopra

la piscina, si sentiva un silenzio monotono. “Per favore date il benvenuto ai finalisti nel 200 metri stile libero maschile”. Quando uscimmo da sotto la tettoia ci arrivò un'ondata di luce e il giubilo di 18.000 tifosi. La folla, che faceva un rumore assordante, aveva atteso per giorni quella competizione ed io non potevo fare altro che sorridere e godermi quel incredibile momento.

Immediatamente prima dell'inizio della competizione, un arbitro ci chiamò ai blocchi di partenza ed io rivolsi un'ultima preghiera al cielo: “Signore, ti prego di aiutarmi a partecipare a questa competizione solo per Te e con Te, non importa quanto sarò veloce o che posto otterrò. Grazie per essere con me. E adesso... che la festa cominci!”

In pochi secondi la folla rumorosa si zittì completamente. “Ai vostri posti!”. Mi corse il pensiero al fatto che gli oltre 48.000 chilometri di allenamento degli ultimi 14 anni si concentravano in quel momento.

Il via mi gettò nell'acqua in mezzo alla corsia di gara dei 200 metri. Mi sentivo benissimo, ero in testa e arrivai alla prima svolta dei 50 metri in tempo record. A metà strada, i 100 metri, ero alla stessa altezza di Peter e Ian, mentre Massi, l'italiano, era un paio di metri dietro di noi. All'ultima svolta dei 150 metri Peter ed Ian erano davanti, io ero subito dietro di loro e l'italiano era ancora un metro dietro di me. Mi mancava solo una vasca. Ero in una solida terza posizione e, se l'avessi potuta mantenere, avrei vinto la medaglia di bronzo! Però d'improvviso l'italiano mi raggiunse. Eravamo testa a testa, tiro a tiro, negli ultimi metri abbassammo il capo e ci allungammo per toccare. Mi rialzai, guardai il tabellone e vidi il numero 4 di fianco al mio nome. L'olandese aveva vinto, l'australiano era secondo, l'italiano mi aveva superato ed era terzo. Ero deluso.

Si dice che il quarto posto alle Olimpiadi sia il più brutto, perché è indifferente se fai il quarto o l'ultimo posto: non ottieni la medaglia. Ma guardai il mio tempo e mi accorsi che avevo nuotato in 1:46.7! Avevo superato il mio personale record americano e avrei facilmente vinto le Olimpiadi precedenti. Mi resi conto che Dio aveva risposto alla mia preghiera. Dio era stato con me durante la competizione, affinché potessi dare il meglio ed era con me anche in quel momento. Avevo dato gloria a Dio ed avevo nuotato più veloce che mai prima. Avevo partecipato alla più veloce competizione dei 200 metri stile libero di tutti i tempi!

Ero contento del mio tempo, ma dopo una finale olimpica sei catturato dalle emozioni! Ero estremamente deluso di aver mancato una medaglia per soli 7 centesimi di secondo. Mi ero allenato per tanto tempo e mancare il mio obiettivo per così poco faceva molto male. Ad essere sincero, piangevo a dirotto e non potevo più smettere. Anche se sapevo che si trattava solo di un pezzo di metallo, non riuscivo a distogliere i miei sentimenti dal fatto che avevo sacrificato così tanto. Ma proprio in questo sta il miracolo di una vera relazione con Dio.

Possiamo essere totalmente umani, vulnerabili, onesti ed autentici. Anche se i miei sentimenti non corrispondevano alla volontà di Dio, potevo tuttavia fidarmi di Lui ed essere contento. La fortuna viene e va, ma la vera felicità rimane... indipendentemente dalle circostanze.

Alla fine mi consolava sapere che Dio mi amava incondizionatamente e che era contento di me, perché mi ero fidato di Lui e gli avevo sacrificato tutto.



Una situazione come questa è particolarmente dura per chi viene da un Paese dove vincere è tutto. Nel sistema economico della nostra cultura il nostro valore è determinato dalle nostre prestazioni, ma nel “sistema economico” di Dio il nostro valore è determinato dalla prestazione che Cristo ha compiuto per noi. Durante quelle Olimpiadi il libro “Real Joy” mi ricordò che il mio valore è già determinato per sempre per mezzo della morte di Gesù Cristo in croce. Per nessuna medaglia d’oro Gesù mi amerà di più di quanto mi amava quando morì per me, quando ancora lo respingevo. E una medaglia d’argento, un quarto posto o addirittura l’ultimo posto non significano che Dio non sia con me. Quella sera potei vivere al massimo la tensione della competizione, perché l’amore incondizionato ed immutabile di Gesù per me aveva tolto tutti gli eventuali dubbi sul mio valore, anche se non ero il numero uno.



Mi ricordai che Dio non è con me affinché io vinca la medaglia d’oro o batta quel avversario o superi quel record. E di sicuro Dio non è contro di me. Dio vuole che io mi distingua dagli altri, che dia tutto, che riconosca la Sua presenza e mi fidi della Sua potenza e della Sua pace. So che il senso della mia vita e del mio rendimento come nuotatore è che io dia tutto in gara per la gloria di Dio, indipendente dal risultato.

“Per la grazia di Dio io sono quello che sono”

Tuo Josh Davis

Preghiera nello sport

Di Dean Grube

Pregare e allenarsi

Fra la preghiera nello sport e la preghiera in generale non vedo una differenza dal punto di vista biblico. Non si può mai essere esortati abbastanza a pregare spesso. La preghiera è una delle cose più importanti nella nostra vita di fede. Ci porta ad avere il giusto atteggiamento, perché senza il nostro Dio onnipotente non possiamo fare niente.

Anche nello sport la preghiera ha un grande significato. Tramite la preghiera possiamo curare sempre la nostra relazione con Dio in allenamento e in competizione. Quelli che non pregano sono ingiusti, persino arroganti. Pensano che sia decisivo quello che fanno loro. Pregare significa invece appoggiarsi sull'azione di Dio. Ciò non significa che io non faccio più nulla. E non significa neanche che me ne sto con le mani in mano e non mi alleno più duramente. No, è buono agire così come qualcuno ha detto:

“Prego tanto come se tutto l'agire non servisse a niente e lavoro tanto come se pregare non bastasse.”

Tradotto nello sport significa:

“Prego tanto come se tutto l'allenamento fosse inutile e mi alleno tanto come se tutte le preghiere non bastassero.”

„Permane una tensione insolubile su cosa sia meglio tra pregare e allenarsi (o lavorare), a volte prevale uno, a volte l'altro. E a volte è anche giusto solo pregare, ma una cosa è sicurissima: Dio vuole essere pregato.“

(Helmfried Riecker)

Non con le proprie forze

Wilhelm Pahls, un evangelista molto conosciuto, andava ancora oltre e diceva le seguenti frasi che voglio lasciare così, senza commento:

Una chiesa senza incontro di preghiera è un obitorio.

E quelli che non vanno all'incontro di preghiera sono i becchini della chiesa.

Un paragone che mi è venuto in mente è:

Un sportivo senza un'intensa vita di preghiera è come un folle che cerca di andare avanti con le proprie forze.

La Bibbia è piena di esortazioni dirette e indirette alla preghiera. Pregate incessantemente! Ringraziate Dio di tutto, perché questa è la volontà di Dio in Cristo Gesù.

Ma noi facciamo fatica a pregare. Soprattutto nello sport c'è il pericolo di trascurare la preghiera.

Ostacoli

Ci sono sempre ragioni per non pregare. Sono sempre troppo stanco per pregare, c'è sempre qualcosa che sembra più importante. La mattina devo dormire abbastanza a lungo, perché il mio corpo dopo faticose sessioni di allenamento ha bisogno di riposo e sonno. Poi devo andare al lavoro per guadagnare i soldi. Se sono professionista, ho una sessione di allenamento la mattina e una il pomeriggio. La sera dopo l'allenamento sono troppo stanco per pregare. Dopo il lavoro, vado all'allenamento e sono troppo esausto per pregare

Processo di apprendimento

Analizzandone diversi aspetti, vorrei motivarvi verso la preghiera e aiutarvi ad imparare come si può pregare durante l'allenamento e durante la competizione.

Ovviamente non intendo scrivere un'elaborazione completa sul tema della preghiera nello sport. Inoltre vorrei chiarire che tante cose non sono realizzabili dall'oggi al domani. La nostra vita di preghiera è un processo nel quale dobbiamo sempre imparare qualcosa di nuovo.

I. Perché preghiamo?

Di sicuro esiste più di una risposta.

1. Perché Gesù ci ha dato l'esempio.

Gesù è il nostro esempio per ogni aspetto della vita.

A questo proposito, sarebbe importante leggere i quattro vangeli dal punto di vista della vita di preghiera di Gesù e farsi motivare direttamente da Lui.

2. Perché nella Bibbia veniamo esortati tante volte a pregare.

Per esempio:

- Luca 18:1-8
- Matteo 5:44
- Matteo 7:7
- Efesini 6:18

3. Tramite la preghiera si adempiono tante promesse per noi

Matteo 7:7: „Chiedete e vi sarà dato“

Matteo 21:22: „Tutte le cose che domanderete in preghiera, se avete fede, le otterrete“.

Giovanni 15:7: „Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto.“

1 Giovanni 3:22: „E qualunque cosa chiediamo la riceviamo da lui, perché osserviamo i suoi comandamenti e facciamo ciò che gli è gradito“.

Se vogliamo portare frutto nella nostra vita per Gesù, la preghiera è insostituibile. Tutte le grandi promesse che riguardano la preghiera sono a nostra disposizione sul nostro conto bancario (conto di fede).

Ci vuole solo una piccola cosa per ottenere le promesse di Dio: la preghiera!

Immaginati di avere 10 milioni di € sul conto bancario e di non usarli. Purtroppo noi cristiani spesso ci comportiamo così. Tutto quello che abbiamo in abbondanza non lo usiamo. Facciamo prendere polvere dentro la Bibbia a tutte le promesse di Dio, invece di appropriarcene. Soprattutto usiamo troppo poco la preghiera. Tramite la preghiera possiamo vivere le promesse di Dio.

Mi auguro con tutto il cuore che tramite la preghiera possiamo sfruttare il nostro grosso conto di fede molto più intensamente e molto più spesso.

Tramite la preghiera possiamo appropriarci delle promesse di Dio anche nell'ambito sportivo. Quanto tempo passiamo in preghiera, chiedendo che le persone si aprano quando dopo la competizione parliamo loro della fede?

E' ovvio che le promesse menzionate non ci garantiscono una vittoria. Ma possiamo pregare



per la vittoria? Di questo voglio parlare nella parte "Per che cosa preghiamo?".

4. Tramite la preghiera si rileva la nostra dipendenza a Dio.

Ho capito che questa verità non è direttamente derivabile dal testo biblico, però questo principio viene accennato in tanti passi. Voglio citare diversi versetti da Giovanni, capitolo 15 dal versetto 4:

„4 Dimorate in me, e io dimorerò in voi. Come il tralcio non può da sé dar frutto se non rimane nella vite, così neppure voi, se non dimorate in me. 5 Io sono la vite, voi siete i tralci. Colui che dimora in me e nel quale io dimoro, porta molto frutto; perché senza di me non potete far nulla. 6 Se uno non dimora in me, è gettato via come il tralcio, e si secca; questi tralci si raccolgono, si gettano nel fuoco e si bruciano. 7 Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto. 8 In questo è

glorificato il Padre mio: che portiate molto frutto, così sarete miei discepoli.“

Fate attenzione al versetto 5: „*Colui che dimora in me e nel quale io dimoro, porta molto frutto*“. Non dice: "Chi racconta di Gesù ogni giorno ad una persona, chi fa tre discorsi pastorali ogni giorno o chi si butta in qualsiasi altra attività porta molto frutto". Questo spesso è il mio atteggiamento. Più azione possibile – così ragguaglio qualcosa.

Il problema è che tutte le azioni menzionate sono molto buone, ma le possono fare tutti anche senza Gesù. In molti sanno fare molto, ma la cosa decisiva per un servizio fruttuoso è la relazione intima con Lui. Questo rapporto intimo con Dio dipende in larga parte dalla preghiera. Tramite la preghiera mostriamo chiaramente che non possiamo fare niente da noi stessi, nonostante i nostri tanti talenti. "Perché senza di me non potete far nulla."

Sicuramente la preghiera è solo uno dei tanti modi in cui possiamo dimorare in Lui. La preghiera viene citata direttamente al versetto 7: "*Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto.*"

Dio vuole essere pregato. Tramite la preghiera confessiamo che abbiamo bisogno di Dio. Non ci fidiamo delle nostre abilità. Se possiamo vedere frutti, la gloria spetta a Dio, perché Lui ha ascoltato le nostre preghiere. Non siamo noi a dover essere in prima linea, ma solo Dio.

Anche per questo la preghiera è importantissima nello sport. Mi mette in dipendenza totale dal mio Signore. Tramite la preghiera manifesto:

1. che posso esser grato a Dio per la mia salute, il mio talento, etc. Non è scontato essere sani. Quanto velocemente può finire una carriera!

2. che il successo agognato non dipende dalle mie abilità.

Tramite la preghiera manifestiamo a Dio che abbiamo bisogno del Suo aiuto. Quando abbiamo successo, Lo possiamo ringraziare. Dio riceve gloria. Questo ci preserva dall'orgoglio e da una visione sbagliata dello sport.

II. Come preghiamo?

Anche su questo punto non potrò dare una risposta complessa. Ma vorrei mostrare alcuni aspetti.

1. Fissa tempi determinati di preghiera.

Atti 3,1: „Pietro e Giovanni salivano al tempio per la preghiera dell'ora nona .”
Pietro va al tempio secondo l'abitudine.

Daniele aveva dei tempi determinati di preghiera. (Daniele 6,11)

Abbiamo bisogno di tempi di preghiera, perché succedono mille cose che ci vogliono impedire di pregare. Forse per alcuni è difficile fissare orari precisi, perché hanno orari di lavoro flessibili o nessun svolgimento regolare della giornata. Però si può pianificare di pregare subito dopo essersi alzati, o dopo pranzo, o dopo che i bambini sono a letto.

L'hai già sentito tante volte. Ma inizialo immediatamente da domani. Anche se avevi già iniziato una volta e hai smesso, non arrenderti ancora, ma ricomincia.

Ti puoi prefissare per esempio di pregare ogni volta prima dell'allenamento.

