

Aprile - Giugno 2008

# La Buona Notizia

**Dov'è  
mio papà?**

La presenza di un buon padre, naturale o adottivo, fa una grande differenza.  
Sei un genitore single? educare bene i tuoi figli è possibile!  
Come ridare speranza ai figli dei genitori divorziati.  
Scopri la meditazione efficace.

**Direttore responsabile:**

Carmelo Anastasi.

**A questo numero hanno collaborato:**

Carmelo Anastasi, Jerold Aust, Don Hooser, Cecil Maranville, Gary Petty, John Ross Schroeder, Mario Seiglie.

**Consiglio di Amministrazione Nazionale:**

Direzione pastorale: Carmelo Anastasi.  
Consiglieri pastorali: Angelo Di Vita  
Consiglieri laici: Vincenzo Alfieri, Sal Anastasi.

**Redattore estero:** Scott Ashley.

**Arte grafica:** Delia Anastasi, Shaun Venish.

**Stampa:**

Cromografica Europea - Rho (Milano).

**Sedi legale, amministrativa e redazionale:**

Via Comonte 14/G - 24068 Seriate (Bergamo), Italy.

**Autorizzazione:**

Reg. n° 37 del 30 Settembre 1995 - Tribunale di Bergamo (I).

**Editrice:**

Chiesa di Dio Unita

**La Buona Notizia** è pubblicata dalla Chiesa di Dio Unita, un ente italiano registrato e residente in Italia, senza scopi di lucro, con identità cristiana e amministrazione nazionale autonoma. Alcuni pastori della Chiesa di Dio Unita operano in associazione con la UCGIA (United Church of God, an International Association), un ente registrato e residente negli USA, Box 541027, Cincinnati, OH 45254-1027. Amministratori responsabili all'estero sono: Robert Berendt, Aaron Dean, Robert Dick, Bill Eddington, Jim Franks, Roy Holladay, Clyde Kilough, Victor Kubik, Richard Pinelli, Larry Salyer, Richard Thompson, Leon Walker.

**Questa rivista non è in vendita**, secondo l'istruzione di Gesù Cristo, il quale ha detto: «*Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date*» (Matteo 10:8). Questa rivista è pubblicata allo scopo di promuovere i valori, i principi e la cultura del Cristianesimo originale, mediante una diffusione pacifica del Vangelo di Gesù Cristo in Italia e nel mondo.

**Per abbonamenti o informazioni:**

Tel/fax: 035.452 35 73

Cellulare: 338 409 79 19

E-mail: info@labuonanotizia.org

Scrivere a: La Buona Notizia, C.P. 187 - 24121 Bergamo (I)

Nota: Rinnovare l'abbonamento gratuito ogni anno, preferibilmente entro il 31 dicembre.

**Riservatezza:** Potete chiedere la variazione o cancellazione dei vostri dati in qualsiasi momento secondo la legge.

**Consulenza:** Potete richiedere e ricevere un'assistenza gratuita per lettera, per telefono oppure via email. Potete anche ricevere gratuitamente un colloquio personale con uno dei nostri pastori al vostro domicilio o nella vostra città, oppure presso una delle nostre sale di convegno. I nostri pastori ordinati e i loro assistenti autorizzati offrono gratuitamente la loro consulenza spirituale a tutti coloro che ne fanno richiesta a livello individuale o collettivo.

**Riservatezza:** Potete chiedere la variazione o cancellazione dei vostri dati in qualsiasi momento secondo la legge.

**Come è stato possibile gratuitamente?** Quest'opera internazionale è resa possibile grazie al sostegno volontario di quei nostri affezionati lettori e lettrici, e dei membri della Chiesa di Dio Unita, i quali, motivati dalla santa chiamata di Dio, decidono di contribuire alla diffusione degli insegnamenti di Gesù Cristo e della proclamazione dell'Evangelo del Regno di Dio in Italia e nel mondo (Matteo 24:14).

**Il vostro sostegno volontario** è accolto con gratitudine; potete inviarlo in forma di assegno o vaglia non trasferibile, oppure mediante bollettino di conto corrente postale, al seguente indirizzo:

15043243

Da intestare a: **LA BUONA NOTIZIA**  
Casella Postale 187  
24121 Bergamo, Italia

Comunicare per tempo l'eventuale cambio d'indirizzo.

## Dove è finito mio papà?

*Un'epidemia devastante sta spezzando i cuori e i sogni di tanti figli: si manifesta con la scomparsa quotidiana della tanto indispensabile figura paterna.....3*



**Naturale o in adozione:**  
*la figura paterna fa la differenza! Le ricerche hanno dimostrato che i figli cresciuti senza una figura paterna tendono ad avere meno stabilità e a sentirsi più insicuri. Ma questo circolo vizioso può essere spezzato per recuperare stabilità e sicurezza.....9*



## Sei un genitore single? Educare bene i tuoi figli è possibile!

*Molte persone oggi sono colpite dall'epidemia di separazioni e divorzi. Come diventare un buon genitore anche se si è soli nella crescita dei figli?.....12*



## Ridare speranza ai figli dei genitori divorziati

*Ogni anno milioni di bambini subiscono il trauma del divorzio dei genitori, senza contarne tanti altri che lo hanno già vissuto con conseguenze più o meno gravi. Com'è possibile aiutarli? Ce lo spiega una persona che ha sofferto lo stesso dolore.....15*

## Meditazione: Che genere di pensieri coltivate?

*La Bibbia ci istruisce riguardo agli strumenti che possiamo usare al fine di crescere spiritualmente e costruire il nostro rapporto con Dio. In questo articolo esaminiamo l'importanza dei pensieri e della meditazione spirituale....17*





# Dov'è finito mio papà?

Un'epidemia devastante sta spezzando i cuori e i sogni di tanti figli e si manifesta con la scomparsa della tanto indispensabile figura paterna.

**N**on appena sentirono la porta di casa aprirsi, le bambine fecero un salto e iniziarono a gridare, «È arrivato papà, è arrivato papà!» Non sedevano più tranquillamente con la mamma, i loro cuori battevano forte, gli occhi erano spalancati nell'attesa di poter finalmente giocare con papà.

Lui le prese subito in braccio facendole agitare e ridere e giocando a fare l'orso cattivo. La madre sedeva accanto a loro sorridendo compiaciuta, pronta a calmarli in caso il gioco fosse diventato troppo brusco.

Chi avrebbe mai pensato che questo quadretto familiare sarebbe un giorno scomparso?

## La scomparsa dell'unità familiare

Tristemente, in molti paesi sempre meno bambini crescono con accanto entrambi i loro genitori. Secondo le ultime statistiche, nel mondo occidentale, soltanto il 33

per cento dei bambini raggiunge i 18 anni di età con entrambi i genitori biologici.

In un suo testo, lo storico in materia sociale David Blankenhorn sostiene che la perdita del padre è la tendenza più deleteria di questa generazione, la causa principale del declino del benessere del bambino in questa società, nonché il motore che muove i problemi sociali più problematici, dal crimine alla gravidanza in età adolescenziale, dall'abuso sessuale sui minori alla violenza domestica sulle donne.

Con un tasso di divorzi di poco inferiore al 50% e una conseguente percentuale in costante aumento di nuclei familiari gestiti da un unico genitore, non sorprende che solo un numero molto basso di giovani vive ancora con entrambi i genitori. Solitamente è il padre ad abbandonare la famiglia e a lasciare che la madre si occupi da sola della crescita dei figli, una condizione decisamente a discapito dei figli stessi.

Quanto è importante il ruolo del padre nella crescita dei figli? Nuovi studi hanno evidenziato che i padri, ai quali normalmente non è data

tanta importanza quanto alle madri in materia di crescita dei figli, in realtà giocano un ruolo fondamentale nell'educazione e nel futuro dei loro figli. Questa ricerca sottolinea sorprendentemente gli stessi principi scritti nella Bibbia! Analizziamo alcuni passaggi.

**«...Padri, non provocate ad ira i vostri figliuoli, ma allevateli in disciplina e in ammonizione del Signore»  
(Efesini 6:4)**

La Bibbia descrive il padre ideale come una persona che si dedica con attenzione e tenerezza alla crescita ed educazione dei suoi figli. Certo, le tattiche maschili di educazione dei figli includono giochi un po' bruschi che infastidiscono e causano ansia alla madre, responsabile della pace e dell'ordine domestici. Tuttavia, questa "risosità" gioca un ruolo molto importante nello sviluppo delle capacità sociali, fisiche e intellettuali del bambino in ambiente scolastico e non solo.

Kyle Pruett, psichiatra infantile dell'Università di Yale, afferma che

lo sviluppo sociale, fisico e intellettuale del bambino trae un enorme beneficio dal coinvolgimento della figura paterna, elemento riscontrabile già dal primo anno di vita e continua anche dopo l'età adolescenziale.

Il dr. Pruett spiega che a otto anni, i bambini sono in grado di discernere l'approccio della madre da quello del padre. Quando la mamma si avvicina al bambino, il battito cardiaco e il respiro del piccolo rallentano e si regolarizzano, le spalle si rilassano e le palpebre si abbassano, perché «la mamma è qui, si mangia!» Quando invece si avvicina il papà, battito cardiaco e respiro accelerano, le spalle si inarcano, gli occhi si spalancano e si illuminano, perché «il papà è qui, si gioca!»

La giocosità del padre aiuta il figlio a sviluppare le capacità motorie, la coordinazione mani-occhi, l'equilibrio e la fiducia. Ricordo quando insegnavi alle mie quattro figlie ad andare in bicicletta, a sciare o a divertirsi praticando altri sport. Amavano in modo particolare inventare giochi come il giro in elicottero, ovvero le facevo girare velocemente sui miei piedi come le eliche di un elicottero o al vulcano, facendole scivolare dalle mie ginocchia sul loro letto. Queste attività hanno creato fra noi un legame inscindibile che le ha aiutate ad affrontare le paure legate a nuove sfide.

Alcuni studi dimostrano che questo genere di giochi chiassosi e movimentati aiutano i bambini a sviluppare esperienze sociali ed emotive che li preparano al mondo scolastico. Per esempio, imparano a essere sicuri, a rispettare il proprio turno e a diventare un esempio per gli altri. Il dr. Ross Parke, professore di psicologia e autore di un testo sulla paternità, sostiene che i ragazzi che imparano queste prime forme di interrelazione sociale dai loro padri, si relazionano meglio con i loro coetanei.

Al contrario, la mancanza di una figura paterna tende a rendere i ragazzi più passivi e timorosi. Alcune ricerche indicano che è la

vicinanza sentita dal bambino nei confronti del padre ad essere più presumibilmente associata a una vita positiva 25 anni dopo.

Secondo Pruett, i bambini molto legati al padre hanno il doppio delle possibilità di chi non lo è di frequentare l'università o trovare un impiego stabile dopo la scuola superiore, il 75% di probabilità in meno di avere un figlio in età adolescenziale, l'80% di probabilità in meno di andare in carcere e il 50% di probabilità di soffrire di sintomi depressivi.

I ricercatori inoltre hanno scoperto che «sia i figli maschi che le figlie femmine di padri appartenenti al gruppo di studio avevano doti verbali di livello superiore» con un QI dei maschi «associato positivamente all'educazione del padre, (risposta emotiva e comportamentale adeguata alle necessità del figlio) e, invece associato negativamente alla severità disciplinare del padre.

I ragazzi con padri attenti all'educazione dei propri figli hanno avuto maggior successo di quelli con padri meno presenti ad eccezione dei casi in cui il padre è stata una figura severa, autoritaria e disciplinare. Ad ogni modo, nonostante la disciplina abbia un giusto ruolo, quando diventa troppo severa e insopportabile, come ci insegna la Bibbia, porta a risultati negativi.

