

OLTRE LA FRENESIA GIORNALIERA

Utilizzato con permesso di Discipleship Journal e di NavPress. Copyright © 1997. Tutti i diritti riservati.
Per ulteriori informazione o per ordinare la rivista in Inglese, visita www.discipleshipjournal.com.

Che cos'è che rende la vita così frenetica?

1. Rifletti un momento su una recente giornata frenetica. Elenca gli eventi e circostanze che portavano a renderla così sovraccarica.
2. Quali altri fattori nel tuo stile di vita o nella cultura contribuiscono alla sensazione che la vita sia troppa frenetica?
3. Come tendi a reagire quando hai troppo da fare e troppo poco tempo?



Non sei solo

4. Marco 6:30-56 descrive un segmento nella vita di Gesù che dura più o meno 24 ore. Quali frasi descrivono quanto era impegnato?
5. Quali erano le Sue soluzioni ad una giornata così impegnativa?
6. Come descrive Gesù la condizione di tanti credenti in Matteo 11:28-30?
7. Quali cose nella tua vita ti portano a essere affaticato e stanco?
8. Quale invito Gesù offre in Matteo 11:28-30?

[NB: Un giogo distribuisce un peso e quindi fa sì che un bue possa gestire carichi più pesanti con meno fatica.]

9. Quale promessa fa Gesù a chi accetta il Suo invito?
10. In quali modi specifici puoi rispondere all'invito di Gesù di "venire a Me"?

Mentre rispondi a questa domanda, prova a non aggiungere soltanto più attività alla tua vita già sovraccarica. Considera come potresti ottimizzare brevi lassi di tempo già a tua disposizione. Ad esempio, potresti rispondere: "Mentre vado al lavoro questa settimana, ascolterò la musica d'adorazione invece di ascoltare la radio politica."

È una questione di priorità

La molteplicità di impegni nelle nostre vite sembra richiedere una molteplicità di priorità. Siamo costretti a prioritizzare fra tutte le necessità della famiglia, della carriera, della manutenzione della casa, della salute, della chiesa, ecc. Alcune priorità ci vengono imposte, come il rinnovo della patente di guida. Altre priorità rispecchiano i nostri valori e bisogni.



11. Considera come passi il tuo tempo. Che cosa dice il tuo utilizzo del tempo circa i tuoi valori? Che cosa dice dei tuoi bisogni?
12. In Marco 12:28, una persona molto religiosa ha posto una domanda a Gesù sulle priorità. Che cosa voleva sapere?
13. Com'è che Gesù gli ha risposto (vedi i versetti 29-31)?
14. Elenca alcune attività che dimostrano l'amore per Dio?



Elenca alcune attività che dimostrano l'amore per il tuo prossimo?

15. Quale altra informazione ti dà il passo in Matteo 6:25-33 sul punto di vista di Gesù sulle priorità?
16. Molte delle tue priorità possono essere in linea con l'insegnamento di Gesù. Alcune avranno bisogno di un'attenta valutazione. Quali cambiamenti vorresti fare alla luce di Matteo 6:25-33 in come utilizzi il tuo tempo e le tue energie?

Sai quando smettere

17. Che cosa ha fatto Dio in Genesi 2:2-3 che noi falliamo spesso di fare?
18. Un sabato biblico offre l'opportunità di smettere, è il tempo in cui puoi cessare di lottare. Immagina un giorno in cui tu veramente "cessi di lottare". Descrivi come sarebbe quella giornata.
19. Se è da tanto tempo che non sperimenti un vero sabato, forse vorrai impegnarti proprio ora a seguire l'esempio di Dio entro i prossimi sette giorni. Forse vorresti completare questa frase: "Dichiaro _____ (un giorno specifico) essere il mio sabato, un giorno in cui cesserò di lottare e godrò il riposo di Dio."



*"Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo.
Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me,
perché io sono mansueto e umile di cuore;
e voi troverete riposo alle anime vostre;
poiché il mio giogo è dolce e il mio carico è leggero".*

- Matteo 11:28-30