2. Scrivi un diario di preghiera.

Nel Vecchio Testamento le persone hanno spesso dato un nome a determinati luoghi, o posto lapidi, per ricordare un particolare intervento di Dio. Recentemente, nel nostro momento di meditazione, mia moglie ed io abbiamo letto insieme nel libro di Giosuè, come questi abbia costruito dodici lapidi in ricordo dell'attraversamento del Giordano. (Piccolo consiglio: non è certo sbagliato leggere spesso la Bibbia insieme con il coniuge)

Leggiamo in Giosuè 4, versetti 6 e 7: “affinché questo sia un segno in mezzo a voi. In avvenire, i vostri figli vi domanderanno: „Che cosa significano per voi queste pietre?” Allora voi risponderete loro: „Le acque del Giordano furono tagliate davanti all'arca del patto del SIGNORE; quand'essa attraversò il Giordano, le acque del Giordano furono tagliate, e queste pietre sono per i figli d'Israele un ricordo per sempre”.

Lo scopo delle lapidi era allora il ricordo del miracolo che Dio aveva compiuto. Quanto velocemente ci succede di dimenticare tutte le nostre esperienze con Dio. Poi ci scoraggiamo nelle difficoltà della vita quotidiana. Un diario di preghiera, nel quale scrivere tutte le cose, può essere un grande incoraggiamento.

Scrivi richieste concrete. Scrivi una data. Sii curioso della risposta di Dio e annota la data di quando Dio risponde alla tua preghiera.

Per sei anni mio padre non mi ha più aperto la porta. Ero reietto. Leggo un passaggio dal mio diario di preghiera:

24.11.92: “ Ho sognato una cosa orribile su mio padre. Ti prego di proteggere mio padre.”

Ripresi a pregare più intensamente per lui, dopo esser stato un po' negligente nella preghiera.

Poi provai di nuovo a visitare mio padre. Ancora una volta non mi aprì la porta, però scoprii che aveva un nuovo vicino con un pesciolino alla porta. Fui incoraggiato. Trovai il numero di telefono del vicino, lo chiamai, però mi accorsi che il pesciolino alla porta purtroppo sembrava nuotare nella direzione sbagliata. E io avevo nutrito grandi speranze che questo vicino potesse aiutare in qualche modo.

19.04.93: “Questa notte ho di nuovo sognato mio padre. Signore, fa’ che possiamo di nuovo parlarci l’un l’altro.”

Maggio 93, fra le risposte c’è scritto: “Mio padre mi ha scritto una lettera. Sono andato a trovarlo e mi ha fatto entrare nel suo appartamento dopo sei anni”. Gloria al Signore!

Vi voglio incoraggiare a scrivervi le richieste di preghiera e ad annotare anche le risposte di Dio, anche se a volte ci vogliono anni, o a volte risponde in modo diverso di quello che ci immaginavamo. Ma la preghiera diventa appassionante ed emozionante con un diario di preghiera.

“Padre, sarebbe forse possibile, non ne sono sicuro, ma forse potrebbe essere che, e poi in questo caso ti pregherei che...”

Secondo voi, è questo il metodo con cui dobbiamo pregare? No.

3. Prega con grande fede

Ebrei 4,16: “Accostiamoci dunque con piena fiducia al trono della grazia, per ottenere misericordia e trovar grazia ed essere soccorsi al momento opportuno.”

Abbiamo tutti i motivi per pregare con fiducia. Gesù è il nostro sommo sacerdote e ha misericordia di noi, perché è stato tentato nel nostro stesso modo.

Un altro passo sottolinea in modo ancora più intenso che dobbiamo pregare con grande fede,

Giacomo 1, 5-8:

“Se poi qualcuno di voi manca di saggezza, la chieda a Dio che dona a tutti generosamente senza rinfacciare, e gli sarà data. Ma la chieda con fede, senza dubitare; perché chi dubita rassomiglia a un’onda del mare, agitata dal vento e spinta qua e là. Un tale uomo non pensi di ricevere qualcosa dal Signore, perché è di animo doppio, instabile in tutte le sue vie.”

Una preghiera senza aspettative è come un coltello senza lama

Si ottiene poco. Un coltello senza lama è piuttosto inefficace. Preghiamo con grande fede, appoggiandoci sulla parola di Dio. Ricordati delle promesse di Dio durante la preghiera. Per esempio: “Signore, nella Tua Parola ci dici che se già i padri del mondo danno buoni doni, a maggior ragione di più darai Tu, il nostro Padre che è nei cieli, a quelli che Te lo chiedono.”

Da rileggere in Matteo 7,11.

“Caro Padre, Ti prego che Christian possa trovare la fede in Te. Mostrami cosa posso fare. Ciao.”

Se io finisco la preghiera dopo la mia ultima parola, non faccio parlare Dio. “Signore, Ti prego, mostrami come devo decidere le mie priorità. Amen.”

4. Ascoltare la risposta di Dio

Pregare è un dialogo, non un monologo. Ascolta cosa Dio ti vuole dire. A volte risponde più tardi, a volte in modo diverso, ma sii aperto al discorso di Dio. Io ho sperimentato come Dio mi abbia mostrato le cose in modo molto chiaro nella preghiera. Per esempio, che dovevo scrivere una lettera a qualcuno. Più tardi ho saputo che la lettera arrivò proprio al momento giusto.

Per favore, non fraintendermi. Dio non risponde a tutte le preghiere in maniera così diretta. Però gli dovremmo dare la possibilità di farlo.

Non vorrei neanche essere considerato il “Sig. Preghiera Perfetta”. Nella preghiera devo imparare molte cose e spesso sbaglio. Un esempio triste l’ho avuto il 19.04.1993: alle 5 di mattina mi sono svegliato sentendo chiaramente che dovevo pregare per una certa persona. Purtroppo ero troppo pigro e sono tornato a letto a dormire.

Al prossimo punto accennerò solo brevemente. Ma voglio parlarne perché, a mio avviso, è molto importante

5. Prega con ubbidienza

Proverbi 28,9:

„Se uno volge altrove gli orecchi per non udire la legge, la sua stessa preghiera è un abominio.”

Può darsi che Dio non ascolti la nostra preghiera, perché c’è qualcosa nella nostra vita che non è in ordine. Anche 1° Pietro 3,9 punta in questa direzione.

A questo proposito, ho sperimentato più volte che prima dovevo chiarire dei peccati per poi poter parlarGli ed ascoltarLo “senza ostacoli”.

6. Cercati un compagno di preghiera

Ho capito che incontrarsi con qualcuno per pregare è un aiuto molto grande. Da solo posso programmare di pregare spesso, però accadono sempre mille imprevisti che me lo impediscono. Ma non sposto un appuntamento fissato così facilmente. Come compagni di preghiera ci possiamo motivare a vicenda e sostenerci. L’importante però è che non ci scambiamo delle richieste di preghiera tutto il tempo e poi preghiamo solo per trenta secondi.

7. Trasforma la tua vita in un atteggiamento di preghiera

Pregare in modo continuo e incessante:

Romani 1,9, 1 Tessalonesi 1 verso 2, capitolo 2,13 capitolo 5,17. In senso più ampio Luca 18,1; capitolo 21,36; Atti 1,14; Romani 12,12; Efesini 6,18; Colossesi 4,2.

Prega in modo incessante: 1 Tessalonesi 1,2+3:

“Noi ringraziamo sempre Dio per voi tutti, nominandovi nelle nostre preghiere, ricordandoci continuamente, davanti al nostro Dio e Padre, dell’opera della vostra fede, delle fatiche del

vostro amore e della costanza della vostra speranza nel nostro Signore Gesù Cristo.”

La prima cosa che possiamo vedere in questo passo è che, Paolo, Silvano e Timoteo pregano in continuazione per i Tessalonicesi. Non posso pensare che abbiano ringraziato per i Tessalonicesi per ventiquattro ore, ogni minuto e ogni secondo.

“In continuazione” significherà che in tutta la loro vita avevano un atteggiamento di preghiera, cioè pregavano tutto il giorno con il pensiero. Quando ci penso, prego sempre. Quando salgo in macchina: “Signore, custodiscimi.” Quando sento un’ambulanza: “Signore, fa’ che i feriti sentano la Tua presenza.”

La preghiera di Paolo non era meccanica o superficiale. Lui ha messo in pratica il suo messaggio di 1 Tessalonicesi 5,17. Lì troviamo la stessa parola “incessante”.

Quanto potrebbe cambiare la nostra vita e il nostro lavoro se anche noi potessimo sentire la gratitudine verso Dio per quello che ci ha donato, prima di tutte le nostre necessità e preoccupazioni!

Quest’atteggiamento ha una importanza speciale per noi sportivi: possiamo usare le numerose sessioni di allenamento per la preghiera. Specialmente laddove possiamo pregare durante l’allenamento, come per esempio nella corsa, nel nuoto o in certi percorsi ciclisti.

Questo è un metodo da imparare, che non funziona sempre, ma ci possiamo lavorare sopra.

Per esempio, si può parlare in pensieri con il proprio Creatore mentre si corre. In mezzo alla bellezza della natura è facile stupirsi della grandiosità della creazione. A volte, si possono scrivere alcune richieste di preghiera prima dell’allenamento, o leggere quelle di altri, e ripromettersi di pregare per queste.

Sicuramente di alcune ci dimenticheremo, ma di alcune ci ricorderemo. Una volta Hermann Gühiring diceva che tutti i tempi di attesa che conosciamo (dal dottore, in coda, etc) sono perfette da impiegare con la preghiera. Altrimenti l’attesa ci dà solo fastidio.

III. Per che cosa preghiamo?

La mia impressione è che molto spesso preghiamo per il benessere del nostro corpo. Molto spesso preghiamo per la guarigione dalle malattie. Dove troviamo la preghiera per la cura del corpo nelle lettere del Nuovo Testamento?

Molti conoscono i versetti nella lettera di Giacomo.

E’ vero, ci sono vari passi su queste richieste, ma la maggior parte dei versetti contiene però la richiesta di crescita spirituale.

1. Preghiamo per la crescita spirituale

2 Corinzi 13,9: “Ci rallegriamo quando noi siamo deboli e voi siete forti; per questo preghiamo: per il vostro perfezionamento.”

Filippesi 1,9: “E prego che il vostro amore abbondi sempre più in conoscenza e in ogni discernimento.”

Colossesi 1,9: “Perciò anche noi, dal giorno che abbiamo saputo questo, non cessiamo di pregare per voi e di domandare che siate ricolmi della profonda conoscenza della volontà di Dio con ogni sapienza e intelligenza spirituale.”

Questi sono solo alcuni esempi tra i tanti possibili. Rendiamoci conto per che cosa viene pregato nel Nuovo Testamento e conformiamo la nostra vita di preghiera a questo modello. Non voglio dire che la richiesta in preghiera per i malati non sia importante. Deve avere il suo spazio, ma

dobbiamo riflettere su quanto tempo passiamo in preghiera chiedendo la crescita spirituale.

Forse la mancanza di preghiera per la crescita spirituale è la spiegazione per la quantità di neonati spirituali. Le persone si convertono, ma rimangono ferme, devono ancora essere nutrite con il latte e gli si deve cambiare il pannolino in continuazione.

Gli sportivi sono particolarmente in pericolo di rimanere neonati spirituali a causa degli impegni in allenamenti e campionati. Perciò la preghiera per la crescita spirituale deve essere sottolineata per noi tutti.

2. Pregare per la missione

Parlerò di questo punto solo brevemente, perché si riflette negli altri punti.

Colossesi 4,3: "Pregate nello stesso tempo anche per noi, affinché Dio ci apra una porta per la parola, perché possiamo annunziare il mistero di Cristo, a motivo del quale mi trovo prigioniero."

2 Tessalonicesi 3,1: „Per il resto, fratelli, pregate per noi perché la parola del Signore si spanda e sia glorificata come lo è tra di voi."

La preghiera è la chiave decisiva per parlare alla gente di Gesù Cristo. Quanto tempo passiamo in preghiera per gli sportivi che vogliamo raggiungere?

3. Pregiamo per la protezione dagli attacchi di Satana.

Luca 22,31: "Simone, Simone". Se Gesù lo dice due volte è molto importante. Perciò ascolta bene. "Ecco, satana ha chiesto di vagliarvi come si vaglia il grano," Notiamo quello che Gesù dice adesso: "...ma io ho pregato per te, affinché la tua fede non venga meno"

Da dove sapeva Gesù che satana aveva fatto richiesta a Suo Padre?

Dal dialogo continuo con Lui.

Immaginiamo che sappiamo che satana pianifica un attacco contro nostra moglie o madre o un altro membro di famiglia. Cosa faremmo? Penso che noi tutti cadremmo in ginocchio, insistendo in preghiera per nostra moglie. Saremmo profondamente motivati a pregare.

Chi sa quanti attacchi satana ha in mente per i nostri figli, parenti, per la nostra chiesa o il nostro predicatore? Dovremmo essere coscienti che satana gira come un leone ruggente e cerca chi possa sbranare. Combattiamo in preghiera contro gli attacchi di satana. Rendiamoci conto di quello che succede nel mondo invisibile. Sicuramente ci sono uomini che hanno fallito, hanno tradito la moglie perché il distruttore stava lavorando. Gesù ha pregato per Simone. E noi non riteniamo necessario pregare per le persone riguardo alle battaglie del mondo invisibile?

In questo contesto dovremmo tenere presente Efesini 6;10-20. Si possono avere opinioni molto diverse sui libri di Frank Peretti, "L'oscurità di questo mondo" e "Essere una luce nell'oscurità", ma io credo che siano molto incoraggianti a proposito della preghiera contro le potenze oscure.

4. Pregiamo che sia fatta la Sua volontà.

Possiamo pregare per la vittoria nello sport?

Jorginho, un calciatore della nazionale brasiliana e campione del mondo 1994, rispose alla domanda se durante i mondiali avesse pregato per la vittoria:

“Naturalmente prego per una vittoria, come credente voglio dare il meglio, ma con la motivazione che sia fatta la volontà di Dio come Gesù ci dice nel Padre nostro.” (Matteo 6,9-15).

Possiamo chiedere tutto a Dio. L'importante è però che sia fatta la Sua volontà. Se però prego per una vittoria solo per farmi grande, allora non credo che questa vittoria possa essere nella volontà di Dio.

Molto semplice è pregare per richieste delle quali Dio ci ha già detto che sono nella Sua volontà:

2. Timoteo 2,4:

“Dio vuole che tutti gli uomini siano salvati e vengano alla conoscenza della verità.”

Perciò è sempre nella volontà di Dio pregare per la salvezza delle persone. Non posso dare una risposta sicura al cento per cento se si possa pregare per una vittoria oppure no. Personalmente ho più la tendenza a pregare per richieste concrete come, per esempio, per la velocità necessaria, per la protezione dagli infortuni, per la concentrazione, etc.