### **«Figlio mio, sta' attento alla mia sapienza e saggezza» (Proverbi 5:1).**

Le madri normalmente danno affetto e conforto mentre i padri amano insegnare e mostrare ai propri figli il mondo che li circonda. Quando una mamma prende in braccio il figlio, per esempio, il piccolo è sempre rivolto verso di lei mentre i papà tengono il bambino con il volto verso l'esterno affinché possa esplorare ciò che gli sta attorno. Il padre deve essere molto presente affinché il figlio non sia troppo assorbito dal mondo materno.

Secondo il dr. Pruett è proprio nei primissimi anni di vita che il padre gioca il ruolo più critico in

## **Che cosa accade quando manca il padre?**

**S**empre più bambini crescono senza un padre. Secondo alcune recenti statistiche circa un bambino su quattro cresce senza un padre e la metà in un nucleo familiare gestito da un solo genitore. Questo significa che le madri che crescono i figli senza il sostegno di un padre sono destinate a fallire?

Assolutamente no, secondo l'autorevole opinione del dr. Kyle Pruett, è però indispensabile incoraggiare le madri singole ad avviare una relazione con un uomo che possa in qualche modo diventare un padre adottivo affettuoso per i suoi figli. E' possibile però che i figli stessi desiderino avere accanto una figura paterna, pertanto è importante che queste madri non si facciano influenzare da esperienze passate e vissute dolorose, ma lascino eventualmente la porta aperta a una possibile relazione con un uomo che possa anche essere un padre.

Madri singole, divorziate o vedove con figli devono affrontare sfide difficili, ma molte di loro riescono a educare figli meravigliosi superando costantemente molte difficoltà; i bambini che vivono senza un padre sono infatti più inclini alla depressione rispetto a quelli che hanno accanto una figura paterna; rischiano più degli altri di andare male a scuola e di abbandonare gli studi, di essere più violenti. Molti finiscono con il drogarsi e partecipare ad attività delinquenti. Alcuni tentano (talvolta con successo) il suicidio e sono ad alto rischio di diventare a loro volta genitori adolescenti.

Ecco alcuni suggerimenti per aiutare le madri singole a superare le difficoltà:

- Non cercare di essere tutto per tuo figlio, fai semplicemente del tuo meglio.
- Identifica modelli maschili, fratelli, padri, nonni, figure maschili importanti all'interno della tua famiglia originale ed amici volenterosi di aiutare i tuoi figli in determinate situazioni.
- Coinvolgi i figli in attività gestite da bravi uomini, così che riescano ad assorbire atteggiamenti e condotte maschili positivi.
- Non svilire il ruolo dell'uomo in generale semplicemente sulla base di esperienze negative avute con gli uomini.
- Incoraggia attivamente l'interesse del bambino verso la figura maschile.
- Sforzati di avere un rapporto positivo con gli uomini così che i tuoi figli traggano i benefici di una corretta mascolinità.
- Circondati di tutto il sostegno possibile, emotivo, fisico, sociale e spirituale.
- Sii positiva, non lasciare che la solitudine, l'amaressimo e l'isolamento prendano piede.

Tutti noi dovremmo aiutare donne vedove o madri singole ed orfani di padre) ad affrontare difficoltà fisiche e emotive. Come la Bibbia afferma in Giacomo 1.17, «La religione pura e immacolata dinanzi a Dio e Padre è questa: conservarsi puri dal mondo e visitare gli orfani e le vedove nelle loro afflizioni». **BN**

tutta la vita del figlio: deve aiutare il piccolo a separarsi in maniera sicura dall'intensa dipendenza materna legata all'infanzia.

Per quanto sana sia la dipendenza del neonato dalla sua mamma, non sperimenterà o metterà mai in pratica le proprie capacità se non si sforza di trovare la propria autonomia fisica ed emotiva. In questo mondo, il padre è una guida esperta.

Papà impegnati attivamente, che lasciano i propri figli esplorare il mondo esterno e insegnano loro le meraviglie che li circondano, li aiuteranno a sviluppare curiosità e autostima. I bambini che hanno avuto una figura paterna ben presente nei primi 18-24 mesi di vita saranno più sicuri di chi non l'ha avuta e sapranno affrontare la vita con forza e interesse. Tenderanno a essere più curiosi e meno esitanti o timorosi, soprattutto di fronte a stimoli nuovi e inconsueti.

Queste doti esplorative si svilupperanno poi a scuola e a lavoro. Le persone curiose, socialmente attive, che non temono di provare nuove sfide riusciranno ad eccellere più facilmente senza fermarsi davanti a nuovi ostacoli. Dopotutto, hanno già imparato dal padre ad affrontare il mondo reale, a superare le frustrazioni e a gestire la vita per conto proprio.

Il dr. Parke afferma che il padre può influire sull'andamento scolastico del figlio, sulla preferenza di una materia rispetto a un'altra e persino sul tipo di lavoro che sceglierà. Il fatto che un bambino preferisca leggere o odi la matematica o aspiri ad essere un fisico o un ingegnere piuttosto che un critico letterario è influenzato dal comportamento, l'incoraggiamento e l'atteggiamento paterno.

I risultati di alcuni studi condotti negli anni '60 relativi all'influenza dei padri sui propri figli hanno sorpreso i ricercatori stessi. Uno in particolare ha dimostrato che il tempo che il padre dedica alla lettura insieme al figlio è un elemento indicatore delle capacità intellettuali di quest'ultimo, in particolare delle doti verbali delle figlie femmine. Lo stesso studio non ha riscontrato gli stessi effetti nel caso delle madri dedite alla lettura insieme ai

figli, il che indica l'instaurarsi di qualcosa di unico e speciale nel momento in cui il padre legge insieme al figlio.

Donne come Margaret Thatcher e Indira Ghandi, rispettivamente ex primi ministri del Regno Unito e dell'India, hanno dichiarato di essere state fortemente influenzate e incoraggiate dai rispettivi padri nella carriera accademica e politica.

Un altro ruolo importante in cui i padri si distinguono riguarda l'insegnamento spirituale e dei valori morali. Quando il padre è un buon modello di moralità, i bambini rispettano di più entrambi i genitori. Se il padre definisce regole giuste e un ambiente di gioco sereno in cui i bambini possono crescere, questi ultimi tendono a essere più obbedienti, mentre quando sono le madri a stabilire le regole, i figli tendono a ribellarsi maggiormente.

Secondo il dr. Pruetz, i figli di padri che hanno avuto maggiore responsabilità nel definire limiti, disciplina e hanno aiutato i propri figli a risolvere problemi personali o a svolgere compiti scolastici, hanno raggiunto un punteggio superiore all'interno di uno studio in fatto di empatia, provando sentimenti di simpatia e compassione verso gli altri. L'assenza della figura paterna è direttamente legata alle difficoltà che il bambino riscontra nell'autocontrollo.

Quando Dio unì in matrimonio Adamo ed Eva, i primi due esseri umani, disse loro di moltiplicarsi e riempire la terra. Dio aveva progettato il nucleo familiare in modo tale che i figli crescessero fra due genitori che avrebbero agito in quanto poli opposti, maschio e femmina.

Il figlio sarebbe quindi stato al centro di questa unione, ricevendo ugual supporto da entrambi i genitori. Un'analogia potrebbe essere quella di una palla di metallo sospesa fra due poli magnetici. In maniera simile, ogni genitore, padre o madre, esercita la sua influenza così che il figlio cresce sviluppando una personalità completa e equilibrata.

Quando entrambi i genitori sono presenti attivamente nella vita dei propri figli, garantiscono a questi ultimi una crescita bilanciata e

matura. Leggiamo di seguito alcune scoperte:

- I bambini desiderano fortemente la vicinanza del padre e sono nati con un istinto naturale che li spinge a cercare e a mettersi in contatto con la figura paterna.

- Il padre ha la capacità naturale o l'istinto di rispondere al desiderio del proprio figlio di mettersi in contatto con lui.

- L'intensità con cui un uomo o una donna ama il proprio figlio è identica.

- Ogni figlio è amato in maniera unica dal padre e dalla madre.

- Il desiderio di sentirsi legati al proprio figlio per tutta la vita è lo stesso sia per il padre sia per la madre, sebbene sia espresso in maniera differente.

- Padri e madri sono ugualmente in grado di interpretare gli atteggiamenti comportamentali del proprio figlio.

- Padri e madri sono ugualmente ansiosi nel lasciare il proprio figlio alle cure di qualcun altro.

- Con l'eccezione dell'allattamento, non c'è alcuna prova che la donna sia biologicamente più predisposta dell'uomo ad essere un genitore migliore.

- Gli uomini che sono diventati padri presenti e partecipi nella vita dei figli hanno una maggior capacità di capire se stessi e gli altri.

- Un padre profondamente coinvolto nelle esperienze dei propri figli ottiene risultati benefici anche sulla sua salute.

- La presenza del padre alla nascita del figlio è uno dei fattori più importanti che contribuisce a proteggere il neonato da possibili complicazioni durante il parto ed eventuali malattie o traumi.

- L'amore del genitore, se eccessivo, è una forma di egoismo.

Una cosa incoraggiante nella società occidentale è l'attuale tendenza da parte di un crescente numero di coniugi non separati a voler condividere la gestione fisica ed emotiva dei figli nonché le responsabilità e le decisioni. Invece di lasciare che sia sempre e solo la madre ad occuparsi della crescita dei figli, ora sempre più padri vogliono partecipare attivamente.

In uno studio a lungo termine

condotto su coppie sposate da poco tempo a cui era stato chiesto di elencare in ordine di importanza alcuni valori all'interno del matrimonio, la condivisione della crescita dei figli è passata dalla posizione numero 15 nel 1981 al secondo posto nel 1997, un cambiamento sorprendente in meno di una generazione.

Stando alle ricerche del dottor Pruett, ogni uomo, dal vagabondo senza tetto all'uomo d'affari, desidera fortemente poter esercitare il ruolo di padre con i propri figli più di quanto non lo abbia fatto suo padre con lui. Un direttore responsabile della sezione investimenti presso una delle più grandi banche d'affari di tutto il mondo una volta affermò di non desiderare che il proprio figlio sentisse lo stesso vuoto nel cuore che lui stesso provava a causa dell'assenza del padre.

**«Egli ricondurrà il cuore dei padri verso i figliuoli, e il cuore dei figliuoli verso i padri, ond'io, venendo, non abbia a colpire il paese di sterminio» (Malachia 4:6).**

Dio tiene molto alla famiglia. E' interessante vedere come la scrittura sopraccitata sottolinei l'idea che il cuore del padre debba innanzitutto ricondursi al figlio, prima che sia il cuore di quest'ultimo a ricondursi al padre.

Come può un padre ricondurre il proprio cuore verso il figlioletto? Assumendo un ruolo attivo nella vita del figlioletto stesso!

E' stato provato che semplicemente leggere insieme ai figli può fare la differenza nel migliorare le capacità verbali di questi ultimi. Giocare con loro così che sentano il calore, la tenerezza, il senso dell'umorismo paterno, aiuta a determi-

nare un legame molto stretto che può portare risultati molto positivi in futuro.

Portare i propri figlioletti a fare una passeggiata mostrando loro tutte le cose meravigliose che li circondano aumenterà la loro curiosità



e accenderà la sete di conoscenza. Mostrare loro come superare le paure affrontando le sfide fisiche come andare in bicicletta o intraprendere uno sport, aiuta a sviluppare fiducia, socievolezza, coordinazione fisica e perseveranza, caratteristiche estremamente importanti a scuola e sul lavoro.

Insegnare ai propri figli i valori morali è un altro modo in cui un padre può ricondurre il proprio cuore verso loro. E' bello quando un figlio o una figlia si rivolge al padre per essere guidato/a moralmente o vede il modo in cui egli ama la madre, diventa così un modello a cui ispirarsi.

I padri sono figure eccellenti nel sviluppare le capacità logiche dei figli così che possano capire non solo quello che dovrebbero fare in una data situazione, ma anche il perché farlo. La Bibbia è una fonte meravigliosa sotto questo aspetto, in quanto non solo rivela veri principi morali e spirituali, ma spiega anche, dal punto di vista di Dio, perché tali principi dovrebbero

essere perseguiti e cosa accade così facendo o in caso contrario.