Quando guardo una partita di calcio cerco di ricomporre le situazioni instabili in preghiera. Quando c'è il pericolo che si venga a creare un'atmosfera molto tesa a causa di un fallo cattivo, prego che i giocatori stiano calmi e non si vendichino. Prego anche per gli infortuni e, quando uno si fa male, prego che non sia troppo grave e che presto possa tornare a giocare.

Quando si riflette per che cosa pregare, secondo me, è desiderabile non fermarsi all'intercessione.

Perciò voglio aggiungere altri due punti.

5. Prenditi tempo per adorare Dio.

Io penso che adorare Dio sia straordinariamente bello. Purtroppo spesso siamo molto mancanti nel lodare Dio.

Molto spesso siamo talmente occupati con i nostri problemi che non riusciamo ad andare oltre un “A te sia la lode e la gloria” alla fine della preghiera. Occupiamo la maggior parte del tempo con le nostre richieste.

Quando cantiamo c'è spesso il pericolo di non cantare coscientemente con tutto il cuore.

Questo può accadere anche quando con il coro siamo davanti a tutti. Dio ha creato la musica per la lode del Suo nome. La musica è uno strumento per l'adorazione di Dio. Ci sono vari strumenti. Comunque sia, ci viene chiesto continuamente di adorare Dio.

L'adorazione è il modo più intenso di comunicare con Dio. Chiedere continuamente a Dio di darci qualcosa è come mandare segnali di fumo per comunicare con qualcuno invece di prendere il telefono.

Io penso che dovremmo imparare da zero come adorare Dio.

“Rispetto ad altri verbi usati nella Bibbia, i vocaboli ebraici per adorare/lodare sono molto spesso nella forma imperativa. La maggior parte di questi verbi ci sollecitano alla lode.”

(secondo Claus Wassermann)

Ciò significa che per prima cosa dobbiamo adorare Dio!

L'adorazione è il tipo di contatto più bello fra Creatore e creazione.

L'adorazione non significa:

- preghiera in generale, intercessione
- dire "lode al Signore" e poi "Amen"
- la lode non è uguale al ringraziamento. La lode è "un gradino" in più. Nella lode al centro c'è la Persona, nel ringraziamento la cosa.

Adorazione significa:

- ci fermiamo a guardare l'Essenza di Dio e ci facciamo contagiare.
- l'adorazione è una risposta a Dio a ciò che Lui è e per quello che ha fatto
- nell'adorazione Lo riconosciamo per esempio come Creatore, Redentore, Padre, ..
- dobbiamo lodare Dio perchè Lui viene esaltato e onorato con la lode
- non guardiamo a noi stessi e non siamo noi, ma Lui il centro della nostra vita.
- la gloria di Dio si rinteraccia con l'atteggiamento di base della nostra vita.
- "Bisogna che egli cresca, e che io diminuisca." (Giovanni 3,30)

In questo modo l'adorazione di Dio serve anche a noi.

(in parte preso da Manfred Eichinger)

6. Ricordati continuamente che Dio ha fatto cose meravigliose per te e ringraziaLo per questo.

1 Tessalonicesi 5:18 "In ogni cosa rendete grazie, perché questa è la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi"

Siamo molto veloci ad essere non riconoscenti e a vedere solo i nostri problemi attuali. Dobbiamo vedere le cose che ci fanno stare bene.

A volta basta un altro punto di vista, come ci dimostra la seguente storia del libro "Libro delle immagini e delle parabole" di Spurgeon:

"Quanto sembri acido oggi" dice un secchio all'altro mentre camminavano al pozzo. "Mah;" risponde l'altro, "stavo pensando quanto è inutile che veniamo riempiti, perché non importa quanto siamo pieni quando andiamo via dal pozzo, torniamo sempre vuoti." "Che strano," dice di nuovo il primo, "che la vedi da questo punto di vista, io mi stavo rallegrando del pensiero che, anche se ogni volta arriviamo vuoti, possiamo ritornare pieni. Vedila in questo modo, così anche tu potrai essere contento quanto lo sono io."

Dovremmo vedere le cose positive che Dio ha fatto nella nostra vita. Mi meraviglio continuamente della grande gratitudine con cui Paolo racconta quello che Gesù ha fatto per lui e come lui parli di questa grande redenzione nelle sue lettere. Per esempio: 1 Timoteo 1,12-17, 1 Corinzi 15, 7-10, Filippo 3,3-16

Prova per una settimana a scrivere ogni giorno dieci cose diverse per le quali puoi ringraziare!

Possiamo ridiventare coscienti di cose che diamo per scontate come un tetto sopra la testa, il cibo e l'acqua

Efesini 5:20: "Ringraziando continuamente per ogni cosa Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo."

Dobbiamo ringraziare Dio per ogni cosa. Ma è possibile? Ho riflettuto molto su questo invito. Ringraziare per tutto. Questo include di ringraziare per la morte di una persona che ci era vicina? Per esempio, se morisse mia moglie, dovrei ringraziare per questo? Non sarebbe

ripugnante? Sarebbe contro la natura dell'uomo. O questo passo vuol dire che posso essere grato in ogni situazione perché Dio mi ha salvato ed è con me anche nelle ore più difficili? Ma questo versetto parla realmente del fatto di ringraziare Dio per tutto, non "solo" in ogni situazione, ma per tutto. Se ne può parlare, ma come applicarlo nella pratica?

Un vecchio compagno di classe della scuola biblica una volta era stato posto davanti a questo problema in modo molto diretto.

Sia sua moglie sia i gemelli si erano trovati in pericolo di vita al parto. I due bambini pesavano circa 660 grammi. Fu un miracolo che la madre e i gemelli sopravvivessero! Ma circa un anno dopo la nascita successe ciò che nessuno si aspettava. Uno dei bambini morì senza alcun motivo: la così detta "morte in culla". Nessuno sapeva il perché, ma la sofferenza fu molto forte. Quanto tempo e impegno aveva investito questa famiglia in questi due bambini! Per esempio, tanti viaggi all'ospedale lontano, molte altre cose e poi succede una cosa così inaspettata, dopo che tutto sembrava andare così bene. Mi ricordo ancora bene il funerale. Una grandissima testimonianza per Dio! Il padre del bambino era al fianco della tomba e pregava. Ringraziava Dio per la morte di suo bambino. Incredibile! La famiglia aveva talmente tanta fiducia nel nostro Dio e Padre da sapere che **non era un errore di Dio la morte del loro bambino. Dio aveva in mano anche questa fine triste. Dio sapeva perché questo bambino doveva morire. Lui aveva il miglior quadro d'insieme.**

Ringraziare Dio per tutto quello che succede è un modo di apprendere. Dobbiamo prendere la decisione di ringraziare Dio anche quando va contro i nostri sentimenti e contro la nostra ragione. Perché quando pronuncio un "grazie" sto dicendo "io mi fido di Te." Questo però è possibile solo ringraziando. Io penso che Dio ci vuole aiutare in questo atteggiamento di fiducia a sopportare meglio la sofferenza.

Un sportivo può rivedere la sua carriera con gratitudine. Possiamo ringraziare Dio per i successi, ma anche per gli insuccessi, attraverso i quali Dio ci ha insegnato qualcosa.

Ringraziare protegge dal vacillare.

Primo, posso essere incoraggiato dall'operato di Dio in passato, guardandolo in retrospettiva.

In secondo luogo, il ringraziamento mi preserva dall'orgoglio.

Terzo, il ringraziamento è un passo di ubbidienza con il quale dimostriamo a Dio la nostra fiducia.

Momenti di tensione tra credente e sport



Di Bernd Breitmaier

Alcune “leggi” e caratteristiche del regno di Dio

- L'amore incondizionato (Giov 3,16)
- Cose ti verranno più facilmente, se... (Matteo 6,33)
- Solo a Dio spetta la gloria
- La grazia è un dono
- L'autostima viene dalla consapevolezza di essere amato da Dio, indipendentemente dall'approvazione degli uomini.
- Curare il proprio corpo (il tempio dello Spirito Santo) in responsabilità davanti a Dio.
- Durata eterna
- Subordinare la mia volontà alla volontà di Dio
- La nostra responsabilità è nel dare al meglio, non nell'ottenere il risultato: quest'ultimo infatti è dono di Dio.
- Io non ho in mano la mia vita. Dio ha in mano il mondo, l'ha sotto controllo.
- Prefigurare il percorso e le possibilità, ma non la vittoria.
- Il malato ha bisogno del dottore: Dio si prende cura dello sconfitto e del perdente, ma anche del vincente (che può essere “malato” pure lui)
- Sentirsi responsabili di mantenere un giusto equilibrio in tutti i momenti della vita
- Verità, amore, amore per il prossimo. Niente menzogne e dicerie.
- Peccato e grazia

Quello che spesso separa in modo particolare gli sportivi da Dio

- La loro volontà forte
- Combattere Dio, invece di arrendersi a Lui
- Pensare di poter controllare le cose da soli
- Orgoglio e pretesa di onore proprio
- Culto per il proprio corpo e soddisfazione sessuale fuori dal matrimonio
- Voler fare cose per Dio. Voler vincere per Lui.



Da una lettera di un atleta ...

„Ho davanti cinque gare importanti. Spero di “trarne” qualcosa. L’allenamento è stato buono e bello, ma adesso mi sento messo sempre di più sotto pressione dalle persone intorno a me per il risultato finale e ciò non mi piace per niente. Correre mi piace tanto e quando il rendimento è buono tanto meglio. Ma, tranne che davanti al mio Signore, non mi voglio dover giustificare con nessuno... o devo?“

Lo sport competitivo e professionistico segue i parametri e le leggi del mondo.

Gli uomini fissano le regole. Solo un unico vincitore riceve riconoscimenti e soldi. Un credente vive secondo i parametri della Bibbia e le leggi di Dio. Così i due sistemi di valori diversi tendono a scontrarsi. Un credente perciò sperimenta momenti di tensione, nei quali la fede viene messa alla prova e dare una testimonianza diventa una possibilità, nonché una sfida, quotidiana.



Credenti (neonati) purtroppo smettono spesso di fare sport a livello professionistico perché...

- Pensano: "Si tratta di un affare sporco"
- La motivazione non c'è più, perché sono riempiti con Gesù.
- Pensano: "Devo fare qualcosa per Dio. Lo sport mi costa troppo tempo e mi ostacola in questo."
- Pensano: "Ora non ho più bisogno di tutto ciò"
- Pensano che le attività in chiesa (scuola domenicale, etc...) siano più importanti
- Le competizioni sportive sono di domenica: mancare al culto è ancora un problema per molte chiese
- Gli sportivi vengono visti raramente come missionari

Ci sono dei pericoli se trasmetto alcuni aspetti dello sport sulla vita da credente:

L'ambizione

- L'egoismo: pregare in modo egoista, avere pensieri e atti egocentrici
- Desiderare di ottenere un proprio onore e riconoscimento. Aspirare ad essere grande e ammirato
- Il mio rapporto con i soldi e una possibile mancanza di benevolenza
- Brama e concupiscenza

Essere in controllo, avere le cose in mano

- Voler avere in mano propria la vita e guidarla da solo
- Voler avere il controllo e la libertà di agire sempre, anticipando mentalmente un risultato concreto.

- Farsi aiutare da Gesù, invece di farlo operare tramite se stessi
- A causa della folla di ammiratori, alcuni sportivi si sentono intoccabili e simili a Dio

L'idea di dover rendere e mettere alla prova se stessi

- Credere di non essere perfetti, ma avere comunque molto da dare a Dio
- Avere l'orgoglio che impedisce l'umiltà e gonfiarsi, perché più o meno si ubbidisce ai comandamenti
- Avere un concetto di sé sbilanciato
- Al contrario, provare un senso d'inferiorità, perché in un fallimento si crede che Dio non ci ami più o di essere senza valore
- Avere il pensiero di dover rendere: sentirsi sotto pressione per la missione, avere un attivismo per Gesù, nutrendo il sentimento di dover/voler fare qualcosa per Lui

Essere volitivi od ostinati

- Portare avanti la propria volontà, pensando di sapere da soli cos'è il meglio per sé stessi
- Voler uscire velocemente da situazioni problematiche e da tempi spiacevoli
- Non essere disponibile a farsi cambiare da Dio, non volendo che sia Lui a definire tempi, durata, intensità, modi di fare e sentimenti.
- Mettere i propri parametri sopra i parametri di Dio

Cose che spesso distanziano i credenti da Gesù

- Egoismo: preghiera, pensieri e atti egocentrici
- Desiderio e ambizione di onore proprio e di riconoscenza. Voler essere grandi ed ammirati.
- Voler avere in mano la propria vita e volerla guidare
- Voler avere il controllo e la libertà di agire
- Orgoglio che ostacola l'umiltà e che fa ritenere di obbedire a sufficienza ai comandamenti.
- Credere di poter avere abbastanza da offrire a Dio, anche se non si è perfetti



- Avere sensi di inferiorità, perché si crede che Dio non ci ami più o perché ci si sente senza valore
- Attivismo per Gesù, avere la sensazione di dover o voler fare qualcosa per Lui
- Pensare solo al rendimento
- Esagerata stima di se stessi
- Brama e concupiscenza
- Soldi: il rapporto con il denaro ed il benessere
- Sentirsi sotto pressione per la missione

- Mettere i propri parametri al di sopra di quelli di Dio
- Portare avanti la propria volontà
- Pensare di sapere cos'è il meglio per se stessi
- Pretendere di farsi aiutare da Gesù e di trasformarlo in un aiutante personale per vincere nello sport.
- Anticipo mentale e visualizzazione di un risultato concreto
- Voler uscire velocemente da situazioni problematiche e scomode
- Mancata disponibilità a farsi cambiare da Dio e a lasciare a Lui la definizione dei tempi, delle durate, dell'intensità, del modo di agire e dei sentimenti

Domande utili per scoprire il nostro atteggiamento interiore

- Cosa ti auguri di poter fare per Dio?
- Cosa vuol dire per te quando senza avere alcuna colpa fallisci il risultato o ti infortuni? Come ti senti?
- Come cerchi di risolvere i problemi?
- Che cosa hai imparato dallo sport di positivo e di negativo?
- Cosa ti ha messo nel cuore Dio? E come ti guida?
- Quanta parte del tuo successo stimi essere merito tuo?
- Com'è la tua comprensione della guida di Dio e come la vivi?
- Che cosa ti dà molta gioia nello sport? E cosa molti problemi?
- Che cosa ti manca di più nello sport?

Il credente e lo sport

Compiti di un mentore dello sport



1. Ascoltare in modo attivo l'atleta e osservarlo bene
2. Aiutare l'atleta a rendersi conto e a comprendere cosa sperimenta come sportivo
3. Discutere le responsabilità e la motivazione percepite
4. Parlare insieme all'atleta di come la verità biblica sia più importante della saggezza umana
5. Discutere le responsabilità e la motivazione vera
6. Parlare dell'applicazione e della transizione di valori nello sport e nella vita. Aiutare l'atleta a riconoscere e a vivere la propria chiamata.

Compito centrale di un mentore dello sport

Il compito centrale di un mentore dello sport è di porsi davanti all'atleta con amore incondizionato, di affiancarlo ed aiutarlo nel suo percorso personale e nello sport.

Il mentore dello sport incoraggia per prima cosa la crescita spirituale e lo sviluppo di una personalità basata sulle verità bibliche. Questo può anche portare l'atleta a una maggiore resa

in campo, perché vengono a cadere le pressioni umane esterne.

Nella situazione ideale, durante l'assistenza intensa di un atleta, il mentore ha anche rapporto buono e stretto con l'ambiente sportivo intorno alla persona (allenatore, manager, medico, etc...)

I pensieri e le preghiere del mentore dello sport saranno rivolti affinché l'atleta sia sempre più coscientemente in un rapporto vivo con Dio, che conosca sempre meglio Gesù, che l'atleta consideri sempre più come unica cosa importante che Dio arrivi con lui e con i mezzi disponibili al Suo traguardo e al Suo scopo.

Una cosa importante è "allenare" una nuova identità (amore incondizionato) e far mutare le vecchie motivazioni, quali l'approvazione e la gloria, il volersi mettere alla prova, il voler superare i propri limiti, etc... E' il compito del mentore dello sport motivare l'atleta per gli incontri sportivi futuri in modo nuovo, spirituale, sulla base di promesse bibliche. L'approvazione personale per lo sport da parte del mentore è la premessa per tutto ciò.

La tentazione nello sport



Di Helmfried Riecker

Cristo come allenatore

Il diavolo cerca di farci cadere e allontanarci da Cristo nello sport, come negli altri campi della vita. Cristo ha sconfitto questo mondo ed è il vincitore. Il diavolo ha tentato anche Lui, nel deserto. Ma Gesù Cristo ha resistito al diavolo, affrontandolo con la Parola di Dio. La Parola di Dio è verità e salva!

- Bisogni fisici: fame => "Fa' del pane"
- Bisogni emotivi: sicurezza => "Sfida Dio a salvarti"
- Bisogni spirituali: riconoscimento, successo, potere => "Adorami!"

Matteo/ Capitolo 4

1 Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo.

2 E, dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame.

3 E il tentatore, avvicinandosi, gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, ordina che queste pietre diventino pani».

4 Ma egli rispose: «Sta scritto: „Non di pane soltanto vivrà l'uomo, ma di ogni parola che proviene dalla bocca di Dio“».

5 Allora il diavolo lo portò con sé nella città santa, lo pose sul pinnacolo del tempio,

6 e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; poiché sta scritto: „Egli darà ordini ai suoi angeli a tuo riguardo, ed essi ti porteranno sulle loro mani, perché tu non urti con il piede contro una pietra“».

7 Gesù gli rispose: «È altresì scritto: „Non tentare il Signore Dio tuo“».

8 Di nuovo il diavolo lo portò con sé sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria, dicendogli:

9 «Tutte queste cose ti darò, se tu ti prostri e mi adori».

10 Allora Gesù gli disse: «Vattene, Satana, poiché sta scritto: „Adora il Signore Dio tuo e a lui solo rendi il culto“».

11 Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli si avvicinarono a lui e lo servivano.

Grandi tentazioni nello sport

1. Potere
2. Fama
3. Soldi
4. Sesso
5. Ferite, malattie, sofferenze, miseria, sconfitte
6. Solitudine

Helmfried Riecker ha descritto nel suo libro "Con Cristo come allenatore – vivere in modo credibile nel mondo dello sport" ("Mit Christus als Trainer – glaubhaft leben in der Welt des Sports" Brendow, 1984 - , non edito in Italia), come si può resistere alle prime quattro tentazioni. Le seguenti pagine sono tratte dal suo libro.

Potere

Vi sono tre tipi di potere nello sport:

- il potere ottenuto grazie al rendimento
- potere tramite convinzione di fede
- il potere garantito dalla posizione speciale assegnato dall'allenatore

Per resistere al potere bisogna:

- Esser presente per il concorrente
- Parlare e agire con amore
- Stimare gli altri più di sé stessi
- Trasformare l'influenza, che abbiamo guadagnato grazie ad un alto rendimento sportivo, in aiuto per altri
- Incoraggiare
- Usare l'influenza sportiva in prospettiva missionaria
- Manifestare, soprattutto in una sconfitta sportiva, che un credente ha "tutt'altro" Signore.

Quanta influenza e potere ha un credente?

- Come credenti siamo consacrati al nostro Signore, che ha già chiarito la questione del potere in questo mondo.
- Dio ci ha dato una nuova vita e così ci ha destinato ad essere uno strumento della Sua volontà
- Abbiamo influenza quando la nostra condotta spirituale suscita le domande dei compagni sportivi
- Abbiamo pace con Dio
- Se cerchiamo il contatto con Dio Onnipotente in preghiera, la nostra influenza aumenta

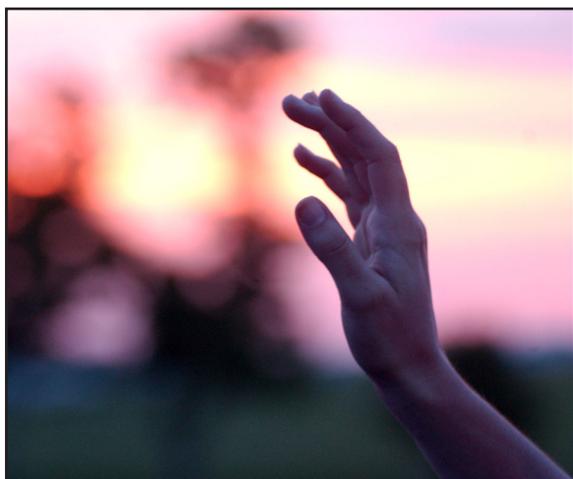
- Abbiamo influenza grazie all'intercessione
- Siamo liberi di agire, perché le pressioni spariscono
- Abbiamo il compito di contrastare il male e di sostenere la causa di Dio
- La forza di Dio si manifesta nella nostra vita, perché lo Spirito Santo ha preso dimora dentro di noi tramite Cristo
- Dio ci fa vedere le cose come sono realmente
- Siamo certi, che nella vita come nello sport, ci troviamo sempre davanti a situazioni già preparate



Fama

Cosa accade se si concentra la fama e la stima su sé stessi?

- L'orgoglio entra, la verità esce
- La fama che concentriamo su noi stessi ci separa dagli altri
- Errori e peccati in altre aree della vita si nascondono solo per un periodo breve
- La fama comporta solitudine
- La stima richiede sempre più stima
- E' difficile sopportare quando la stima diminuisce
- La fama concentrata su sé stesso contraddice l'impronta costitutiva dell'uomo
- Lo sport in sé perde senso, quando si cerca la fama per sé



Cosa accade quando portiamo a Dio la fama ricevuta?

- Lo sportivo rimane in un equilibrio fra anima, spirito e mente
- "Gratitudine" diventa una parola chiave
- Chi dà il primo posto a Dio, rimane realista
- Chi dà la precedenza a Dio, tiene il Datore al centro
- Dio prende in considerazione che io ricevo stima
- Dio ci dona il rispetto dei nostri avversari
- Chi mira per prima cosa alla gloria di Dio può indifferentemente vincere o perdere
- La gratitudine verso Dio ci mantiene umili
- Chi onora Dio diventa suo testimone
- La fama nello sport apre delle possibilità per la missione
- La considerazione apre le porte
- Dare il primo posto a Gesù incrementa il nostro rendimento sportivo

Come possiamo onorare Dio?

- Più di tutto dandoGli con gratitudine la nostra vita e mettendogliela a piena disposizione
- Diminuendo le nostre opinioni personali e dando la precedenza alle direttive e alle istruzioni che la Bibbia ci trasmette
- Domandando intensamente qual è la volontà di Dio e, di conseguenza, ricevendo una vita intensa.
- Anche questo vale in modo speciale per la carriera sportiva. Il tempo che ci possiamo dedicare allo sport ad alto livello è limitato e non tornerà allo stesso modo. Forse questi sono gli anni nei quali abbiamo a disposizione la più grande influenza pubblica.

Denaro

La tentazione a causa della grande disponibilità di denaro

- Il denaro non viene dato senza contropartita
- E' ingannevole pensare al denaro come ad una sicurezza
- Il denaro dà l'illusione di essere indipendenti
- Molto denaro cambia la nostra cerchia di conoscenze
- Molto denaro può influenzare negativamente il nostro carattere

Il denaro nelle mani di Dio

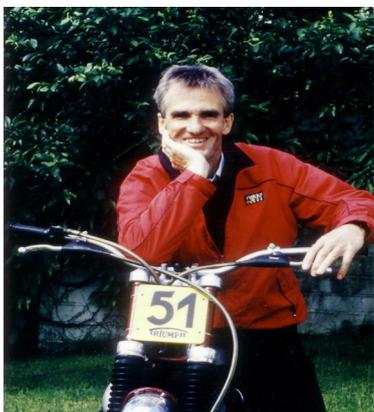
- Inizia ad amministrare il tuo denaro come se non fosse tuo, ma di Dio
- Se hai a disposizione una grande somma, fatti consigliare da un esperto finanziario
- Il denaro e le proprietà possono essere un punto di partenza per nuove esperienze con Dio
- Finché un credente guadagna il suo denaro in modo onesto, non c'è limite
- Dona volontariamente e con un cuore allegro

Domande pratiche quando arriva un'offerta di incremento finanziario e sportivo

- I miei scopi sono chiari e puliti?
- La mia considerazione come credente è arricchita o diminuita dal mio comportamento nello sport?
- Con le nuove prospettive, mi rimane tempo libero come credente?
- I nuovi contratti mi assicurano libertà per l'attività missionaria?

- Con i nuovi obblighi posso continuare o portare a compimento gli impegni che ho assunto come credente?
- Con i nuovi accordi posso aumentare l'aiuto finanziario per l'opera di Dio?
- Ho l'approvazione di Dio per avventurarmi su terreno nuovo?
- Quando ho concluso il contratto, ho chiarito bene il mio punto di vista?





La sessualità e il comportamento con l'altro sesso

Nelle seguenti tesi ho riassunto tanti anni da credente nello sport e nella vita. Se io (Helmfried Riecker) fossi di nuovo all'inizio della mia carriera sportiva rifarei le cose nel seguente modo:

- Mi siederei a prendere delle decisioni molto precise riguardo all'altro sesso.
- Questa pianificazione dovrebbe coincidere a lungo termine, in modo ottimale, con il mio sviluppo spirituale e con la mia carriera sportiva
- A tutti quelli che mi volessero convincere di una certa opinione direi un chiaro "no", se la loro opinione contraddicesse quello che io ho riconosciuto importante e indispensabile per il mio essere credente.
- Dedicherei tempo a scoprire la mia personalità e a svilupparla secondo i miei obiettivi nello sport, sottomettendomi in questo alla guida di Cristo
- In un qualche modo, mi farei riconoscere come cristiano
- Proverei, anche in faccende spirituali, ad avere un ruolo attivo (per esempio, riunendo persone che pregano prima di una competizione)
- Lo scopo inequivocabile del il legame con la mia ragazza sarebbe il matrimonio
- La preparazione al matrimonio sarebbe importante almeno quanto la pianificazione della mia carriera sportiva.
- Mi farei sorprendere da Dio riguardo alla compagna di vita che Lui ha scelto per me
- Per tenere fermo questo comportamento, terrei a una certa distanza le amicizie
- Per le mie potenzialità, come cristiano e come sportivo, è particolarmente importante per me non convivere con una donna prima del matrimonio: niente sesso prima del matrimonio
- Starei attento a non provocare false speranze in nessuno a causa di comportamenti imprudenti o imbranati.
- In alcuna circostanza non inizierei una relazione che potrebbe portare al matrimonio con una persona che non crede in Cristo
- Mi atterrei alla promessa che Dio raggiunge i suoi scopi con me anche quando vivo delle sconfitte
- In questo, saprei bene che non conta la perfezione ma l'atteggiamento interiore.
- Mi farei immediatamente perdonare da Gesù ogni tipo di deviazione dalla via, e cioè ogni peccato,

- Presterei molto attenzione alle ore che seguono i grandi successi sportivi, per affrontare in modo spirituale il vuoto dell'anima e il conseguente campo libero per le tentazioni sessuali. Dopo gli "alti" dell'anima connessi a un successo sportivo spesso segue il "crollo". Di frequente ci sentiamo sfiniti e in questi momenti di debolezza il diavolo cerca di ingannarci. Se lo sappiamo e siamo preparati a questo, possiamo resistere con la forza di Cristo.
- Non darei all'autoerotismo più peso che a qualsiasi altro peccato. Il peccato è sempre grave. La sua pericolosità consiste nel fatto che distrugge la nostra comunione con Cristo. Il problema principale non è che io mi sento male, o che sento del peso, ma che il mio legame con Cristo è interrotto. A causa di questa separazione è molto importante che ci facciamo perdonare immediatamente ogni peccato riconosciuto. Ha importanza il nome di ogni singolo peccato? Un peccato ha diritto ad un'attenzione maggiore di un altro? Però, se è stato perdonato, lo posso dimenticare, indipendentemente da che cosa si trattasse. La comunione con Cristo è di nuovo stabilita. Lui non vuole più pensare a peccati già perdonati.
- Parlerei con chi mi segue spiritualmente dei problemi che sembrano irrisolvibili.
- Sarei a conoscenza del fatto che io stesso potrei mettere in forse tutti questi obbiettivi. Perciò pregherei Dio di distruggere piuttosto i miei sogni e desideri più belli, ma che Lui sia vicino a me in tutte le circostanze.



L'obiettivo più alto nello sport di un credente

Motivazione credibile

Di Helmfried Riecker

Il modo in cui veniamo accettati dipenderà in buona parte dalla nostra credibilità. Perciò in questo paragrafo seguiranno un paio di informazioni fondamentali, separate in due motivazioni:

- Compagni sportivi e sport: cosa ci spinge davvero?
- La nostra attività sportiva: cosa ci spinge davvero?