Come può invece il cuore di un figlio ricondursi al padre? Ancora una volta, la fonte migliore per trovare una risposta è la Bibbia, la quale dice che questo movimento del cuore inizia quando i genitori imparano a seguire l'esempio di Dio nell'amore per i Suoi figli e quando i figli onorano, obbediscono e amano i propri genitori.

Il comandato di Dio è: «Onora tuo padre e tua madre, affinché i tuoi giorni siano prolungati sulla terra» (Esodo 20:12).

Dio ha ordinato ad entrambi i genitori di preservare il loro matrimonio e di coinvolgersi nell'educazione e nella crescita dei loro figli. E Dio esorta anche i figli a rispettare entrambi i genitori.

Come confermano le ricerche, niente è meglio del piano divino che prevede un padre e una madre amorevoli e una grande e calorosa famiglia per crescere i figli secondo la Sua volontà.

Il dottor Parke sostiene fermamente che pur in maniera diversa e con stili differenti, madri e padri si completano perfettamente e reciprocamente nell'educazione dei figli, il che non può che andare a loro esclusivo vantaggio.

I figli hanno bisogno quotidianamente della presenza del loro padre. Non un padre a rate, o che vizia i suoi figli nel malsano tentativo di mettersi la coscienza a posto.

E' tragico vedere come la società sia arrivata al punto di chiedersi dove siano andati a finire i padri i quali lasciano e abbandonano il loro ruolo sempre più frequentemente.

Se sei padre o se lo sarai, non seguire la corrente; segui le leggi di Dio e i veri valori, solo così diventerai il padre che Dio vuole che tu sia. Così facendo sarai benedetto da Dio e dai tuoi stessi figli. **BN**

# La figura paterna: perché è di fondamentale importanza?

**R**oss Parke è un rinomato professore dell'Università della California, a Riverside. Ha svolto ricerche e scritto per oltre 30 anni sul ruolo della figura paterna. Ha sette figli ed è autore di libri come *Fatherhood* [Paternità] (1966) e co-autore di *Throwaway Dads* [Padri a perdere] (1999). Lo abbiamo intervistato ed ecco le sue confortanti risposte:

**La Buona Notizia:** Dr. Parke, lei ha dedicato decenni allo studio del rapporto padre-figlio. Come vanno le cose in questo tipo di legame?

**Dr. Parke:**

Un aspetto confortante è che molti padri oggi si stanno finalmente svegliando e iniziano a capire di essere figure essenziali, ed anche la società comincia a riconoscerlo. I papà e le mamme si stanno rendendo conto del fatto che la figura paterna gioca un ruolo unico e ben preciso, non soltanto nella crescita del figlio, ma anche nella condivisione della gestione quotidiana di quest'ultimo, condizione assolutamente inesistente 30 o 40 anni fa.

**BN:** Qual è la tendenza più incoraggiante nel rapporto padre-figlio?

**RP:** E' il riconoscimento del fatto che il ruolo di padre non è importante soltanto per i figli ma anche per sé stessi in quanto uomini

e per la propria moglie. E' un cambiamento significativo.

Gli uomini si impegnano maggiormente nel cercare di stabilire un equilibrio fra lavoro e famiglia, hanno tratto molti benefici, riconoscimenti e soddisfazioni dall'essere un buon genitore e si sentono appagati nel vedere i propri figli aperti e soddisfatti grazie anche al loro coinvolgimento emotivo.

**BN:** Qual è invece l'aspetto più scoraggiante che ha riscontrato nello studio del rapporto tra genitore e figlio?

per poter assistere a recite scolastiche, restare a casa quando il figlio è malato o partecipare agli incontri genitore-figlio fissati nelle prime ore del pomeriggio, mentre le donne solitamente hanno più flessibilità in questo senso.

**BN:** Qual è la cosa più importante che un padre può fare per ottenere risultati positivi a lungo termine nell'educazione del figlio?

**RP:** Probabilmente la stessa cosa che fa solitamente la madre, ovvero far sapere ai figli che si sta occupando di loro.



Adesso stiamo conducendo uno studio su quanto è importante la presenza assidua del padre.

Stiamo cercando di misurare il modo in cui i figli vedono i genitori e sentono quanto sono importanti per loro e per la loro vita. E' possibile fare molto per un figlio, ma ciò che conta è il legame emotivo che il figlio sente con il suo papà: un adulto effettivamente

presente, che si occupa del suo benessere e progresso a livello sociale ed emotivo.

**BN:** E la madre?

**RP:** E' la stessa cosa. Madri e padri comunicano il loro affetto in maniera diversa. Le mamme probabilmente sono più inclini ad ascoltare i problemi dei figli e ad essere emotivamente disponibili, mentre i

**RP:** L'evoluzione verso il coinvolgimento di una figura paterna migliore è senza dubbio la rivoluzione auspicata 25 anni fa nonché l'aspetto chiave di uno dei miei libri (*Throwaway Dads*), ma per raggiungere questo obiettivo è necessario abbattere quel genere di barriere ancora esistenti nella nostra società.

Il lavoro, per esempio, priva il padre della flessibilità necessaria

papà esprimono il loro affetto attraverso il gioco, condividendo attività ricreative e divertenti. Sono entrambi modi per comunicare amore ai propri figli.

**BN:** E' più difficile crescere un figlio oggi o 50 anni fa?

**RP:** Ci sono differenze, ma le difficoltà sono le stesse. Credo sia uno stereotipo dire che 50 anni fa era tutto più facile e oggi è tutto più difficile. Se andiamo indietro nel tempo e pensiamo a quando furono inventati radio, televisione e spettacoli, la gente diceva che con l'avvento delle nuove tecnologie, l'educazione dei figli sarebbe stata più difficile.

Ora ci sono i video giochi e Internet. Ogni epoca ha le sue sfide, ma non credo sia più dura ora di quanto non lo fosse nel passato. In passato era difficile garantire sicurezza e istruzione ai figli. Oggi invece ci sono problemi legati alla droga, alle bande di quartiere, mentre nel passato c'erano i fuorilegge e guai da gestire nelle altrettanto difficili città e metropoli.

**BN:** Che cosa ne pensa della letteratura a sostegno delle mamme in carriera, in grado di crescere i figli senza la presenza del padre?

**RP:** E' ovvio che i figli crescono meglio in un nucleo familiare composto da entrambi i genitori, in parte per una questione economica, in parte perché la distribuzione delle responsabilità fra entrambi i genitori è causa di minor stress.

Ci sono mamme singole di successo, ma è difficile fare tutto da soli. Pensiamo ai problemi economici e legati alla gestione del tempo quando si è un genitrice singola. Ci sono donne femministe che cercano di "fare l'uomo" nella famiglia, ma credo che le più sensibili riconoscano che i padri giocano un ruolo unico e di supporto.

**BN:** Secondo lei è incoraggiante vedere il modo in cui sono cresciuti i figli oggi?

**RP:** Esistono aspetti positivi come la consapevolezza dei numerosi abusi sui bambini e che un'eccessiva punizione fisica va a detrimento dei figli. Molti metodi utilizzati in passato, come l'educazione severa e violenta dei figli, sono stati messi sotto attento scrutinio.

Oggi si è più consapevoli del fatto che esistono strategie di gestione dei figli: è bene comunicare con loro e usare tattiche non punitive che possano comunque essere efficaci. Non dico che non debbano essere definite delle regole, di non controllare i figli o non dare disciplina; ci sono alternative in grado di ovviare a ciò che si trasforma inevitabilmente in una tattica abusiva.

**BN:** Qual è secondo lei lo stereotipo principale relativo alla figura del padre?

**RP:** Ci sono due stereotipi: uno che presenta i padri come incompetenti, l'altro li presenta come se a loro non importa nulla dei figli. Lo stereotipo del padre incompetente è un pretesto utilizzato per sbarazzarsi della figura paterna.

Per quanto riguarda il secondo stereotipo, molti di questi uomini, anche nel caso di padri giovani o non graditi, se incoraggiati, assumono un ruolo importante nella crescita dei figli sostenendoli anche dal punto di vista economico. Esistono quindi diversi atteggiamenti verso gli uomini, spesso infondati.

**BN:** Che cosa intende nel suo libro quando parla di "padri a perdere"?

**RP:** Intendo che la società ha eretto delle barriere e allontanato i padri, non ha dato loro il tipo di rispetto e opportunità per esprimere effettivamente le proprie capacità. Non ha dato loro lo stesso rispetto dimostrato alle madri. I padri sono stati scartati, non è stato riconosciuto loro il ruolo di genitore importante.

**BN:** Condivide l'affermazione di David Blankenhorn: "L'assenza della figura paterna è la tendenza demografica più dannosa di questa generazione"?

**RP:** Sì, in generale sono d'accordo con questa affermazione, ma non con la sua soluzione, la quale ci porterebbe a imitare il modello familiare anni '50. Credo che oggi le donne abbiano molte più opportunità al di là delle mura domestiche e i padri sono in generale più coinvolti nella crescita dei figli e questo è sicuramente un dato positivo.

**BN:** Lei è ottimista o pessimista rispetto all'evoluzione del ruolo del padre?

**RP:** Sono ottimista. Anche se i cambiamenti sono avvenuti in maniera più lenta rispetto a quanto auspicato in termini di coinvolgimento e tempo trascorso con i figli, è evidente che il ruolo dei padri è migliorato, il che è molto incoraggiante.

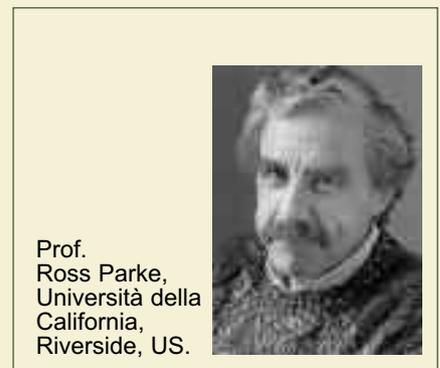
Inoltre, gli uomini riconoscono sempre più l'importanza di questo coinvolgimento. Penso al comportamento della mia generazione rispetto a quella di mio padre, un uomo sicuramente partecipe ma con il quale ho avuto un rapporto molto più distante di quello che ho instaurato con i miei figli. Ci sono quindi segni di miglioramento, sia per gli uomini che per le donne.

**BN:** Ha notato la stessa tendenza a livello internazionale?

**RP:** Assolutamente sì. Avviene la stessa cosa in Europa occidentale, in Australia e Scandinavia in termini di politiche sociali volte a fornire opportunità a uomini e donne affinché possano crescere i figli insieme. I paesi in via di sviluppo sono rimasti indietro sotto questo aspetto, principalmente per quanto riguarda il trattamento delle donne e il riconoscimento del fatto che il ruolo del padre possa essere più educativo e affettivo.

**BN:** Lei ha sette figli. Che cosa le hanno insegnato riguardo alla crescita dei figli?

**RP:** Mi hanno insegnato il bisogno di essere ascoltati, ad essere paziente e a riconoscere e rispettare i loro cambiamenti. Mio figlio di 15 anni mi dice sempre: «Papà non ho più 7 anni!» E' importante che tutti i genitori accettino la crescita e maturazione dei propri figli e il fatto che abbiano bisogno di indipendenza cercando allo stesso tempo di fare bene le cose. **BN**



# Naturale o in adozione: La presenza paterna fa la differenza!

*Le ricerche hanno dimostrato che i figli cresciuti senza una figura paterna tendono ad avere meno stabilità e a sentirsi più insicuri.*

*Ma questo circolo vizioso può essere spezzato per recuperare stabilità e sicurezza.*

**N**on è facile essere padre oggi-giorno. Siamo sottoposti a diverse pressioni che ci allontanano dalle grandi responsabilità. Ken Canfield, presidente del National Center for Fathering [Centro Nazionale per gli Studi della Paternità], in un suo libro, racconta un aneddoto interessante

c'era qualcosa di più importante della carriera lavorativa... essere un buon papà!»