Esse sono connesse molto strettamente e hanno un'influenza decisiva, in positivo o in negativo.

Compagni sportivi e sport: cosa ci spinge davvero?

Come il singolo individuo è importante per Dio, lo è anche per noi.

Questo implica che non lo vediamo come "qualcosa da convertire", ma come una persona, della quale possiamo essere amici e per la quale desideriamo incoraggiare lo sviluppo umano, il suo carattere, spirituale e sportivo, anche se non si dovesse convertire a Cristo.

Questo atteggiamento, che considera veramente il compagno di sport, avrà come conseguenza una maggiore probabilità di una sua apertura e di una sua decisione per Gesù Cristo, perché ogni uomo è responsabile per se stesso. La nostra preghiera non potrà mai essere troppo frequente o troppo intensa. Dovremmo pregare per la nostra disponibilità a

comunicare, per il compagno e per l'intervento di Dio. Ma la nostra relazione con lui non dipende dalla probabilità di una sua relazione con Gesù.

Questo "sì" per lo sportivo è indipendente da:

- celebrità
- salute
- religione
- colore della pelle
- tipo di sport etc.

Possiamo fare sport volentieri

La voglia e il talento indicano che essere uno sportivo è uno scopo secondo la creazione. Lo sport fa parte della nostra vita. Non abbiamo bisogno di alibi, per esempio che possiamo rimanere nello sport, per lavorare nella missione sportiva.

Per i cristiani impegnati nello sport è importante

che riconoscano le possibilità di Dio e che seguano i comandamenti di Gesù. In questo modo, il loro sport personale e la loro preziosa vita troveranno il loro scopo più profondo. E lo sport può diventare quello che Dio si è proposto per ciascuno nella rispettiva stagione

Massimizzazione del rendimento e crescita nella fede

vanno d'accordo. Ciò non deve per forza significare: più forte sei nella fede, migliore sei nello sport. Di seguito, sarà spiegato come è inteso questo rapporto.

Riteniamo necessario

che ogni credente, seriamente impegnato nello sport, dia il suo meglio e che, finché rimane nell'ambiente sportivo da lui scelto (anche in preghiera), faccia il meglio possibile per la sua carriera.

Con “seriamente” intendiamo

che lo sport è diventato una parte importante della sua vita e l'ha influenzata. Ciò vale per gli sportivi attivi e pensionati a ogni livello di rendimento.

Il pieno “sì” per Gesù Cristo

Al “sì” per lo sport fa parte anche il pieno “sì” per Gesù. Entrambi si influenzano, perché non ci può essere un'area della vita che non sia sottomessa a Gesù. Questo modo di vivere deve essere continuamente scoperto e spiegato, si deve sottolineare la sua importanza, cercando di catturare l'interesse degli altri. Soprattutto nelle gare sportive, la relazione con Gesù deve avere importanza e non deve diventare una vittima della stressante vita sportiva di tutti i giorni.

Sulla strada verso l'alto

Come la dottrina di qualsiasi cristiano attivo nello sport aumenta nel confronto con altri credenti, possibilmente senza ostacoli, così deve crescere anche nel percorso sportivo. Il limite è posto solo quando qualcosa diventa peccato. In quest'ottica, possono essere valutati ciascun sviluppo sportivo e ciascuna promozione. Nella strada verso l'alto non ci sono freni spirituali.

Quanto uno va lontano,

dipende dall'età, dalle circostanze, dal talento, dal mestiere, dalla volontà e anche da come uno

pianifica la sua preparazione sportiva davanti a Gesù (possibilmente almeno per una stagione intera) Trovare in questo la propria strada, tramite la guida di Gesù, è un compito fondamentale e interessante dello sportivo, ma anche della persona che lo affianca e lo consiglia.

Ogni cristiano ha bisogno di comunione

con altri cristiani. Un cristianesimo solitario è impensabile (se esiste la possibilità di comunione) Così, ogni credente in Gesù Cristo fa parte della chiesa universale di Gesù (1. Corinzi 12:13) ed è unito a tutti gli altri che fanno parte del “corpo di Cristo” Crediamo che la chiesa di Cristo si costruisce sul luogo e che si mostra in un'assemblea, organizzata con le forme insegnate dal Nuovo Testamento.

I neofiti della fede

Pensiamo che un neoconvertito nello sport (o anche solo uno sportivo interessato alla fede) abbia assolutamente bisogno di comunione per la sua crescita spirituale, in un assemblea organizzata e/o (perché non sempre possibile dall'inizio) in un incontro familiare, oppure un gruppo biblico sportivo. E' importante che arrivi ad una decisione per Cristo e poi cresca nella fede in comunione cristiana.

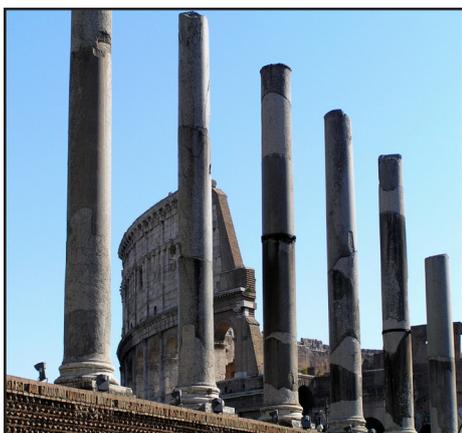
La nostra attività sportiva: cosa ci spinge?

Se si è costanti nello sport di alto rendimento o anche “solo” a fare jogging per rimanere in forma, la domanda sulla motivazione (e quindi quella sull'obbiettivo) sorgerà sempre. Le seguenti considerazioni vogliono chiarire le differenze fra la motivazione “normale” e la motivazione di uno sportivo che crede in Gesù.

I sei pilastri di uno sport di buona qualità

Per intenderci bene: per fare sport di buona qualità ci sono sei presupposti indispensabili, che, anche per un credente, non possono essere rimpiazzati:

1. Per primo c'è il **materiale**: di questo fa parte l'uomo stesso e ovviamente il suo attrezzo.
2. Poi c'è l'**ambiente umano**: concorrenti, consiglieri, dottori, assistenti, allenatori, manager, etc



3. Un ruolo importante ha la **mentalità**, l'attitudine spirituale e mentale. A cosa serve allenarsi tanto se una persona, appena è in una situazione importante, ha un blocco mentale?
4. Il metodo, cioè il controllo della **tecnica**, l'organizzazione giusta e il dosaggio corretto dei movimenti devono "arrivare" nel momento giusto.
5. Inoltre ci vuole una **duttilità** naturale, una agilità mentale, per adeguarsi velocemente alle condizioni altalenanti della competizione. Serve un occhio attento e la flessibilità di adattarsi a situazioni nuove.

6. Parte del rendimento sportivo dipende dalla **motivazione**. Può avere varie origini, ma chi vuole mettere alla prova se stesso, allenarsi conseguentemente e competere con altri, ne ha bisogno. E' essenziale.

Senza il perfezionamento di queste condizioni il traguardo (un alto rendimento sportivo) non è raggiungibile, sia che si tratti di una competizione regionale, sia che si tratti di un campionato più importante.

Abbiamo tre possibilità:

- a) Possiamo reggerci da soli sulla base di questo schema. In questo modo, confidiamo nelle nostre sole forze.
- b) Possiamo pregare Dio di aiutarci a raggiungere i nostri traguardi più ambiziosi; così, in modo subconscio, vogliamo sfruttare Dio per i nostri propositi.
- c) **Oppure** mettiamo tutte le nostre condizioni e possibilità coscientemente nelle mani di Dio, con il desiderio profondo che la Sua volontà e il Suo piano si realizzino pienamente nel corso della nostra stagione sportiva.

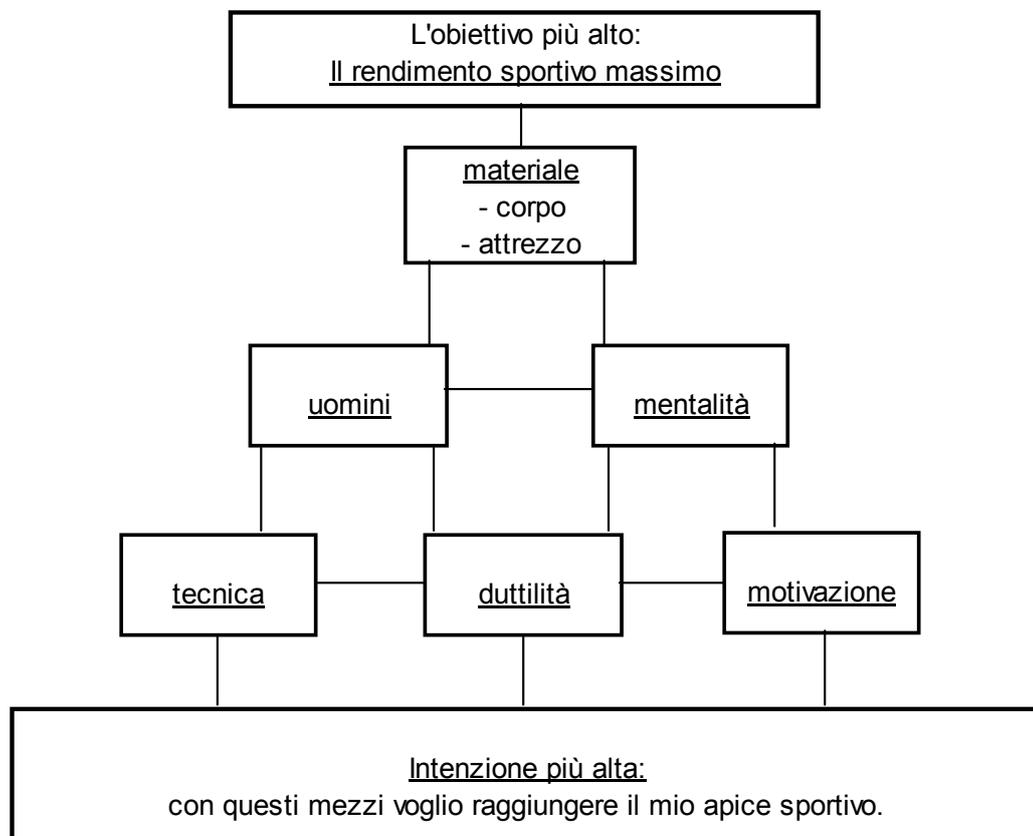
a) La solita finalità “consueta”: Il massimo rendimento sportivo

A seconda del tipo di sport e del livello di rendimento, questo modello può essere più dettagliato.

Le sei condizioni di base però sono indispensabili per ogni sportivo, anche per chi fa jogging per la salute.

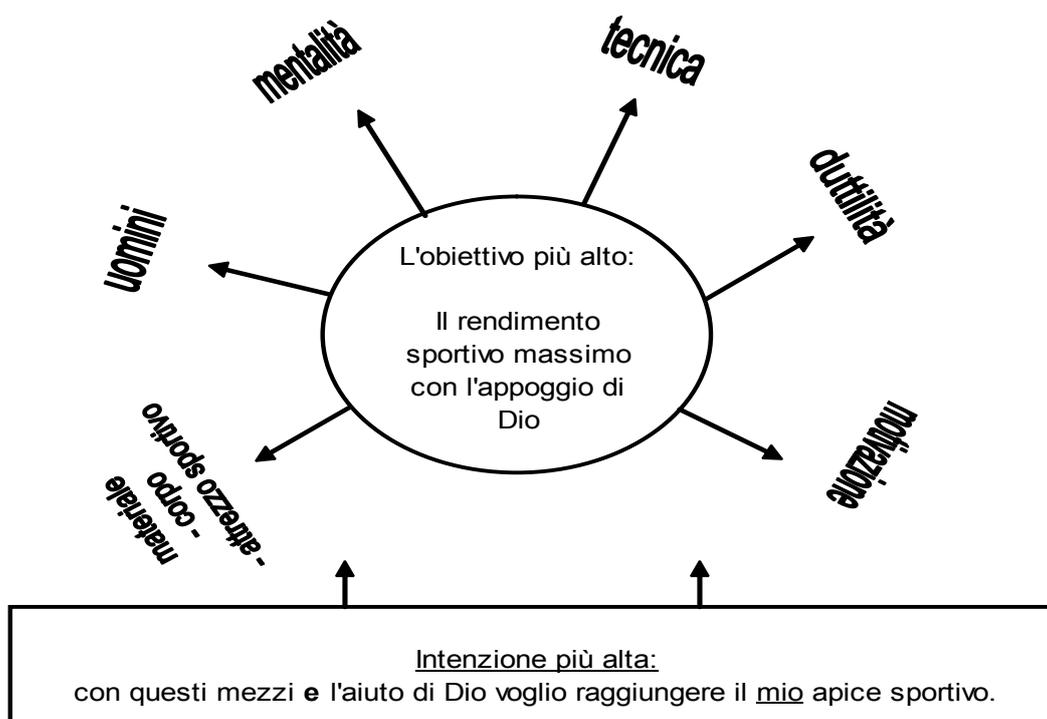
Il sistema funziona, se tutto funziona senza intoppi. Anche se un sportivo ha un buon medico, sarà indifeso, se si rompe il piede nel momento sbagliato. Se la curva della motivazione si interrompe ciò influenza anche la mentalità. La tecnica ottimale dipende a sua volta dalla duttilità nella valutazione delle circostanze. Siccome un fattore compenetra l'altro e ciascuno di essi può diventare il punto debole, questo sistema è sempre in bilico a causa della sua natura (e della volubilità umana).

Anche la strategia perfetta ha sempre dei limiti.



b) Dio viene “degradato” ad aiutante, un atteggiamento e una motivazione critici

Dio viene dequalificato dal pianificatore all'aiutante.
La sua influenza è bloccata.



c) La volontà di Dio e il suo piano si devono realizzare in pieno: l'atteggiamento e la motivazione migliore!

Se è vero che Dio è

- **più potente** di tutte le forze di questo mondo
- **più saggio** di tutti gli allenatori di tutte le discipline
- **più misericordioso** di tutti i consiglieri spirituali insieme

Ciò ci lascia solo una conclusione: conviene certamente permettere che Dio realizzi il Suo piano nel nostro sviluppo sportivo. Si tratta di **conoscere** le Sue vie e, poi, anche di condividere quanto è meraviglioso sperimentare il Suo aiuto nello sport. Lui, nella Sua sovranità, prevede il traguardo molto in anticipo. E Lui (come potrebbe essere altrimenti?) vuole solo il nostro meglio. Il meglio è sicuramente che Lui promuova il nostro sviluppo spirituale e sportivo in modo ottimale. Ciò può avere come conseguenza anche il risultato sportivo massimo.