Sempre più famiglie vivono senza la presenza di un padre il che non significa necessariamente aver perso questa figura per morte o divorzio. In un'indagine condotta nel 1994 su oltre 1.600 uomini adul-

figli che li emulano. Il buon genitore sta attento a non danneggiare il futuro dei figli comportandosi in maniera immatura ed egoistica.

Diventare un buon padre o una buona madre non è un processo naturale, specialmente nel caso di adozione. Richiede infatti molto lavoro, sensibilità, altruismo e coin-



che noi riportiamo qui di seguito:

«Quando Don chiamò a casa una sera mentre rientrava in macchina, parlò brevemente con la figlia di nove anni e le disse: 'Tesoro, mi passi la mamma per favore?' Dopodiché sentì Tasha appoggiare la cornetta sul tavolo e dire: 'Mamma, c'è l'uomo invisibile al telefono!'»

«In quel momento, prima ancora che la moglie arrivasse al telefono, qualcosa accadde dentro quell'uomo. Non poteva riderci sopra. . Doveva affrontare la situazione:

ti, oltre il 50% ha affermato di aver sofferto dell'assenza affettiva del padre o dell'affetto di un padre adottivo. Questo potrebbe aiutare a spiegare perché in un'altro studio solo il 34% dei maschi adulti ha affermato di considerare il proprio padre una figura modello.

I figli desiderano sentirsi sicuri all'interno del nucleo familiare e questo avviene quando i genitori interagiscono in maniera positiva. Se i figli non sentono i genitori alzare la voce con rabbia o scambiarsi insulti sarcastici, ereditano calma e sicurezza e con molta probabilità trasmetteranno questi valori ai loro figli.

I genitori sono un modello per i

volgimento effettivo nei confronti dei figli, tutti i giorni. Non ci sono vie preferenziali per diventare genitori di successo, tutti devono affrontare gli stessi ostacoli.

## L'influenza della televisione

Un programma televisivo americano molto popolare negli anni '50 e '60 ritraeva la famiglia ideale nei giorni euforici del dopo guerra. Durante la guerra, le famiglie si separavano e non per scelta personale: papà andava in guerra e mamma andava a lavorare in fabbrica. La famiglia non sarebbe più stata la stessa.

I personaggi della serie televisiva una volta erano figure positive ma troppo perfette e questo, secondo alcuni, dava un'immagine poco reale della famiglia media. Il padre

e la madre della famiglia davano però consigli saggi ai figli, il padre non alzava mai la voce, era paziente e non faceva mai cose stupide che avrebbero messo in imbarazzo sé stesso o la sua famiglia. La madre aiutava a risolvere i problemi, una donna modello per il pubblico di quei giorni.

Che differenza con il mondo di oggi e quanta nostalgia di quei personaggi! I cambiamenti nello stile di vita e nella cultura hanno rivoluzionato la struttura della famiglia tradizionale. Secondo un esperto, oltre il 40% degli adulti occidentali, specialmente in America, non ha contatti con i figli settimanalmente.

La famiglia è cambiata molto dopo la Seconda Guerra Mondiale ed è ancora soggetta a enormi cambiamenti che sfuggono al suo controllo: precarietà o mobilità lavorativa, carovita altissimo, mancanza di alloggi, di buoni istituti scolastici e di strutture di assistenza per l'infanzia e, forse, cosa ancor più importante, separazioni lunghe e strazianti dai propri cari.

Molte "vedove di guerra" hanno gestito la famiglia e cresciuto i figli da sole. Le donne sposate di età più avanzata hanno lavorato in diverse industrie che producevano attrezzature e forniture per la guerra; il paese aveva bisogno di loro. La percentuale di divorzi ha iniziato a aumentare improvvisamente così come la delinquenza in età giovanile, gravidanze indesiderate e assenteismo, dando vita alla prima generazione di bambini indipendenti.

### La famiglia mutata dai tempi

Indubbiamente le forze artificiali della Seconda Guerra Mondiale hanno compromesso profondamente l'unità familiare e preparato il terreno all'avvento di nuovi cambiamenti, non soltanto negli Stati Uniti d'America.

Negli anni '70 e '80 alcuni personaggi dalle idee liberali sostenevano che la famiglia tradizionale era una struttura arcaica. Le femministe portarono avanti una campagna per sperimentare altre strutture familiari.

Spacciarono quegli esperimenti informali per una forma di libertà di

scelta, di realizzazione personale mostrando ugual rispetto per tutti i tipi di famiglie. Arrivarono a sostenere che donne e bambini non hanno bisogno del sostegno di una figura maschile, anzi starebbero meglio senza.

Secondo loro la struttura della famiglia non si stava spezzando, stava semplicemente cambiando. Secondo questa nuova ondata di pensiero, la cosa più importante era la felicità e la realizzazione personale dei genitori. Dopo tutto i figli erano forti e non avrebbero subito le conseguenze del divorzio dei genitori. Ridevano del fatto che i genitori debbano stare insieme per il bene dei figli.

Più prendeva piede questa idea e più aumentava il numero di divorzi, una situazione che ha iniziato a gravare in maniera insostenibile anche sulla spesa sociale e legale di ogni paese. Non per ultimo, madri e figli erano sempre più abbandonati e i padri dimenticati.

La storia aiuterà la famiglia a migliorare oppure si ripeterà?

### Il futuro della famiglia

I media moderni spesso mettono in evidenza il lato più debole della natura umana e così facendo sgretolano l'unità familiare attraverso programmi televisivi come *Desperate Housewives* [*Casalinghe disperate*]. Dirigenti e produttori dicono di voler semplicemente rappresentare la società odierna in maniera realistica. A questo punto la domanda nasce spontanea: è meglio avvicinarsi alla depravazione umana per sperimentare la realtà oppure è meglio valorizzare delle figure umane per proporre e seguire modelli migliori e valori più sani?

Mirando ai più bassi desideri umani per spillare soldi ai consumatori, i media corrompono la realtà e si mettono dalla parte sbagliata dei valori familiari.

Il noto psicologo dott. Phil McGraw, famoso conduttore di un programma di successo negli Stati Uniti, crede che ci siano speranze per la famiglia se quest'ultima riesce a far fronte alle numerose pressioni che la opprimono:

«E' ora che noi genitori dicia-

mo, 'Hey, io non mi arrendo, non mollo. Non mi faccio intimidire da tutte le forze negative che attaccano i miei figli e la mia famiglia. Non voglio accettare l'epidemia della libertà sessuale, della droga e dell'alcol nella scuola media e superiore. Non accetto un figlio che fa finta di essere sordo quando gli chiedo di raccogliere i giochi e di non picchiare sua sorella'».

«In quanto genitore non ho più intenzione di temere la reazione dei miei figli se chiedo loro più impegno a scuola, a livello spirituale o un miglior comportamento, voglio insegnare loro che costruire un rapporto nella vita è di fondamentale importanza. Non mi sentirò più in colpa e non spenderò più somme spropositate per comperare loro abiti firmati e giocattoli sin dalla tenera età!»

«Non mi comporterò più da amico ma da genitore, devo essere una guida per i miei figli. Non li lascerò per ore davanti alla televisione o in Internet comunicando con loro solo tramite e-mail e sms. Utilizzerò i metodi di una volta e li preparerò ad affrontare le distrazioni da cui sono costantemente bombardati e che offuscano l'immagine di sé stessi. Mi impegnerò per dare orgoglio, unità, lealtà e spirito di squadra alla mia famiglia».

### Dio e la famiglia

Che cosa serba il futuro per l'unità familiare? A chi o cosa possono rivolgersi i genitori per ottenere l'aiuto e il supporto di cui hanno tanto bisogno?

Il Creatore Iddio ci creò maschio e femmina affinché potessimo creare figli e famiglie (Genesi 1:27-28; 2:24). Dio progettò la famiglia umana per mostrarci e prepararci ad un eventuale ruolo nella Sua famiglia divina ed immortale nel Suo Regno meraviglioso (Ebrei 2:10-13; 2 Corinzi 6:18; Apocalisse 19:7). Ha anche creato un manuale di istruzioni per l'umanità, per insegnare ai genitori come avere una famiglia sicura e felice, e quel manuale è la Sacra Bibbia.

Il segreto per costruire una famiglia felice è avere fondamenta forti e stabili quali sono Dio e la

Sua Parola, la Bibbia.

Dio insegna a padri e madri a seguirlo affinché riescano a costruire una buona famiglia: «Ama dunque il Signore Iddio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta l'anima tua, e con tutto il tuo maggior potere. E dimorino queste parole, le quali oggi ti comando, nel tuo cuore; e inculcale ai tuoi figliuoli, e ragionane quando tu sarai a sedere in casa tua, e quando tu camminerai per la via, e quando tu giacerai, e quando tu ti leverai» (Deuteronomio 6:5-7). Le famiglie realmente felici hanno imparato a onorare Dio seguendone i preziosi consigli.

L'apostolo Paolo diede consigli fondamentali su come instaurare rapporti felici e sani fra i vari membri della famiglia: «Mogli, siate di aiuto ai mariti, come si conviene nel Signore. Mariti, amate le mogli, e non v'inasprite contro a loro. Figliuoli, ubbidite a' padri e madri, in ogni cosa; poiché questo è accettabile al Signore. Padri, non provocate ad ira i vostri figliuoli, acciocché non vengano meno dell'animo» (Colossesi 3:18-21).

Questi insegnamenti sono in netto contrasto con l'immagine della realtà dipinta dai media moderni. Quale credi sia il modello migliore a lungo termine?

### I valori fondamentali

E' possibile avere una famiglia più felice e sicura semplicemente applicando alcuni valori di base.

Prendiamo in considerazione alcuni valori importanti che i genitori possono apprendere. Si tratta di consigli che il dr. Canfield, in un suo scritto, riassume in tre punti:

- Per bene istruire i propri figli un padre deve prima avere la volontà di risolvere ogni eventuale conflitto con i propri figli.

- Un vero padre si prodiga per trasformare in positivo la propria famiglia attraverso il coinvolgimento in prima persona, la consapevolezza, la costanza e il sostegno quotidiano.

- Infine, un buon padre pianifica il futuro. Un giorno sarà nonno, quindi deve prevedere e organizzare il possibile cambiamento di situazioni nel corso della vita.

Ci sono punti importanti che necessitano molta attenzione, altri che invece possono essere applicati immediatamente e nel farlo noterete un cambiamento sano nella vostra famiglia. Qui di seguito elenchiamo alcuni altri consigli, utili sia per mamme che per papà:

- I genitori devono esprimere ai propri figli quanto li amano. Un padre e una madre creano un'atmosfera affettuosa in famiglia chiamando i propri figli o chiamandosi l'un l'altro con parole dolci e affettuose! E' importante comunicare ai membri della propria famiglia di voler loro bene.

- I genitori devono scusarsi con i figli quando sbagliano. Se non lo fanno, il figlio rischia di sviluppare un carattere insensibile. Chiedere scusa insegna ai figli che una persona matura è in grado di riconoscere i propri errori e provare sentimenti di compassione e perdono.

- I genitori non devono esprimere favoritismi nei confronti di un figlio perché in tal caso, il figlio trascurato si sentirebbe offeso e proverebbe rancore nei confronti del/la fratello/sorella.

- I genitori non devono vivere la propria vita in funzione dei figli. I figli devono essere liberi di sviluppare il proprio carattere e diventare più fiduciosi.

- I genitori devono ascoltare attentamente i propri figli, il che favorisce un rapporto sano in cui questi ultimi provano un maggior rispetto nei confronti dei genitori.

- I genitori rappresentano il modello principale a cui i figli si ispirano. Se i genitori replicano le cattive abitudini dei loro genitori, devono interrompere il ciclo facendo ciò che è giusto.

I genitori devono guidare e amare i propri figli mentre insegnano loro a diventare a loro volta buoni genitori. L'impegno e lo sforzo di oggi aiutano a definire il benessere della società di domani.

La via di Dio crea famiglie sane e felici. Forse la tua famiglia è una di quelle, ma se così non fosse, non scoraggiarti perché la tua famiglia può diventare felice e sana, più di quanto tu non possa immaginare. Perché non iniziare questo cambiamento oggi? **BN**

## Il mondo non può avere una notizia migliore di questa!

Oggi le notizie sono quasi tutte cattive: inquinamento, catastrofi ambientali, terremoti ed alluvioni in vari luoghi, nuove malattie epidemiche, corruzione, scandali, violenza ed omicidi. Negli ultimi cent'anni più di 150 milioni di persone hanno perso la vita a causa delle guerre ed oltre 100 milioni a causa di malattie, carestie e disastri ambientali. Quale futuro aspettarci?

Quasi duemila anni fa Gesù Cristo ha predetto che il genere umano avrebbe acquisito la capacità di distruggere se stesso e l'intero pianeta. Egli ha però promesso di ritornare sulla terra con l'immortalità e la potenza di Dio per impedire la fine del mondo ed instaurare il «Regno di Dio» per tutti gli uomini di buona volontà.

Gesù ha portato un messaggio di grande speranza, *La Buona Notizia* [L'Evangelo] concernente il prossimo avvento del Regno di Dio sulla terra.

«Evangelo» significa «La Buona Notizia». Ma che cos'è il «Regno di Dio» esattamente? Una chiesa? Un luogo celeste? Un sentimento nel cuore dell'uomo? La bontà umana? Che cos'è?

La Bibbia parla chiaro riguardo al meraviglioso regno divino che il Cristo glorificato instaurerà su tutto il pianeta. Leggete con i vostri occhi la Parola di Dio. Rispolverate la vostra Bibbia! Questo messaggio è il più importante e vitale che la storia abbia mai riportato!

Nelle pagine della Bibbia voi potete scoprire delle verità sorprendenti, rese ancora più chiare dalle nostre pubblicazioni gratuite, se le volete leggere.

Eventi straordinari ci attendono. Toccheranno la nostra vita. Unitevi al popolo di Dio, per costruire l'arca spirituale della salvezza. Visitate la nostra biblioteca virtuale e iscrivetevi al nostro sito web:

[www.labuonanotizia.org](http://www.labuonanotizia.org)

# Sei un genitore single? Educare bene i tuoi figli è possibile!

*Molte persone sono colpite dall'epidemia di separazione e divorzio.  
Come essere un buon genitore anche se si è soli nella crescita dei figli?*

**F**ra i molti lettori di questo articolo ci sono sicuramente genitori single e quelli che non lo sono conoscono per certo un familiare o amico in questa condizione ormai ampiamente diffusa.

Un terzo dei bambini occidentali nasce al di fuori del matrimonio. Secondo le statistiche, la metà della popolazione nord-occidentale di età inferiore ai 18 anni a un certo punto della vita vivrà in un nucleo familiare con un solo genitore.

Attualmente circa un quinto dei bambini canadesi e sudafricani vive con un solo genitore. Italia, Inghilterra, Francia, Germania e Australia non registrano dati tanto diversi, specialmente nelle regioni più industrializzate. In Giamaica, Santa Lucia e Haiti, più di quattro famiglie su dieci sono gestite da genitori single, in Danimarca e Norvegia, circa la metà.

Molti dei nostri lettori non hanno certamente scelto di diventare genitori single: alcuni sono vedovi, altri hanno concepito figli al di fuori del matrimonio, alcuni hanno chiesto o subito il divorzio, altri sono separati. L'obiettivo di questo articolo non è di giudicare i motivi che hanno portato a tale condizione. Quello su cui vogliamo concentrarci è quale *direzione prendere in queste circostanze*.

Iniziamo cercando di capire che cosa si intende per "genitore single": se sei quotidianamente responsabile della crescita e educazione di uno o più figli senza il costante e concreto supporto di un/a compagno/a, allora sei un genitore single.

Anche una persona sposata potrebbe essere un genitore single se il/la compagno/a è fisicamente disabile o ha disfunzioni comportamentali dovute per esempio all'uso di sostanze stupefacenti. La stessa cosa vale quando il lavoro di uno dei due coniugi obbliga l'interessato a lunghe assenze.

L'alto numero di divorzi contribuisce a radicare il fenomeno dei genitori single nella nostra società occidentale. Uno studio sconvolgente ha rivelato che la maggior parte dei giovani nati negli ultimi anni avrà, nel corso della propria vita, un numero di partner superiore a quello dei figli che metterà al mondo.

Proviamo a pensare per qualche secondo a cosa significa tutto questo per i nostri figli e nipoti. Significa molto dolore, per loro e per noi! Dato che probabilmente avranno a loro volta almeno uno o più figli, rischiano anche loro di diventare genitori single.



## Madri single

Fra i genitori single ci sono più donne che uomini, forse per diversi motivi, il principale è probabilmente legato al fatto che la madre accudisce i figli sin dai primi giorni di vita.

Le leggi che regolano la famiglia sono state a volte più a favore della figura paterna altre volte a favore

della figura materna cui affidare per l'educazione dei figli. Tuttavia, dopo la Prima Guerra Mondiale, il diritto di famiglia adottò l'idea che la madre fosse la principale allevatrice dei figli già dai primi anni di vita il che significò la concessione a quest'ultima della custodia dei figli piccoli.

Dal 1970, i tribunali hanno fatto un piccolo passo indietro nel tentativo teorico di concedere la custodia dei figli ai padri tanto quanto alle madri.

In realtà, pochi padri hanno la custodia unica dei figli per vari motivi. Ad ogni modo, l'approccio antagonista non sempre vincente dei tribunali del divorzio

non risponde alle esigenze dei figli i quali hanno effettivamente bisogno di *entrambi* i genitori, anche di chi li ha voluto abbandonare.

Si osserva quindi una maggior tendenza verso l'affidamento congiunto secondo il quale i figli dividono equamente il loro tempo fra entrambi i genitori. E' un tentativo di far sì che "le cose vadano bene".

In opposizione alla figura della madre allevatrice, il contributo del padre

è percepito come un supporto finanziario di cui i suoi figli hanno bisogno. Il ruolo di «padre sovvenzionatore» sembra poter essere svolto in maniera soddisfacente anche a distanza nel caso di genitore responsabile.

In un libro pubblicato nel 1995, l'autore David Blankenhorn sostiene che gli Stati Uniti d'America, più di ogni altra nazione al mondo, stiano

diventando una società orfana di padri. Secondo lo scrittore, nella passata generazione un bambino americano sapeva di poter crescere con il proprio padre mentre oggi è possibile che ciò non accada.

Le statistiche dell'anno 2003 rivelano che un bambino o adolescente americano su quattro di età inferiore ai 18 anni vive solo con la madre.

In passato, quando in una famiglia veniva a mancare il padre, la società sosteneva l'importanza del ruolo paterno confortando e aiutando la famiglia. Oggi, quando un padre abbandona la famiglia, la nostra società disconosce l'importanza della figura paterna accettando l'abbandono con logica imparzialità. In altre parole, un padre che abbandona la propria famiglia compie un gesto a cui è possibile abituarsi. Ma l'abbandono o la morte del padre è sempre stata come una delle peggiori tragedie possibili nella vita di un figlio.

L'idea moderna è che un nucleo familiare gestito da un solo genitore è uguale a uno gestito da due genitori. Eppure il comportamento dei figli, i sentimenti e la situazione finanziaria rivelano una sostanziale differenza! Non dimentichiamo che secondo le statistiche i nuclei familiari gestiti da madri single hanno redditi bassi.

### **Rabbia e senso di colpa**

Molti genitori single provano un forte senso di colpa nell'essere in questa condizione, un sentimento forse ancora più accentuato per coloro che cercano di seguire i principi cristiani.

Anche quando sono parzialmente o per nulla responsabili della rottura del nucleo familiare, si scatenano forti sensi di colpa. Hanno sempre dato una grande valore al matrimonio "finché morte non ci separi" non soltanto in termini di fedeltà verso il coniuge, ma anche come senso di devozione a Dio. Persone così devote desiderano compiacere il Signore sopra ogni altra cosa, pertanto vivono il fallimento del matrimonio come una forma di tradimento nei Suoi confronti.

I genitori single devono anche gestire l'amarrezza che consegue dalla collera non appianata. E' possibile provare rabbia nei confronti del comportamento dell'ex coniuge che ha causato l'attuale situazione o per essere stati respinti come moglie o

marito. Non è facile mettere in pratica uno dei principali insegnamenti divini sulla gestione della collera: «Adiratevi, e non peccate; il sole non tramonti sopra il vostro cruccio» (Efesini 4:26).

E' necessario imparare ad affrontare il proprio risentimento affinché non si trasformi in una «radice velenosa» in grado di distruggerci spiritualmente e ferire i nostri figli (Ebrei 12:15).

Un genitore che nutre risentimento verso l'ex coniuge trasmette questo sentimento al figlio, *anche inconsciamente* attraverso il tono di voce o l'espressione degli occhi. E' molto meglio sfogare il risentimento chiedendo in preghiera l'aiuto di Dio.

Capire il motivo della propria ira può essere d'aiuto. Il divorzio è spesso definito come "la morte senza fine". Ci si sente afflitti per la perdita e l'amarrezza diventa uno dei sentimenti più sentiti, accompagnata dalla sensazione di essere stati traditi, che accresce e si trasforma in ira. Il coniuge che ha causato la fine del matrimonio è colui che ha tradito la fiducia del/la compagno/a abbandonato/a.

Il matrimonio è un accordo che si stipula per tutta la vita. Quando un uomo chiede a una donna di sposarlo e lei accetta, si onorano a vicenda. Fondamentalmente è come se si dicessero: «Ti conosco bene e amo quello che conosco. Ripongo in te i miei sentimenti, le mie speranze, i sogni e il mio futuro. Mi fido di te in quanto futuro padre o futura madre dei miei figli. Mi fido della tua opinione. Sto bene con te in ogni momento».

La frase «voglio il divorzio» è di fatto la cancellazione di quanto sopra. Nessun essere umano con una mente sana si unirebbe in matrimonio semplicemente per provare un anno come se prendesse in leasing un'automobile invece di acquistarla. Il matrimonio è per natura un'acquisizione compiuta con tutto il cuore. Quindi, quando due persone unite in un'unica cosa tornano ad essere due unità separate, è inevitabile che uno dei due cuori si spezzi.

### **Questione di fede**

Lo shock dell'improvvisa condizione di genitore single può anche compromettere la fede spirituale del credente che si chiede «Perché Dio

*permette che questo accada a me e ai miei figli?»* Ma Dio non è responsabile! L'unione matrimoniale avviene con il consenso di due persone, ma ne basta una perché si rompa.

Dio approva e benedice chi decide di legarsi nel vincolo matrimoniale così come Lui lo ha pensato, come descritto in Genesi 2:24: «Perciò l'uomo lascerà suo padre e sua madre, e si atterrà alla sua moglie, ed essi diverranno una stessa carne».

Il piano di Dio relativo alla crescita e educazione dei figli è legato al vincolo matrimoniale dei genitori biologici. Due genitori legati in matrimonio si sostengono reciprocamente, si danno coraggio, equilibrio e occasionalmente si riposano. Dio incoraggia fortemente i coniugi a non interrompere il legame coniugale (Marco 10:4-9). Il credente prova una fiducia intrinseca nell'affermazione biblica di Genesi 2:18 «Non è bene che l'uomo sia solo». Si tratta di un concetto che non "funziona solo per alcuni", è invece il modo in cui Dio ci ha pensati e creato a livello emotivo, mentale e spirituale. La separazione e il divorzio sono una esperienza molto dolorosa.