Per ogni singola condizione sportiva di base, Dio ha delle possibilità ottimali, se glielo lasciamo consapevolmente.

- In questo modo può usare sovraneamente il potenziale del tuo corpo e prendersi cura in modo ottimale del tuo attrezzo sportivo, così come è giusto per oggi.
- Lui può guidare le persone che ci stanno intorno in modo che quello che pianificano faccia parte dei Suoi obiettivi.
- Lui può influenzare la nostra mentalità, in ogni situazione.
- Lui può fare che i nostri movimenti siano pronti al momento giusto, come Lui vede necessario.
- Lui può acuire il nostro sguardo, può renderci duttili in ogni situazione, anche quando pensiamo che sia finita.
- Dare in mano a Gesù Cristo tutte le nostre motivazioni ci preserva di valutazioni sbagliate e da delusioni. Nelle mani di Dio, le nostre motivazioni vengono corrette al meglio.

Gesù vuole che noi lasciamo TUTTE le nostre motivazioni al Suo potere sovrano. In questo modo, Lui ci può motivare di nuovo, quando noi siamo a terra senza speranza.

L'obiettivo più alto dei credenti nello sport:

gli obiettivi di Dio

Questo obiettivo parla da sé: significa avere la motivazione pura.

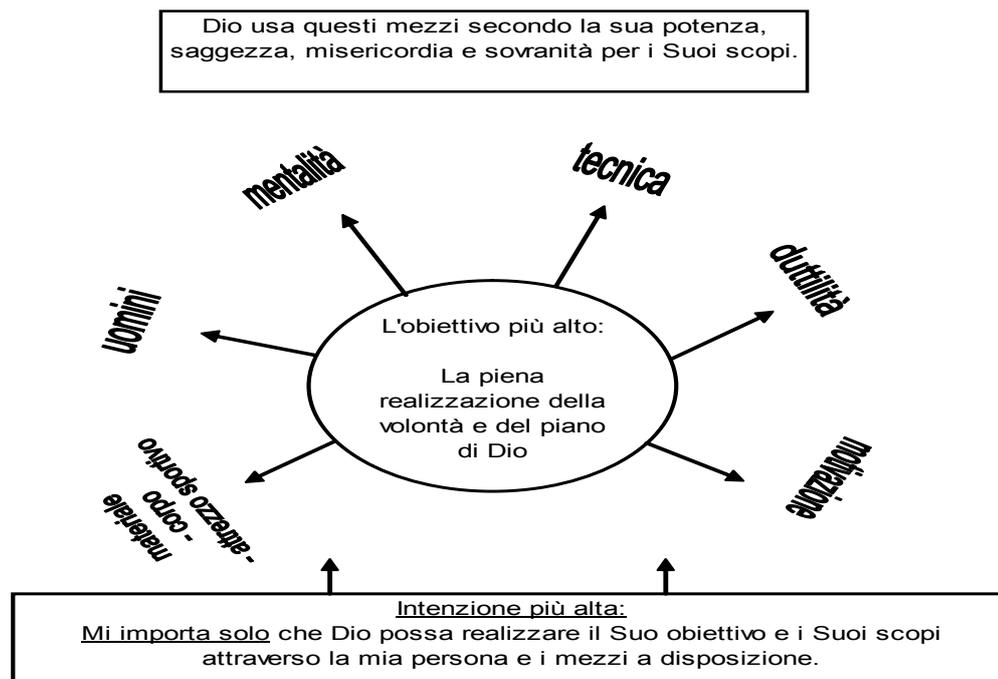
Dura a lungo, perché si basa sulla Parola e sulla volontà di Dio.

Inoltre, comprende la correzione necessaria dello sportivo e gli tiene aperte praticamente tutte le opportunità.

Rimane spazio per agire.

Non è in dubbio che un credente voglia offrire, in tutte le aree, fondamenti ottimi e, perciò, diventa più diligente in ciascun punto. Questo influenza l'allenamento e la competizione, fa bene all'individuo e anche alla squadra.

E' un modello di base per tutte le altre strategie e pianificazioni.



I sei pilastri di sport di alta qualità nel dettaglio:

(Estrattida: “warm up – Energie sportive e spirituali per ogni giorno” („warm up – geistlich und sportlich fit für den Tag“; Hänssler, non edito in Italia.)

UOMO/MATERIALE

*„La mia forza è come la forza delle pietre? E la mia carne è forse di bronzo?“
Giobbe 6:12*

Il “materiale” uomo è vulnerabile, così come ci possono problemi con l’attrezzo sportivo. Più è importante la competizione, più diventa grande la paura che l’uomo o l’attrezzo (se non entrambi!) falliscano. Sono spesso le minime cose, quelle ridicole, che ci fanno fallire l’obbiettivo nel momento decisivo. Ma se lasci il tuo corpo e il tuo attrezzo sportivo a Dio, in modo che Lui li possa usare sovraneamente con la sua potenza, saggezza e misericordia per i suoi fini, ottieni due risultati.

Il tuo potenziale più prezioso, il tuo corpo, e il tuo attrezzo sportivo principale (si spera ben tenuto) rimangono molto importanti per te e una condizione base per lo sport. Ma metti tutti e due nelle mani di Chi ti ha creato come sei e Chi sa usare al meglio il tuo attrezzo sportivo. Gesù conosce l’attuale condizione del tuo corpo, conosce il bisogno di allenamento e l’eventuale arretrato.

Lui conosce la qualità del tuo attrezzo sportivo, la sua superiorità o la sua inferiorità. E se tu Gli permetti tutto, e ti interessi solo al fatto che la Sua volontà e il Suo piano si realizzino, allora hai fatto la cosa ottimale per il corpo e per il materiale. Questo significa rimettersi nelle Sue mani. In questo modo, ciò che importa di più è già avvenuto prima della competizione.

L’AMBIENTE UMANO

*“Chi non è contro di noi, è per noi“
Marco 9:40*

Maggiori sono gli obbiettivi per i quali una persona guida, corre o cavalca, più dipende dalle persone del suo ambiente. Nel proprio ambiente e tra i concorrenti, Dio può usare chiunque in modo da poter promuovere il nostro sviluppo sportivo, come Lui vuole. Gli altri spesso vedono meglio di noi. Ci possono mettere in guardia per tempo e darci buoni consigli.

Se vediamo le persone intorno a noi sotto questo aspetto e preghiamo Gesù di usarle per i Suoi obbiettivi, intanto iniziamo a pregare per loro. Avremo un atteggiamento positivo nei loro confronti. I concorrenti non saranno più degradati a nemici. Rimarranno degli avversari sportivi, senza i quali però non ci sarebbe la competizione. Ma l’atteggiamento interiore verso di loro sarà positivo e vorremo che anche loro siano parte del piano di Dio per noi. Nascerà così anche il desiderio che loro, prima o poi, possano trovare la fede vivente. Si lascia indietro l’orgoglio di non voler essere aiutati da altri. Per gli altri, forse, è una gioia aiutare proprio noi. Da ciò si può sviluppare più di un’amicizia.

Per Dio, gli uomini sono più preziosi del maggiore successo sportivo. Lui ti aiuta ad avere questo punto di vista. La felicità e la gioia di una vittoria conquistata rimane intatta. Ma sono l’incontro con le persone e la regia di Gesù a far diventare così prezioso il tuo impegno sportivo.

MENTALITA'

*“O Dio, Signore, tu sei la forza che mi salva, tu hai protetto il mio capo nel giorno della battaglia”
Salmo 140:7*

Se la testa non funziona bene, ci sono delle conseguenze. Gli sportivi di successo si contraddistinguono, perché, al momento giusto, hanno tutto a posto. Ovviamente la forza mentale è un dono.

Davide aveva molte qualità. Era coraggioso, intelligente, aveva talento musicale e, essendo un ex militare, era un combattente allenato. Per quanto riguarda i suoi doni, i suoi obiettivi potevano essere proprio ritagliati su misura per lui, ossia decisi da lui stesso. Ma nella Bibbia viene chiamato “un uomo secondo il suo [di Dio] cuore”. In questo si esprime la sua grande dipendenza dal Padre celeste. Dio ha protetto la testa di Davide dalla spada del nemico, e dai pensieri sbagliati. In entrambe le cose, Davide dipendeva totalmente da Lui.

Questo è possibile per tutti coloro che, per natura, si rassegnano velocemente e non riescono a mantenersi lucidi. Una volta un compagno di allenamento mi chiese: “In allenamento siamo tutti ugualmente forti, ma in gara faccio degli errori incredibili. Cosa sto sbagliando?” La mia risposta lo provocò: “Hai mai affidato a Dio quello che non sai fare?” Questo gli suonava nuovo, nondimeno seguì il consiglio e nella competizione successiva ottenne un risultato sorprendentemente buono per lui.

Si tratta di affidare a Gesù i sei elementi base prima di ogni competizione; e di permettere un pieno controllo sulla nostra mentalità. Così pieno da farne ciò che ritiene più giusto. Ciò che Dio prende in mano diventa santo. In “Sua mano” significa “a Sua disposizione”. Per la Sua saggezza, forza e misericordia, Lui capisce al meglio una mente vulnerabile.

Lo stress del successo non ti raggiunge così facilmente, neanche nel caso che provenga dal tuo stesso io. Diventi più libero di fare quello che devi in ogni momento. Mantieni la visione generale della situazione, puoi dimenticare più facilmente le impressioni negative durante la competizione. Se ti comporti in modo colpevole puoi chiedere subito perdono. Le aggressività, che rubano energie, possono essere lasciate e la concentrazione può essere indirizzata al compito successivo. Siccome vengono dalla mano di Dio, tutti i risultati diventano accettabili.

TECNICA

*“Chi lavora con mano pigra impoverisce, ma la mano laboriosa fa arricchire.”
Proverbi 10:4*

Un altro fattore che fa parte di un rendimento sportivo buono è la tecnica. Ne fa parte tutto ciò che abbiamo imparato in allenamento; movimenti che sappiamo fare benissimo, tutto ciò che, non solo abbiamo sempre a disposizione, ma che sappiamo utilizzare velocemente.

La tecnica dipende dall'intensità dell'allenamento. In nessun altro campo si vede meglio come nello sport e nella musica. Qui le abilità sono utilizzabili senza che ci si debba pensare molto. I movimenti appresi sono il capitale dello sportivo. Chi li disprezza ne riporta danno. Chi ci lavora sopra ha una scala di possibilità per variare.

Lo stesso principio vale quando vogliamo applicare i comandamenti di Dio nella nostra vita giornaliera. Riconosciamoli e la conseguenza sarà uno stile di vita orientato a Gesù. I nostri pensieri non vengono influenzati automaticamente dalla Parola di Dio. Dobbiamo ascoltarla, leggerla, impegnarci. Ciò accade, nello sport, anche quando preghiamo Gesù di usare tutto quello che abbiamo imparato in allenamento, per la realizzazione dei Suoi piani. Possiamo essere sicuri che Dio ha tutti i mezzi

e che si dimostrerà al tempo opportuno ciò che sappiamo fare davvero. A volte, andiamo anche oltre.

Soprattutto in questo campo un concetto di sé troppo alto si scontra con la chiamata a lasciare tutta la parte della tecnica a Gesù. Anche in questo si deve vedere l'ubbidienza. Se questi pensieri ti dominano prima e durante l'allenamento e, soprattutto, durante la competizione, allora ti fidi di Dio in modo pratico. Lui non ti lascerà senza ricompensa. Il Suo obiettivo di oggi è lo stesso perseguito anche da te. Un obiettivo più alto non c'è.

DUTTILITA'

“Ed essi furono presi da gran timore e si dicevano gli uni gli altri: «Chi è dunque costui, al quale persino il vento e il mare ubbidiscono?»”
Marco 4:41

Puoi essere sicuro: Dio ha sotto controllo anche la circostanze. SeguirLo è una scelta personale, ma ha sempre a che fare anche con le cose che ci accadono intorno. A Gesù ubbidiscono il vento e il mare. Le Sue possibilità di influenza sono illimitate.

Che conseguenza ha questo per la tua duttilità? Cosa puoi fare tu, quando le cose cambiano velocemente e, a volte, peggiorano la tua situazione? Come ti puoi adeguare e rimanere flessibile? La prima risposta è facile: preparandoti. Molti cambiamenti li percepiamo prima con gli occhi. Perciò chiedi a Dio, prima dell'allenamento, che Lui “possa guidare i tuoi occhi”, in modo che puoi riconoscere i problemi in tempo e reagire.

Fa parte dei requisiti base dello sport potersi adeguare velocemente. Dopo il riconoscimento di una nuova situazione c'è l'accettazione della situazione senza perdere forza con lamentele o rassegnazione. “Signore, cosa devo fare in

questa situazione? Guidami Tu, mostrami la soluzione!”

Per capirci bene: devi aver messo la tua duttilità e la tua mancanza di flessibilità nelle mani di Dio già prima. Lui deve usare tutti e due per realizzare la Sua volontà e il Suo piano, ora e in relazione a tutta la stagione. Solo Lui solo ha una visione completa e perciò rimane emozionante fino alla fine. E Lui non perde mai di vista l'obiettivo sportivo.

MOTIVAZIONE

“Se nel mio cuore avessi tramato il male, il Signore non m'avrebbe ascoltato.”
Salmo 66:18

Senza motivazione non funziona niente. Che si tratti di un attrezzo sportivo del tutto nuovo o solo di qualche cambiamento su esso, di una racchetta con un'altra rete o di un ricordo di una competizione dell'anno scorso nello stesso posto; che sia il tempo meteorologico che mi piace, gli spettatori e gli amici sulla tribuna... tutte queste ragioni possono promuovere la volontà di rendere.

Fare del nostro meglio per Gesù è in primo luogo una motivazione spirituale; ci aiuta ad andare avanti in varie situazioni. Ma in un certo modo si affianca ad altre motivazioni. Anche questa è vulnerabile. Quello di cui abbiamo bisogno è una motivazione “a prova di bomba”.