Ma si può comunque star bene nella condizione di genitore single? Il coniuge abbandonato e i suoi figliolletti possono tornare a gioire o sono condannati ad un'esistenza infelice?

Una madre che pur essendo single ritiene la fede in Dio ed istruisce i suoi figliolletti a seguire i valori morali del Cristianesimo, si rivelerà incredibilmente forte, come pure i suoi figli, e tutti assieme possono rifarsi una famiglia duratura, una vita ricca di successi. E' inutile minimizzare le difficoltà che certamente sussistono, possiamo però chiarire alcuni fattori che aiuteranno voi e i vostri figli ad affrontare al meglio la situazione.

Il rendimento scolastico sarà simile a quello di qualsiasi altro studente, se non migliore. Ciò è strettamente subordinato a voi in quanto genitore capace e preparato, meno alle possibilità economiche o all'ambiente qualitativo che riuscirete a offrire ai vostri figli.

### **Che cosa fare**

Che cosa accade nella testa e nel cuore dei figli quando i genitori si separano? Essi attraversano tutti gli stadi emotivi, dolore, rifiuto, ira, depressione, si sente un bene da con-

trattare per poi alla fine, arrivare ad accettare la situazione. Come osservato precedentemente, la perdita dell'immediata presenza di un genitore può essere paragonabile, in un certo senso, alla morte e i figli reagiscono di conseguenza.

Il dolore può trasformarsi in uno shock, è possibile provare tristezza, vergogna e abbandono. Si può anche manifestare con dolore fisico che non ha nulla a che vedere con malattie o infortuni. E' possibile che il rendimento scolastico ne risenta e si instaurino atteggiamenti aggressivi verso i compagni di classe. Questo non significa dover giustificare comportamenti inadeguati. E' importante insegnare in modo amorevole ai propri figli i limiti da rispettare per mantenere l'autocontrollo.

E' probabile che si sentano in colpa e pensino che la separazione dei genitori sia stata causata da qualcosa che abbiano o non abbiano fatto loro in prima persona.

E' possibile rassicurare i propri figli, è importante che sappiano sempre dove siete, che sarete in orario per andarli a prendere e che manterrete la vostra parola. Se non siete in grado di mantenere una promessa, non fatela.

Assicuratevi che siano ben organizzati dando loro routine e orari da rispettare. Considerando la pressione a cui si è sottoposti in quanto genitore single, la routine è fondamentale per ridurre lo stress anche su di voi. Pianificate pertanto del tempo libero per vostro figlio quotidianamente. Tenere la casa pulita e in ordine è importante, ma trascorrere del tempo con vostro figlio lo è anche di più. Sforzatevi di essere costanti nel dare una disciplina e nel stabilire un buon rapporto con i vostri figli.

La sana lettura è di grande aiuto. Quando i figli sono piccoli, leggete per loro dei libri o fateli leggere, ciò li aiuterà a crescere e migliorare emotivamente e scolasticamente.

E' necessario capire che i figli hanno bisogno del rapporto con l'altro genitore. Facilitate questo legame laddove è possibile. Non rendete le cose più difficili mostrando ira nei confronti dell'altro genitore perché questo potrebbe confondere i figli i quali, diversamente da voi, continuano ad amare quella persona.

Cercate di resistere alla naturale e inconscia tendenza a provare avversione nei confronti del figlio in cui rivedete il genitore con cui non avete

più rapporti affettivi.

Permettete ai figli di andare con il loro padre come stabilito dal giudice. E' possibile che vostro figlio voglia portar con sé il suo gioco preferito, un peluche o un libro. Non utilizzate queste circostanze per confrontarvi su eventuali disaccordi con l'altro genitore. Appianate i conflitti relativi a orari e non impediti i loro incontri senza un motivo valido o legale.

Se il padre dei vostri figli non può essere presente nella loro vita assicuratevi che ci sia comunque una figura maschile forte, responsabile e matura. Potrebbe essere uno zio, un nonno o un amico fidato. *Fate particolare attenzione se la scelta ricade su quest'ultimo.*

Coinvolgete i figli nelle decisioni relative alla loro vita, ma non comportatevi da amici. Hanno bisogno che voi siate un genitore. Spesso i genitori cadono nella "trappola dell'amico" probabilmente perché si sentono soli e hanno bisogno di compagnia.

Molti giovani genitori sono cresciuti sentendo parlare di minor fermezza e meno proibizioni verso i figli come buon metodo educativo, quindi tendono a comportarsi di conseguenza, ma i risultati non sono positivi. Molti studiosi in ambito sociale, così come la Bibbia, hanno sottolineato i danni causati da genitori che non hanno stabilito regole e limiti amorevoli: hanno cresciuto figli indisciplinati, frustrati, perennemente insoddisfatti e incapaci di gratitudine.

E' possibile che il genitore single si accorga del danno causato solo quando il disagio inizia a manifestarsi concretamente ed è necessario l'intervento autorevole del genitore, proprio per il bene del figlio, scoprendo a quel punto di non avere alcuna autorità agli occhi del figlio. Naturalmente il genitore deve relazionarsi con amore e rispetto, ma in qualità di genitore, non di amico o coetaneo.

### **Prendetevi cura di voi stessi e cercate l'aiuto di Dio**

Prendersi cura dei figli è fondamentale, ma occuparvi di voi stessi è altrettanto importante. Curate la vostra salute fisica, emotiva e spirituale e mantenete vive le buone amicizie con altri adulti. La convivenza, per esempio, non è una scelta sana sotto molti punti di vista, senza contare il fatto che può rivelarsi estrema-

mente rischiosa per i vostri figli.

Trascorrete del tempo con persone la cui compagnia vi allegra. Fate esercizio fisico regolarmente, non trascurate il sonno e mangiate in maniera adeguata. Questi due aspetti vi aiuteranno ad essere in forma nell'educare i vostri figli. Non abbandonatevi in abitudini autolesioniste come un consumo eccessivo o improprio di cibo, alcool o droghe.

Il ruolo del genitore è estremamente complesso, *non potete pensare di essere sia un padre che una madre per vostro figlio.* Potete però essere un buon genitore, dando una sana educazione, struttura e disciplina.

Hal Runkel, un rinomato terapeuta di problemi matrimoniali e familiari, scrive che i genitori che cadono nello stereotipo secondo cui un genitore accudisce il figlio e l'altro impone la disciplina ("*Vedrai quando tuo padre torna a casa!*") commettono un errore. Egli consiglia a tutti i genitori di fare ciò che un genitore single dovrebbe fare, assumere un po' di entrambi i ruoli. Accudite i vostri figli in ogni momento e imponete la disciplina quando necessario.

Diventare un buon genitore single è possibile. Ci sono molte sfide da gestire, ma con l'aiuto di Dio è possibile affrontarle tutte. Pensiamo alla Sua promessa: «Io non ti lascerò e non ti abbandonerò» (Ebrei 13:5). Anche quando qualcuno ci delude, sappiamo che, se continuiamo ad amarlo, Dio non dimenticherà il Suo impegno nei nostri confronti.

Possiamo fidarci di Lui, ma bisogna contraccambiare il Suo amore in modo che Lui possa a Sua volta fidarsi di noi. Riceviamo quindi il Suo supporto in maniera durevole come conseguenza di un *rapporto che si è instaurato con Lui* e non come se ricevessimo semplice elemosina.

Analizziamo il saggio consiglio che re Davide diede a suo figlio Salomone: «Riconosci l'Iddio di tuo padre, e servilo con tutto il tuo cuore e con animo volenteroso; perciocché il Signore ricerca tutti i cuori, e conosce tutte le immaginazioni dei pensieri; se tu lo cerchi, tu lo troverai; ma, se tu l'abbandoni, egli ti rigetterà in perpetuo» (I Cronache 28:9).

Se restiamo fedeli al Signore, sappiamo che Egli ci ascolta e spiana il sentiero della vita e rende più facile il nostro cammino. **BN**

# Ridare speranza ai figli dei genitori divorziati

*Ogni anno milioni di bambini subiscono il trauma del divorzio dei genitori, senza contarne tanti altri che lo hanno già vissuto con conseguenze più o meno gravi. Come è possibile aiutarli? Ce lo spiega una persona che ha sofferto lo stesso dolore.*

**L**a mia vita stava per cambiare per sempre. Sapevo che mia madre e mio padre non andavano d'accordo perché, a volte, di notte, li sentivo discutere e poi piangere. Da quella sera, però, la mia famiglia non sarebbe stata più la stessa. Osservai mio padre che ritirava dei documenti da un uomo in strada. Subito dopo lo vidi entrare in casa, fare in fretta le valigie e andarsene quasi di corsa, fu così che, in un attimo, svanì la nostra famiglia di quattro persone.

Eravamo all'inizio degli anni '70 e, anche se sempre più coppie attorno a noi si dividevano, il divorzio per me era qualcosa di distante. Ne avevo sentito parlare e conoscevo famiglie che c'erano passate, ma non pensavo che sarebbe capitato proprio a noi. Invece quella terribile notte successe.

Con il passare degli anni ho paragonato la divisione della mia famiglia ad un pugno di sabbia finissima che ti sfugge fra le dita. La sabbia ha sostanza, ma non ti ci puoi aggrappare. Anche se cerchi di trattenerla il più possibile, ti scivola dalle dita velocemente e si disperde per terra. In un attimo ti ritrovi a mani vuote.

## L'impatto del divorzio sui bambini

Non sono certo l'unico ad aver subito questo trauma. In molte nazioni il tasso di divorzio dal primo matrimonio è del 43 per cento, mentre dal secondo matrimonio è addirittura del 60 per cento. Ogni anno più di un milione di bambini subiscono le conseguenze della separazione e divorzio dei genitori.

Che si tratti di un divorzio "civile" o meno, i figli di genitori divorziati sono travolti da un'esperienza dolorosissima. Quel che è peggio, si porteranno dietro le ferite anche da



La distruzione della famiglia è come sabbia finissima nelle tue mani: anche se cerchi di trattenerla in pugno, ti sfugge fra le dita velocemente e si disperde per terra. In un attimo ti ritrovi a mani vuote.

adulti. Il tasso di divorzio in casi simili ha dimostrato una probabilità del 60% per il primo matrimonio. Per non parlare del loro cattivo rapporto con la religione e con Dio; è esigua la loro appartenenza a qualsivoglia organizzazione religiosa rispetto ai loro coetanei provenienti da famiglie "normali". Fanno fatica a considerare Dio un padre amorevole, tenero e compassionevole; molti vedono Dio al contrario, distante, freddo e disinteressato ai problemi quotidiani dell'umanità.

Altri rifiutano l'idea di un Dio personale e preferiscono comunicare spiritualmente con la natura o praticare una meditazione solitaria oppure oscuri ritualismi. Una relazione reale, personale e stretta con il Creatore sembra irrealizzabile e forse non la desiderano nemmeno, ma una tale situazione non è d'aiuto ma di ostacolo.

## Imparare ad avere ancora fiducia

Il trauma del divorzio può creare ostacoli mentali ed emotivi allo sviluppo di una fede solida, che però possono essere superati. La chiave sta nella *fiducia*, nel *senso di appartenenza* e nella *speranza*.

Spesso i figli sentono che un legame sacro è stato spezzato: «*Se non posso esser sicuro di potermi sempre fidare dei miei genitori come posso affidarmi ad altri o a Dio?*». Quando l'esperienza con il padre umano è negativa o persino inesistente, per molti è difficile accettare l'affermazione biblica secondo la quale «Dio è il Padre nostro» (Matteo 6:1). La parola «padre», in questi casi, non genera molta fiducia. Dio, però, è sempre degno di fiducia, essendo perfetto. I nostri genitori, invece, per quanto

meravigliosi, non potrebbero mai esserlo. Egli promette che non ci lascerà né ci abbandonerà mai (Ebrei 13:5) e questa è una grande promessa!