La motivazione più profonda e chiara è: metto tutte le mie motivazioni, anche quella di voler fare il meglio per Gesù nelle mani di Dio, in modo che Lui ne possa fare ciò che vuole. Lui deve usarle nel suo piano per me, nel modo che ritiene giusto. In questo modo eviti di fallire davanti a un'unica motivazione perché le circostanze si sono sviluppate diversamente. Anche con i migliori obiettivi scelti da soli si

può fallire. Infondo, solo due cose possono ostacolare il piano di Dio: peccati concreti, riconoscibili, e di non dare a Dio tutte le nostre motivazioni. Tutti e due ci portano nella direzione sbagliata e devono essere corretti: attraverso il perdono e dando la nostra vita di nuovo al Signore che vive. In questo modo pratici la fede secondo la volontà di Dio. Non c'è nulla di meglio per te.

OSTACOLO

“E quelli che precedevano lo sgridavano perché tacesse; ma lui gridava più forte: «Figlio di Davide, abbi pietà di me!»”
Luca 18:39

Un uomo si fa sentire. Lui vuole quello che solo Dio gli può dare. Niente di meno. Siccome era cieco, aveva bisogno di luce. Gesù gliela diede: “Recupera la vista; la tua fede ti ha salvato” (Luca 18:42) E' importante come inizi le cose.

Al contrario, quando mi fido delle mie possibilità sportive, come se tutto dipendesse da loro, esse vanno in concorrenza con il piano che Gesù ha per me.

Questa è la ragione per cui alcune persone hanno tante difficoltà nello sport, nel lavoro o in altro. Non hanno fatto di Gesù il loro Capo. Lo usano come aiutante, ma non lo lasciano essere il Signore. Questo miscuglio di motivazione spirituale e motivazione mondana all'inizio sembra innocuo. Gli obiettivi più alti cambiano costantemente:

- “Oggi voglio correre il tempo migliore“
- “Oggi voglio essere fra i primi cinque“
- “Oggi gli avversari non sono così forti: è il mio momento! “
- “Ho deciso di rimanere completamente rilassato“

- “Mi sono allenato e vorrei vincere. Ho anche pregato per oggi.”
- “Oggi voglio fare del mio meglio e dimostrare cosa so fare.“

Soprattutto quando hai pregato prima e poi le cose vanno diversamente dalle tue aspettative sei deluso: per il tuo obiettivo e del “mancato aiuto” di Dio. Se questo succede più volte, non rimane molto di un credente sereno. Cosa sta succedendo? Altri raggiungono con le stesse motivazioni i loro obiettivi, anche senza Dio.

Questo può dare così tanto fastidio che si “tace” della propria fede. Il Nuovo Testamento chiama l'affermarsi della propria volontà semplicemente “carne”. Carne e spirito non vanno d'accordo.

La vera fatalità è che in questo modo il vero obiettivo di Dio per te non si può manifestare! E' ciò che ti rende un vero perdente. Perciò resisti a tutto quello che ostacola l'opera di Dio per te e tramite te. “Signore, abbi misericordia di me.”

Il credente e lo sport

Essere credenti in un'associazione sportiva



Di Britta Koch

Consigli dalla pratica

L'autrice del seguente articolo gioca a ping pong da tanti anni in un'associazione e partecipa alle competizioni. Ci racconta un po' dei problemi di "vivere come credente nell'ambiente cristiano e allo stesso tempo nell'associazione sportiva", come lei personalmente li vive. Per lei, non si tratta di una "spinta missionaria cristiana", ma di vivere consapevolmente da credente in tutte le situazioni e di provare la guida di Gesù Cristo personalmente fino al più piccolo dettaglio sportivo.

Cosa rende un credente tale?



Qualche dettaglio biblico su questo:

Sii quello che sei

Vangelo si traduce con "buona notizia". Dio è per me. Significa che io sono unita strettamente a Gesù. Devo restare in Lui e vivere con Lui.

"Dimorate in me, e io dimorerò in voi. Come il tralcio non può da sé dar frutto se non rimane nella vite, così neppure voi, se non dimorate in me. Io sono la vite, voi siete i tralci. Colui che dimora in me e nel quale io dimoro, porta molto frutto; perché senza di me non potete far nulla"
Giovanni 15:4-5

Questa comunione è il punto di partenza per tutte le azioni. Ha la priorità davanti a tutte le attività. E' il dono di Dio per me. Se rimango ferma in essa, porterò quel frutto nel mondo sportivo che Lui mi vuole dare.

Siccome sono una sportiva, e non lo devo diventare, so anche che sport significa essere attivi. Si fanno dei piani, si applicano conoscenze, si ottengono dei risultati. Lo sport e la fede hanno in comune una "tabella di marcia". Gesù, alla sua ascesa, ci ha lasciato le seguenti parole:

"Ogni potere mi è stato dato in cielo e sulla terra. Andate dunque e fate miei discepoli tutti i popoli battezzandoli nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro a osservare tutte quante le cose che vi ho comandate. Ed ecco, io sono con voi tutti i giorni, sino alla fine dell'età presente." (Matteo 28:18b-20)

Rimanere con Gesù e portare frutto sono una parte integrante dell'altro, voglio viverli insieme.

Fare riconoscere ciò che è meglio

Mi riempie di gratitudine essere diventata cristiana ed essere ripartita in una nuova posizione nella mia vita. Farei fatica a tacerne davanti ad altri. Se con la mia vita sono una fruitrice della buona notizia, ne sono di conseguenza un'ambasciatrice. Di questa gratitudine e delle sue conseguenze parlerò in seguito. Paolo parlava di questa gratitudine nel modo seguente:

*“Infatti Dio era in Cristo nel riconciliare con sé il mondo, non imputando agli uomini le loro colpe, e ha messo in noi la parola della riconciliazione. Noi dunque facciamo da ambasciatori per Cristo, come se Dio esortasse per mezzo nostro; vi supplichiamo nel nome di Cristo: siate riconciliati con Dio. Colui che non ha conosciuto peccato, egli lo ha fatto diventare peccato per noi, affinché noi diventassimo giustizia di Dio in lui.”
(2 Corinzi 5:19-21)*

Se ci fanno domande

La mia fede non dovrebbe essere solo un abito da indossare la domenica in chiesa e poi a casa lo ripongo nel guardaroba, ma dovrebbe dominare la mia vita:

“Ma glorificate il Cristo come Signore nei vostri cuori. Siate sempre pronti a render conto della speranza che è in voi a tutti quelli che vi chiedono spiegazioni. Ma fatelo con mansuetudine e rispetto”. (1 Pietro 3:15-16a)

Si tratta di essere sempre pronti, anche se questo spesso non è così facile come sembra.



Ritengo importante l'enfasi sull'essere mansueti. Quante volte abbiamo conosciuto delle persone che sono state talmente tanto assediate che non volevano sapere più niente della fede!

Punto interrogativo o esempio

Quando raccontiamo alle persone di più di noi e della nostra fede, veniamo anche osservati di più. Come cristiani nello sport siamo, che ci piaccia o no, fenomeni viventi da osservare, nel caso ideale siamo anche esempi. Alcuni ci invidiano per la nostra fede. Per altri, la nostra fede è troppo restrittiva. Per loro fede significa dieci comandamenti: “Devi, non devi, dovresti...”

Vivere le mie priorità

Quando passo dalla mia chiesa all'associazione sportiva, entro nel “mondo”. Trovo criteri diversi da quelli della chiesa. Non posso sperare di trovare tanta tolleranza, accoglienza e rispetto come in un ambiente cristiano. A meno che non sigilli gli occhi e le orecchie, vedrò e sentirò delle cose, che forse non riuscirò ad accettare. Me lo devo aspettare sicuramente. Ecco un versetto della Bibbia che lo dice:

“Vi esorto dunque, fratelli, per la misericordia di Dio, a presentare i vostri corpi in sacrificio vivente, santo, gradito a Dio; questo è il vostro culto spirituale. Non conformatevi a questo mondo, ma siate trasformati mediante il rinnovamento della vostra mente, affinché conosciate per esperienza quale sia la volontà di Dio, la buona, gradita e perfetta volontà” (Romani 12: 1-2)

In tutto ciò che facciamo dovremmo esaminare i nostri obiettivi, cosa conduce al nostro permanere nell'associazione. Dobbiamo ogni volta verificare qual è la volontà di Dio per me e se devo rimanere ancora nell'associazione. L'associazione non deve per me rimpiazzare la chiesa.

Il credente e lo sport

Per lo sportivo: uno sportivo

D'altro canto, ho un grandissimo vantaggio: ho una base in comune con le altre persone dell'associazione, cioè lo sport che facciamo insieme. Ciò è reale, non solo una scusa. A me piace fare sport. Mi importano le persone.

In tutto quello che Paolo faceva per gli altri, una cosa gli importava molto:

“Qual è dunque la mia ricompensa? Questa: che annunciando il vangelo, io offra il vangelo gratuitamente, senza valermi del diritto che il vangelo mi dà. Poiché, pur essendo libero da tutti, mi sono fatto servo di tutti, per guadagnarne il maggior numero; con i Giudei, mi sono fatto giudeo, per guadagnare i Giudei; con quelli che sono sotto la legge, mi sono fatto come uno che è sotto la legge (benché io stesso non sia sottoposto alla legge), per guadagnare quelli che sono sotto la legge” (1 Corinzi 9: 18-20)

Dunque, lui provava ad adattarsi a più persone possibile, senza perdere mai di vista l'obbiettivo:

“Con i deboli mi sono fatto debole, per guadagnare i deboli; mi sono fatto ogni cosa a tutti, per salvarne ad ogni modo alcuni. E faccio tutto per il vangelo, al fine di esserne partecipe insieme ad altri.” (1 Corinzi 9:22b-23)

Dobbiamo essere “sportivi per gli sportivi” per guadagnare i nostri compagni di sport. Io sto davanti al tavolo di ping pong perché mi piace giocare e posso realizzare un talento. Otterrò sicuramente la fiducia dei miei colleghi e avversari solo se mi piacciono davvero come persone. Anche se non dovessero mai prendere una decisione per Cristo. Ciò mi toglie il peso di dover fare qualcosa per Dio. E proprio in questo modo Lui mi potrà usare al meglio – custodito e guidato da Lui.

Usare il mio talento per la gloria di Dio

I doni che Dio mi ha dato sono importanti. Voglio usarli per la sua gloria. L'ex portiere della squadra nazionale tedesca di hockey su ghiaccio, Karl Friesen, una volta disse che voleva giocare come se Dio fosse il suo unico spettatore. In questo modo ha servito sua squadra nel modo migliore, perché poteva dare il massimo. Questa concentrazione su Dio come spettatore e sulla Sua gloria non solo fa del bene alla mia prestazione sportiva, ma anche a tutta la squadra. La qualità dell'allenamento e della competizione così non dipendono più tanto dall'opinione che avranno l'allenatore o altri su di me. A tal proposito, si potrebbe citare il versetto:

“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)

Parliamo delle questioni che dovrei chiarire con me stessa e con Dio.

Cose che dovrei chiarire:

- Cosa vuole Dio da me? Qual è la Sua strada per me?
- Dovrei essere membro di una chiesa cristiana o di un gruppo biblico sportivo. Questo ha importanza fondamentale. Lì ho il sostegno spirituale e posso esprimere le mie esperienze.
- Ho abbastanza tempo per l'impegno in un'associazione sportiva?

Cosa dice la chiesa della mia attività in un'associazione sportiva?

Questo dipende sicuramente dall'intensità con la quale eseguo lo sport. Da questo dipende quanto tempo posso spendere in chiesa.

Molti sportivi praticano per la salute o per il divertimento. Sportivi di altissimo livello invece sono sottomessi al principio del rendimento: non possono allenarsi, devono, se vogliono andare avanti. Fra i due estremi, ci sono gli sportivi di alto livello, che si allenano intensamente, per i quali però è più importante il rendimento personale. Già per loro può essere difficoltoso combinare sport e chiesa. Ciò è molto più facile per sportivi normali. Per gli sportivi di altissimo livello spesso è praticamente impossibile, perché spesso sono in viaggio e guadagnano anche lo stipendio con lo sport.

In ogni caso, la chiesa dovrebbe sapere del mio impegno nell'associazione sportiva. Questo ha molti vantaggi, perché la chiesa mi può supportare, se ritiene la missione sportiva (nel senso spiegato all'inizio) necessaria e vuole promuovere il talento delle persone che ne fanno parte.

- a. Io creo un collegamento con l'associazione locale. I contatti possono essere utili per la chiesa non solo su base missionaria.
- b. La mia chiesa sa quando ho delle competizioni e prega per me.
- c. Sarebbe buono avere una persona di fiducia all'interno della chiesa, o anche fare un discepolato con qualcuno. In questa relazione si può parlare di tutto ciò che mi pesa. E il consigliere spirituale di solito aiuta ad esaminare gli obiettivi, in modo che il mio obiettivo principale, di esser guidato da Dio nella vita e nello sport, rimane fisso davanti a me. Ciò prepara la base per poi testimoniare di Gesù. Nel caso ideale, qualcuno della chiesa viene

alle mie competizioni. Questo mi dà la possibilità di leggere la Bibbia insieme e pregare.

- d. I contatti all'interno della chiesa, la partecipazione ad un gruppo familiare, o ad un gruppo biblico sportivo, mi aiutano anche ad avere comunione con altri credenti, soprattutto quando le competizioni sono contemporanee ai culti domenicali. Da un certo livello in poi, si è obbligati a partecipare alle competizioni, se si vuole avanzare. Il gruppo biblico sportivo ha il vantaggio che i miei pensieri vengono capiti, affiancati e si prega con persone che sono nella stessa situazione.

Ragioni per cui si temono i contatti fra le chiese e le associazioni sportive

- per il pregiudizio che un vero credente non debba andare in un'associazione sportiva
- perché nell'associazione sportiva si è esposti a cattive influenze
- ci si potrebbe confrontare con eccessi di sesso, alcool e droga

Perché faccio sport e sono in un'associazione? Quali sono i miei obiettivi?

- a. Incontro persone che fanno il mio stesso sport. Nella mia chiesa di solito ho contatto con persone credenti, ma voglio parlare di Gesù soprattutto nell'associazione, attraverso la mia vita, le mie azioni e le mie parole.
- b. Solo quando pratico uno sport già intensamente, posso capire cosa è connesso a questo sport e come posso allargare le mie conoscenze e amicizie.
- c. Imparo per la mia vita personale. Vittorie e sconfitte mi fanno crescere anche nella mia vita di fede.

Il credente e lo sport

- d. Per me è importante vivere lo spirito di squadra. Armonie e disarmonie hanno un ruolo importante all'interno di una squadra, forse posso essere un fattore calmante.
- e. Forse posso contribuire affinché la mia squadra si comporti più correttamente.
- f. Nello sport imparo una disciplina che mi aiuta anche nella vita.