Un essere umano può deluderci, ma non il nostro Creatore. Egli sa ciò di cui abbiamo bisogno e quando. Forse non lo concederà subito, ma possiamo essere sicuri che, se ci rivolgiamo a Lui fiduciosi del Suo amore e della Sua misericordia, Egli ci donerà, nel tempo, quello che realmente ci serve.

Anche il divorzio dei miei genitori, che ha scosso profondamente la mia vita, ha potuto trasformarsi in qualcosa di buono (Romani 8:28). Con il tempo la promessa di Dio si è dimostrata del tutto degna della mia fiducia.

### Riacquistare il senso di appartenenza

Il desiderio di appartenenza è un bisogno primario praticamente di noi tutti, sembra codificato nella nostra natura umana. Alcune persone lo soddisfano nello sport, nell'ambito accademico, nell'arte, nella musica o nell'assistenza agli altri. Alcuni lo ritrovano addirittura nella ribellione.

Dio ci offre la possibilità di appartenere a qualcuno, d'essere parte di qualcosa ben più grande di noi stessi. Egli ha promesso di costruire la Sua Chiesa, di proteggerla e occuparsene. Niente potrà vincerla (Matteo 16:18). E noi possiamo far parte di qualcosa che realmente cambierà il mondo!

Dio sta chiamando dei figli a Sè e sta offrendo loro un posto nel Regno che sarà stabilito sulla terra da Cristo al Suo glorioso ritorno (Ebrei 2:10; Rivelazione 5:10). Egli sta edificando la Sua famiglia e, se ci affidiamo a Lui, accettando la Sua volontà, potremo avere e sentire questo senso d'appartenenza.

### Attendere speranzosi

La fiducia e il senso di appartenenza sono fonte di grande speranza. Il divorzio, con i suoi dolori, fa ben poco per nutrire la speranza nel futuro, ma se impariamo ad affidarci al nostro Padre celeste e ci rendiamo conto di far parte del Suo

Regno, possiamo cogliere la speranza che Dio offre all'umanità.

Egli ci assicura che il nostro ecosistema non crollerà totalmente su sè stesso e nemmeno finirà in una nuvola di gas nocivo o radioattivo dopo un olocausto nucleare. Al contrario, Dio ci incoraggia, promettendo che interverrà e invierà Gesù Cristo per accompagnarci in un meraviglioso mondo di pace mai visto dal genere umano (Isaia 9:7). Ma anche adesso le nostre vite possono essere diverse. Dio stabilisce le leggi che governano le relazioni e, in particolare, il matrimonio. Se le seguiremo fedelmente e rispetteremo l'istituzione del matrimonio che Dio ha creato non finiremo come quel 60 per cento di divorziati senza il riferimento quotidiano della parola di Dio.

### Dio mantiene le Sue promesse

Quando i miei genitori divorziarono, la nostra famiglia si dissolse in sabbia e finì nel nulla. L'impatto fu duro perché colpì il mondo in cui avevo creduto fino allora. Con il tempo, però, grazie alla Bibbia e all'esperienza personale con Dio ho scoperto fiducia, senso di appartenenza e una grande speranza per il presente e il futuro.

Non ho mai divorziato e ho condiviso insieme ai miei familiari più di vent'anni felici. La mia fede è sempre più forte ed è la base di ogni cosa che ho compiuto. La mia vita oggi è più completa di quello che avrei mai immaginato quella notte buia di tanti anni fa. Ma sento che, senza il mio stretto rapporto con Dio, avrei fatto lo stesso errore di mio padre, facendo soffrire a mia volta molte persone a me care.

Le parole dell'apostolo Paolo nella sua epistola ai Romani 8:28 rivelano una verità assoluta sull'amore che il Padre Eterno nutre soprattutto verso quei figli che pur essendo orfani o abbandonati dal genitore, rafforzano il rapporto con il loro Creatore. Essi testimoniano che «tutte le cose cooperano al bene di quelli che amano Dio, i quali sono chiamati secondo il Suo proposito». **BN**

## Chi c'è dietro La Buona Notizia?

Molti nostri lettori ci scrivono per chiederci chi siamo e come possiamo produrre tutte queste pubblicazioni e inviarle gratuitamente via internet o per via postale a migliaia di persone.

La risposta spiega un miracolo della fede. Tutte le nostre pubblicazioni sono rese possibili dai nostri lettori e dai membri cristiani della Chiesa di Dio Unita; quest'ultima è composta di credenti d'ogni nazionalità, d'ogni razza e lingua, da ogni parte del mondo.

Quelli che sostengono questa Missione, condividono il nostro stesso obiettivo: proclamare il vangelo del Regno di Dio in tutto il mondo. onde ne sia resa testimonianza a tutte le genti ed insegnare loro ad osservare tutt le cose che Cristo ha comandato (Matteo 24:14; 28:19-20).

Il messaggio di Gesù è davvero una Buona Notizia per tutti i tempi, la risposta a tutti i problemi dell'umanità, problemi individuali e collettivi.

La nostra letteratura gratuita vi aiuta a comprendere più a fondo la Sacra Bibbia, la quale fornisce le risposte ai dilemmi che eludono ogni umana soluzione e che ora iniziano a minacciare persino la sopravvivenza del genere umano.

La Buona Notizia e tutte le nostre pubblicazioni sono impegnate a diffondere «L'Evangelo del Regno di Dio» in tutto il mondo e a far conoscere il piano di Dio per la salvezza eterna del genere umano.

Perché quest'opera gratuita è stata chiamata un miracolo della fede? Perché quelli che la sostengono, per farla giungere agli altri senza un prezzo, mettono in pratica la regola d'oro enunciata da Gesù, che disse: «Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date» (Matteo 10:8).

Inoltre, Gesù ha dato alla Sua Chiesa la responsabilità di «pasce-re il gregge di Dio» e di aiutare quelli che lo ricercano (Giovanni 21:15-17). Per maggiori informazioni, telefonare o scrivere alla nostra sede. A pagina 2 puoi trovare i nostri recapiti. **BN**

# Meditazione: Che genere di pensieri coltivate?

*La Bibbia ci istruisce riguardo agli strumenti che possiamo usare al fine di crescere spiritualmente e costruire il nostro rapporto con Dio.*

*In questo articolo esaminiamo l'importanza dei pensieri e della meditazione spirituale.*

**C**he cosa stavate pensando prima di leggere questo articolo? Che cosa state pensando in questo momento? Che cosa sto pensando mentre io scrivo? Dio sa leggere la nostra mente, si preoccupa del genere di pensieri che intratteniamo e faremo bene a preoccuparcene anche noi!

Le nostre menti sono le cose più importanti, poiché noi siamo ciò che pensiamo ed abbiamo a cuore.

La Bibbia ha molto da dire sul "cuore" umano, un termine che può essere sinonimo di "mente," ma che enfatizza le funzioni del pensiero, i comportamenti, le emozioni, la personalità ed il carattere. Il termine «cuore» è menzionato nella Bibbia ben più di 800 volte!

Dio ci pesa in gran parte in conformità a ciò che avviene nei nostri cuori. «L'Eterno non vede come vede l'uomo; l'uomo, infatti, guarda all'apparenza, ma l'Eterno guarda al cuore» (I Samuele 16:7).

Nel sermone sul monte in Matteo, dal cap. 5° fino al 7°, Gesù Cristo ha precisato che obbedire a Dio con i nostri pensieri è tanto importante quanto obbedirlo con le nostre parole e le nostre azioni. Così lo spirito della legge è importante quanto il senso letterale della legge. Non dobbiamo meravigliarci del fatto che Dio odia l'ipocrisia. Rivolgendosi ad alcuni leader religiosi ipocriti, Gesù disse: «Anche voi esteriormente sembrate giusti verso gli uomini, ma dentro siete pieni di ipocrisia e di illegalità» (Matteo 23:28).

Raramente i pensieri possono essere tenuti nascosti per sempre, poiché di solito portano alle parole e alle azioni. «La bocca parla dall'abbondanza del cuore» (Luca 6:45).

Nelle nostre pubblicazioni scriviamo spesso degli strumenti spirituali essenziali quali la preghiera e la conoscenza della Parola di Dio, la Bibbia, ma la qualità e l'efficacia delle nostre preghiere e della lettura della Bibbia migliorano notevolmen-

te solo quando ci soffermiamo a meditare attentamente su ciò che Dio ci dice e su ciò che noi diciamo a Lui. Prendersi il tempo di pensare seriamente rende la nostra preghiera e lo studio della Bibbia significativi e fruttuosi anziché meccanici e superficiali.

## Molti tipi di "meditazione"

Il contemplare o il riflettere su un argomento è comunemente chiamato «meditazione». Di per sé questo termine non è religioso. In origine la Bibbia era scritta quasi interamente in ebraico e in greco. Secondo queste lingue antiche il ponderare e il meditare significano la stessa cosa, molto



Contemplando la sua stupefacente creazione possiamo imparare molto riguardo al nostro amorevole Creatore.

simile al «considerare», a «immaginare», a «soppesare».

Nella Bibbia la meditazione non è mai descritta come un rituale religioso o emotivo. È semplicemente puro pensiero, riflessione, contemplazione o concentrazione. Certamente la qualità del nostro pensiero può continuare a migliorare, soprattutto quando preghiamo regolarmente per ottenere la guida di Dio.

La preghiera, lo studio della

Bibbia e la meditazione richiedono del tempo. Molta gente è tentata a trascurare questi argomenti perché si sente troppo impegnata, il che è simile alla vita di un giovane seme soffocato dalle erbacce (Luca 8:14). Questo è il nocciolo del problema: trovate un luogo tranquillo e la volontà di riappropriarci del tempo perduto per riservarlo a Dio! Il nostro rapporto e dialogo con Dio hanno bisogno di nutrimento, il che richiede tempo.

Oggi assistiamo ad una vera e propria mania nei confronti di varie meditazioni orientali, le quali danno solo l'illusione della pace interiore. Stati mentali ingannevoli, perché la vera pace interiore deriva a seguito di quel cambiamento mentale che

l'Iddio chiama «ravvedimento dei tuoi peccati». Non c'è da meravigliarsi se la maggior parte della gente preferisce illudersi seguendo la strada più facile e meno impegnativa.

Anche gran parte di ciò che è stato scritto sul "potere del pensiero positi-

vo" è più umanitarismo, più psicologia lacunosa e più mania dello "spirituale contro il materiale" della New Age, piuttosto che qualcosa di biblico. Alcune di queste cose sono un culto della mente anziché culto del Creatore delle menti!

Per molte persone la meditazione è considerata come un esercizio mentale da eseguire per soddisfare la propria religiosità. Questo scoraggia molti credenti perché trasforma la

## Meditazione travisata e mistica

La meditazione orientale è, in generale, un tentativo di svuotare la mente, mentre la meditazione cristiana riempie la mente. La prima guarda all'interno (per ottenere l'accesso al presunto "io superiore" oppure mira a farci "comprendere" ciò che ci circonda (la "madre terra" o il "cosmo") mentre la meditazione cristiana consiste nel far vedere la sporcizia dell'uomo e il bisogno di purificazione attraverso la fede e l'ubbidienza all'Iddio Creatore Dio. La meditazione orientale è il cadere in trance, mentre quella cristiana è l'unione spirituale dell'uomo con Dio.

Il tentativo di svuotare la mente per ottenere l'"illuminazione" include la "meditazione trascendentale", la cui moda è cominciata nel 1956 da parte di Maharishi Mahesh Yogi. Molti seguaci di questo tipo di meditazione credono nel potere del "pensiero collettivo" - spesso chiamato "effetto Maharishi" - per cui molte persone, semplicemente pensando la stessa cosa, fanno accadere qualcosa! In pratica dicono: "Chi ha bisogno di Dio o della preghiera, quando possiamo far affidamento sulla nostra mente"?

Satana continua ad ingannare il mondo dicendo: «I vostri occhi si apriranno e sarete come Dio, conoscendo il bene e il male» (Genesi 3:5-6). Egli sostiene di essere «un angelo di luce», ma in realtà acceca soltanto la gente, così che essa si trova nell'oscurità spirituale (2 Corinzi 11:14; 4:4).