Occasioni e possibilità

In questo paragrafo, vorrei descrivere come la mia vita da cristiana si dimostra in pratica nella mia vita associativa di ogni giorno. In questo una cosa è molto importante: io provo a pregare, prima di andare in associazione. Prego Dio di guidarmi e di usarmi. Questo non è facile con tutta la fretta che abbiamo nella vita quotidiana, ma ci rende le cose più semplici. Nel silenzio, davanti a Dio, posso ripetermi i miei obiettivi, ciò che voglio ottenere nell'associazione: essere un'amica per gli altri e farmi guidare da Dio. Gli posso chiedere di darmi le parole giuste.

Come e quando dico agli altri che sono una cristiana?

Io ho avuto le esperienze migliori quando ho messo tutte le carte in tavola subito, appena sono entrata in una nuova associazione. Spesso però era chiaro già da altre cose, come per esempio un adesivo sulla macchina. Così le persone mi facevano delle domande e per me era più facile parlare della fede.

Dall'altro lato non è il caso di dire quando ci presentiamo: "Ciao, mi chiamo XY e sono cristiano." Dovremmo aspettare una situazione opportuna, come detto sopra. Però è meglio non aspettare troppo, perché dopo forse non si ha più il coraggio di dire qualcosa. Il blocco cresce e dopo sembra impossibile parlarne, e dalla paura di essere scoperti partecipiamo a tutto quello che

fanno gli altri. Questo tipo di peso non è voluto da Dio.

Che effetto ho da credente su altre persone?

Una cosa deve essere chiara. Appena uno sa che sono una credente, prova a capire dove mi deve collocare. Anche quelli non hanno mai avuto molto a che fare con la chiesa spesso sanno esattamente come dovrebbe comportarsi un credente. Frequentemente si sente la frase: "Non mi sarei aspettata da te una cosa così." Oppure: "Un credente non dovrebbe fare questo o quell'altro". Perciò dobbiamo stare davvero attenti a cosa facciamo e cosa è meglio evitare.

Quando proviamo a vivere secondo la Bibbia, lasciamo sicuramente delle tracce, fin dall'inizio. In una partita di ping pong, nella quale ricevevo una pallina difficile dopo l'altra e provavo a rimanere calma (che non era facile, ma altrimenti avrei disturbato la mia concentrazione), arrivammo nel tempo supplementare a un 22-21 per la mia avversaria. La palla successiva toccò la rete e arrivò sul mio lato del tavolo esattamente sul bordo e non riuscii a prenderla. Avevo perso il set. Il commento della mia avversaria fu: "E ancora non si arrabbia." Dopo la partita, riuscii a parlare con lei.

Altre volte, mi è capitato che una persona è venuta da me dopo un'esperienza e mi ha chiesto la mia opinione e un consiglio. In molti casi, abbiamo la possibilità di raccontare di più di noi stessi e della fede.

Quali possibilità ho di richiamare l'attenzione sulla mia fede?

- a. La più importante: viverla, voler aiutare, servire e amare le persone;
- b. Adesivi sulla borsa, la macchina etc.
- c. Indossare magliette, pantaloni, etc durante l'allenamento o la competizione con una frase cristiana.
- d. Con le relazioni interpersonali:
 - a. Discorsi personali
 - b. Regalare Bibbie o Nuovi Testamenti (sportivi) agli avversari o ai compagni
 - c. fare una riflessione o un piccolo racconto durante il programma della festa natalizia dell'associazione;
 - d. Invitare i compagni in chiesa o a eventi cristiani
 - e. Invitare compagni a casa
 - f. Invitare compagni a seminari cristiani sullo sport
 - g. Offerta di aiuto in situazioni d'emergenza
 - h. Offerta di un discorso personale, quando sembra necessario (ad una condizione: il nostro interlocutore ci accetta come persona)
 - i. Piccoli servizi e favori (Attenzione: dobbiamo riconoscere quando è ora di dire di no, perché c'è il rischio di essere sfruttati)

Da credente vivo secondo i parametri della Bibbia e non posso approvare tutte le cose all'interno dell'associazione: come mi vedono poi gli altri?

In tutte le cose è importante avere una linea chiara. Ciò non significa che devo parlare male di tutto e tutti! Spesso mi è stato di aiuto semplicemente tacere. In altri casi, ho fatto delle

domande per capire perché una persona la pensa in un certo modo e non in un altro. Questo ha spesso portato a qualche scintilla, dopodiché le persone mi hanno capita e hanno rispettato di più la mia opinione.

La questione diventa più complessa, se sono già un'emarginata, perché in questo caso spesso non mi fanno finire di parlare, oppure ridono di me appena apro bocca.

Da credente non voglio fare certe cose: cosa faccio?

Con questo intendo per esempio parlare male degli altri, cercare il proprio vantaggio, cercare di farsi preferire dall'allenatore, sesso, molto alcol e anche il comportamento durante la partita, se la palla ha appena sfiorato il tavolo...

In queste cose mi comporto come ho detto prima. Cerco di chiarire la mia opinione in modo prudente, prima di prendere una direzione. E' sicuramente importante avvertire in anticipo le persone.

Spesso però è anche difficile avere una posizione chiara. Spesso ci vuole molto coraggio, perché non si vuole sempre sembrare degli alieni. Se uno si distingue troppo, non viene più accettato. E con certe persone non si riesce a fare un discorso serio, perché non ci accettano.

Altre ragioni per non dire niente: abbiamo meno problemi, se lasciamo in pace gli altri. Se non facciamo tutto, ci chiamano intolleranti o guastafeste. Forse ci ostacola anche la nostra personalità. Siamo timidi per natura, ci sentiamo arrendevoli, oppure abbiamo paura di trovarci nuovamente contro qualcosa.

Ma, nonostante ciò, ci dovremmo motivare dentro di noi. Spesso aiuta anche una richiesta di aiuto a Dio: "Signore, Tu vedi questa situazione, per favore aiutami a comportarmi nel modo giusto

Il credente e lo sport

e dammi le parole adatte.” Spesso ho potuto sperimentare che Dio mi aiuta.

Consiglio: Formulate le cose in modo positivo e parlate apertamente con le persone. Non dovrebbe essere mai il caso di dire continuamente: “Siccome sono credente non devo farlo.” Questo crea negli altri l'impressione che un credente ha solo dei limiti e deve dire di no a tutti i piaceri (che in realtà non è così).

Spesso gli altri non hanno idea dei problemi interiori che viviamo, perché loro non sono mai stati in una situazione del genere.

Come mi comporto nei confronti degli emarginati della mia squadra?

Questa non è una domanda facile. In teoria ci sono molti buoni consigli, che però in pratica sono difficili da applicare. Per prima cosa si dovrebbe sicuramente esaminare perché una persona è emarginata, per poi poter agire in modo giusto:

- a. parla sempre e dice molte cose stupide
- b. è sempre in ritardo e non è affidabile
- c. è introverso e non si apre a nessuno
- d. ha il rendimento peggiore della squadra
- e. fa parte di una setta
- f. è straniera
- g. ha problemi mentali
- h. è contro tutti e tutto

Questa lista fornisce sicuramente solo una piccola parte delle possibili ragioni, ma illustra una cosa: ogni “caso” deve essere affrontato in modo diverso. Io spesso mi sono trovata a non poter far altro che guardare e scuotere la testa. Perché si tratta di cose che non si possono cambiare così nell'immediato e che spesso creano dei grossi problemi.

Ma, in ogni caso, dobbiamo accettare la persona così com'è, nonostante sia più facile a dirsi che a farsi. Anche lei è un creatura di Dio e Lui ci ha detto di amare il nostro prossimo come noi stessi (Marco 12:31). In una situazione del genere, spesso mi ha aiutato pregare così:

“Signore, Tu vedi i problemi che ho con XY. Aiutami Tu a reagire nel modo corretto e dammi le parole giuste.” Questo mi aiuta a non dover affrontare i problemi da sola e a sapere che Dio conosce la situazione e mi può aiutare. Il Signore mi può anche togliere la rabbia che ho verso quella persona.

Come tratta gli emarginati la mia squadra? Spesso li prende in giro. Gli emarginati diventano degli zimbelli. Da credente dovrei provare a non fare la stessa cosa. Però, è spesso difficile, perché la conseguenza può essere che gli altri ci ritengano dalla parte dell'emarginato e perciò ci trattino allo stesso modo.

Sport la domenica

Questo, soprattutto fra i credenti, è un argomento molto discusso. Alcuni credenti si oppongono chiaramente a fare sport la domenica. Altri hanno tutte le competizioni la domenica e non potrebbero giocare in squadra. Loro scelgono la competizione.

Riflessioni sulla domenica

Nella storia della creazione Dio introduce un giorno di riposo per la ricreazione dell'uomo. Molto prima del popolo Israele, della santificazione del sabato nella legge e della domenica per il cristiano. Perciò si tratta di un ordine creazionale. Questo comandamento riguarda la natura e la forza dell'uomo, e l'aiuto che Dio gli ha dato per sopravvivere.

Molto più tardi i Giudei assicurano quest'ordine nel comandamento mosaico della santificazione

del sabato. Gesù però era contro la riduzione legalistica dell'osservanza del sabato mal interpretata. "Il sabato è stato fatto per l'uomo e non l'uomo per il sabato"(Marco 2:27) Allora non si sarebbe neanche dovuto aiutare i malati.

Per i Giudei, Dio era trovabile soprattutto nel tempio. Per noi Cristiani, Gesù è il mediatore fra l'uomo e Dio. Possiamo andare da Lui in ogni momento. Non siamo obbligati ad andare in chiesa per parlare con Dio. Possiamo farlo sempre e dappertutto, ovviamente anche nella chiesa.

Perché allora i cristiani festeggiano la domenica?

La domenica è il primo giorno della settimana e il "giorno del Signore", perché Gesù è risuscitato la domenica di Pasqua. I primi cristiani non avevano alcun giorno di riposo (quindi neanche la domenica), perché per i Romani non era uso. Solo nel quarto secolo dopo Cristo, venne introdotto il giorno festivo di domenica. Ma era comunque permesso fare dei lavori leggeri. Solo nel 1870 venne tolto l'obbligo di lavorare la domenica per i servizi pubblici in Germania.

In Germania la domenica è un giorno di riposo per legge. Anche gli eventi sportivi che hanno degli spettatori non devono iniziare prima delle 11.00, tranne quando si ha un permesso eccezionale.

Un giorno particolare

La domenica festeggiamo la risurrezione di Gesù e possibilmente dovremmo avere un giorno di riposo. Dio si prende cura di noi, perciò ci possiamo tranquillamente riposare un giorno.

Freitag Friday Vendredi Viernes	Samstag Saturday Samedi Sábado	Sonntag Sunday Dimanche Domingo
2	3	4
9	10	11
6	17	18
3	24	25
0	31	baseball championship

I primi Cristiani dovevano lavorare quel giorno e si ritrovavano (spesso a rischio della vita) per festeggiare il culto insieme.

La ragione, perché noi cristiani ci troviamo la domenica, è tra l'altro, che vogliamo ascoltare la Parola di Dio e vogliamo farci fortificare dal Signore per la nuova settimana. Perciò spesso riteniamo molto importante per noi stessi essere presenti al culto. Se questo non è possibile per ragioni sportive, dovremmo informare gli anziani di chiesa. (Ma mai con un alibi del tipo: "Faccio sport solo perché voglio evangelizzare". No, sono lì, perché sono uno sportivo.) La fortificazione e il riposo sono possibili anche in altri giorni. Già solo per ragioni sportive è consigliabile un giorno di ricreazione.

Se diamo notizia durante il culto e in altri occasioni sui nostri risultati sportivi e come la nostra attività sportiva influenza il mondo dello sport, questo assume valore:

- Sono una propaggine della chiesa nell'ambito sportivo.
- Posso dare delle informazioni regolarmente oppure, più spesso, mi viene chiesto come sono andate le mie competizioni.
- Membri di chiesa iniziano ad accompagnarmi in preghiera e sono ancora più interessati a sapere "com'è andata."

d. Il caso ideale è quando si prega, per esempio anche durante il culto, che la volontà di Dio sia fatta durante la partita e nei vari episodi.

e. Al contrario, sta a me crearmi lo spazio all'interno dell'associazione per poter andare in chiesa quando ci tengo. Anche se a volte è a costo di un allenamento, etc.

Culto significa anche servire Dio ogni giorno. Dovremmo fare tutto quello che facciamo nel Nome del Signore Gesù Cristo (Colossesi 3:17)

Come dare la mia testimonianza in modo appropriato?



Di Helfmfried Riecker

Testimonianza personale

Lo scopo di dare la mia testimonianza personale è quello di raccontare al mio prossimo che cosa Cristo ha fatto per me nella mia vita. Nel libro degli atti nel 26° capitolo leggiamo come l'apostolo Paolo dà la sua testimonianza. Leggi Atti 26 e rispondi alle seguenti domande con LE TUE PAROLE.

“TESTIMONIANZA”: Un'affermazione o una conferma di un fatto davanti ad un tribunale che dà prove o conferme. Una dichiarazione pubblica delle proprie esperienze.

“TESTIMONE”: Una persona che ha visto qualcosa o sa qualcosa e perciò è competente per deporre.

1. Descrivi in breve la vita dell'apostolo Paolo prima dell'incontro con Gesù. (Atti 26: 4-11).

2. Descrivi la tua vita prima dell'incontro con CRISTO GESÙ.

3. Descrivi le circostanze della conversione dell'apostolo Paolo. (Atti 26: 12-18).

4. Descrivi le circostanze della tua conversione. Se non ti ricordi il giorno o il luogo, descrivi semplicemente il giorno in cui hai capito l'importanza del tuo rapporto con Dio .

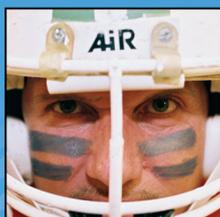
5. Cita i versetti biblici, a cui ti sei appoggiato quando ti sei affidato a GESU CRISTO come tuo Salvatore, o altri versetti che oggi sono importanti per te come sicurezza della tua salvezza.

6. Descrivi il cambiamento nella vita dell'apostolo Paolo. (Atti 26: 19-23).

7. Descrivi i cambiamenti che Gesù Cristo ha operato in te.

8. Descrivi l'appello dell'apostolo Paolo ad accettare Cristo. (Atti 26: 25-29).

9. Descrivi un appello che potresti usare tu per incoraggiare i tuoi interlocutori ad affidare la loro vita a GESU' CRISTO.





Il cristiano e lo sport

SRS
Für Sport. Für Menschen. Für Gott.