La meditazione secolare viene generalmente raccomandata per il rilassamento terapeutico del corpo. Questo può essere utile ed innocuo ma, di solito, chi la pratica è ingenuamente tentato ad "addentrarsi" nelle filosofie e nelle pratiche più spirituali. Fra poco certe persone potrebbero recitare un mantra e studiare il misticismo zen. Ci sono molti buoni modi per rilassarsi che non hanno alcun legame con le religioni orientali come il buddismo, l'induismo o il taoismo.

La meditazione di tipo orientale è pericolosa. In primo luogo è legata alla falsa religione, che ci aliena da Dio (confronta Deuteronomio 12:29-32; 18:9-14). In secondo luogo, qualsiasi tentativo di svuotare la mente nella speranza di ottenere l'illuminazione telepatica è un'influenza demoniaca che ci attrae senza che ce ne rendiamo conto. (confronta Luca 11:24-26).

Il diffuso fascino odierno per la religione orientale non è «nulla di nuovo sotto il sole» (Ecclesiaste 1:9). Parlando per mezzo di Isaia al Suo popolo che avrebbe dovuto conoscere bene, Dio disse: «Sono pieni di superstizioni orientali; praticano la magia come i Filistei e stringono alleanze con i figli degli stranieri» (Isaia 2:6). **BN**

meditazione in un rituale artificioso. Potrebbe essere uno shock per alcuni, ma la Bibbia non insegna alcun rituale mentale artificioso - perché il pensare le cose che ci stanno a cuore è un processo naturale, e lo facciamo continuamente. Ci sono però argomenti o situazioni che richiedono alle nostre menti una maggiore attenzione, un più profondo pensiero.

Quale pensate sia il tipo di meditazione più comune e più frequente? La preoccupazione! Che cosa triste che ad occupare le nostre menti siano spesso le preoccupazioni! Invece di permettere ai problemi di creare preoccupazione nella nostra mente dovremmo pregare Iddio! In Matteo 6:25-34 Gesù Cristo ci dice di non preoccuparci - ma di mettere Dio al primo posto e di fidarci di Lui per le nostre necessità.

Ci sono molti tipi di meditazione costruttivi, come l'analisi, la programmazione anticipata e la soluzione dei problemi. La meditazione dovrebbe essere pratica e costruttiva! Molti pensieri, pur non essendo malvagi, sono però dedicati a cose insignificanti. Fate attenzione a non sprecare il vostro tempo e la vostra vita in quel modo.

Purtroppo molti pensieri sono carnali e distruttivi - poiché si fondano sulle paure, sui risentimenti, sull'invidia, sui desideri smodati, sull'orgoglio e così via. Dio, comunque, vuole che tutti i nostri pensieri diventino puri. «Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio» (Matteo 5:8). Cerchiamo quindi di allontanare i cattivi pensieri dalle nostre menti riempiendole di pensieri buoni. La purezza di cuore può solo derivare dalla vera conversione spirituale. Abbiamo bisogno di Dio per guarire i nostri problemi di "cuore"!

### Argomenti su cui meditare

Rivolgiamo più da vicino lo sguardo a ciò che Dio ci dice di pensare. Per uno studio più completo potete usare una concordanza della Bibbia per trovare e leggere tutti i versetti che citano termini come meditare, pensare, raccogliersi in meditazione, ponderare, immaginare, ricordare, esaminare, osservare, ecc.

Troviamo due classici versetti su questo argomento in Filippesi 4: «Rallegratevi sempre nel Signore. Ve lo ripeto ancora: Rallegratevi!» (v. 4), e «Quanto al rimanente, fratelli,

tutte le cose che sono veraci, tutte le cose che sono oneste, tutte le cose che sono giuste, tutte le cose che sono pure, tutte le cose che sono amabili, tutte le cose che sono di buona fama, se c'è qualche virtù e se c'è qualche lode - pensate a queste cose» (v. 8).

Il centro della nostra attenzione e del nostro culto dovrebbe essere il nostro solenne Creatore, Dio! Spesso tendiamo a guardare a noi stessi anziché a Dio. «Se dunque siete resuscitati con Cristo, cercate le cose di lassù, dove Cristo è seduto alla destra di Dio. Abbiate in mente le cose di lassù, non quelle che sono sulla terra» (Colossesi 3:1-2).

Meditate sul vostro Creatore e Signore. Contemplate la Sua onnipotenza, la Sua onniscienza e la Sua onnipresenza. Siate pieni di gratitudine per la Sua bontà, la Sua grazia e la Sua gloria. Meditate sulla Sua perfezione, sulla Sua personalità e sulla Sua provvidenza. Siate in riverente timore verso Dio.

### Meditare sulle parole e sulle opere di Dio

Leggete e meditate sulla rivelazione di Dio all'umanità, le Sacre Scritture. Questo significa ascoltare veramente Dio.

Possiamo comprendere il perché il capitolo più lungo della Bibbia, il Salmo 119 con i suoi 176 versetti, è completamente dedicato alla lode di Dio per la Sua Parola e le Sue leggi. «Mediterò sui tuoi comandamenti, e considererò i tuoi sentieri» (v. 15). «Oh, quanto amo la tua legge! E' la mia meditazione di tutto il giorno» (v. 97). «Gli occhi miei prevengono le viglie della notte, per meditare la tua parola» (v. 148).

Possiamo imparare molto sul nostro amorevole Creatore, contemplando la Sua stupenda creazione (Romani 1:20; Salmo 19:1-4; 139:13-18; Giobbe 38-39). Un modo per meditare consiste nel trascorrere il tempo all'aria aperta meravigliandoci di tutte le cose che Dio ha creato!

Dobbiamo inoltre saper esprimere la nostra gratitudine a Dio, per il Suo magnifico piano di salvezza per il genere umano. Egli vuole condurre quelli che si ravvedono alla vita eterna dentro il Suo meraviglioso Regno.

Re Davide ha espresso in modo meraviglioso questa prospettiva: «Quando considero i tuoi cieli, che

sono opera delle tue dita, la luna e le stelle, che tu hai disposte, che cosa è l'uomo perché te ne ricordi, e il figlio dell'uomo perché te ne curi?» (versetti 3-4).

### **Quando meditare?**

Il salmista di Dio parla di un uomo giusto il cui «diletto e meditazione sono giorno e notte nella legge dell'Eterno» (Salmo 1:2). Prendetevi del tempo per fare una pausa e per meditare su ciò che state leggendo nella Bibbia per ottenere il discernimento e l'ispirazione spirituali, sforzandovi di adempiere quanto scritto in Giovanni 14:14-17).

Pensate all'analogia tra il mangiare e il nutrimento spirituale. Il cibo è digerito meglio quando lo mangiamo lentamente e lo mastichiamo bene. Per digerire ed assorbire la Parola di Dio dobbiamo "masticarla" bene e gustare ogni boccone. E' interessante il fatto che il verbo "ruminare" possa riferirsi sia ad un mammifero che rumina, che al meditare continuamente su un argomento.

Mentre riflettiamo sui vari aspetti della verità rivelata da Dio, assorbiamo, interiorizziamo e facciamo nostre le Sue sante vie. Così facendo le parole incise nella pietra o scritte sulla carta, le leggi di Dio, diventano scritte sui nostri cuori! (Ebrei 8:10).

### **La vera meditazione è anche esame di coscienza**

Il motivo principale per meditare sulla Parola di Dio dovrebbe essere quello di analizzare come possiamo applicare e mettere in pratica ciò che stiamo imparando. «Questo Libro della Legge non si diparta mai dalla tua bocca, ma meditalo giorno e notte, cercando di agire secondo tutto ciò che vi è scritto, perché allora riuscirai nelle tue imprese, allora prospererai» (Giosuè 1:8).

Cercate di inserire la meditazione nella vostra preghiera; in questo modo la preghiera diventa un dialogo con Dio. Quando avete dei problemi, pregate e chiedete a Dio di rivelarvi le soluzioni migliori, e non mancate di ringraziarlo per le benedizioni che vi ha elargito.

La crescita spirituale richiede il riconoscere sia i propri peccati sia il bisogno di essere purificati (I Corinzi 11:28 e II Corinzi 13:5). Pregate Dio affinché vi aiuti a vedere voi stessi nel modo in cui vi vede Lui. Se avete

difficoltà a pregare Iddio, l'umiliazione del digiuno, il riscoprire la fragilità del nostro essere, può aiutarvi ad avvicinarvi all'Iddio Creatore con la dovuta riverenza.

Mentre ci analizziamo e facciamo questo "esame di coscienza" basato sui principi della Parola di Dio, scopriamo di aver un bisogno vitale anche del «dono dello Spirito Santo» per un più profondo discernimento spirituale e per iniziare una «vita nuova», degna di ricevere l'immortalità «nell'ultimo giorno del piano di Dio. (Per sapere come ricevere il dono dello «Spirito Santo», richiedete la ristampa degli articoli La via che conduce alla vita eterna, e Il genere di fede che conduce alla salvezza).

Una volta che riconosciamo i nostri peccati, dobbiamo confessarli a Dio e ricercare il Suo perdono. Troviamo un esempio ispiratore di pentimento, di confessione e di preghiera nel Salmo 51°, scritto dal re Davide: «Lavami del tutto della mia iniquità e purificami dal mio peccato... O Dio, crea in me un cuore puro e rinnova dentro di me uno spirito saldo» (versetti 2 e10).

Quando meditiamo sulla Parola di Dio, dovremmo usarla come uno specchio che ci aiuti a vedere quello che dobbiamo cambiare.

### **Il pericolo della manipolazione mentale**

Considerate adesso il potere che i mezzi di comunicazione moderni hanno nel manipolare i nostri pensieri. Per esempio, non importa quanto a lungo dura un film, tuttavia esso, di solito, cattura tutta la nostra attenzione. Con tutta la tecnologia odierna, noi spettatori sperimentiamo e rispondiamo indirettamente a tutto ciò che avviene sulla scena.

I produttori e i registi televisivi spesso agiscono in base ad uno schema preciso per influenzare il pubblico. Se vogliono che noi simpatizziamo per un ateo con uno stile di vita immorale e che proviamo disprezzo per un sincero padre di famiglia cristiano, essi possono manipolare facilmente i sentimenti della gente in quella direzione disastrosa (Isaia 5:20). In definitiva, dietro tutte le influenze malvagie e dietro l'inganno c'è Satana il diavolo (I Giovanni 5:19; II Corinzi 11:3, 14).

Invece di essere sprovveduti davanti ai pericoli, dobbiamo saper

proteggere le nostre menti in modo che non siano inquinate, perché una mente inquinata può produrre solo frutti negativi. Quando siamo ripetutamente esposti al peccato, come ad esempio il sesso immorale, la pornografia, la violenza e il linguaggio osceno, le nostre coscienze diventano insensibili e i nostri valori morali vengono distrutti. Le azioni diventano abitudini e le abitudini causano assuefazione e schiavitù.

Tutti possiamo pregare regolarmente come dice il Salmo 119:37 - «Distogli i miei occhi dalle cose vane e vivificami nella Tue vie». Possiamo chiederci: «Quali film e spettacoli televisivi guarderebbe Gesù Cristo? Che musica ascolterebbe? Che libri e riviste leggerebbe o guarderebbe? E cosa penserebbe in proposito?»

«Custodisci il tuo cuore più d'ogni altra cosa, perché da esso procedono le sorgenti della vita» (Proverbi 4:23). Governiamo quindi i nostri cuori! O, meglio, lasciamo che sia Dio a governarli!

### **Dio legge le menti**

La gente tende a credere che non importa se i pensieri sono peccaminosi, a patto di non agire in base ad essi - poiché nessuno conosce i pensieri della gente. Ma Qualcuno li conosce; Dio conosce ogni pensiero di ogni persona (Salmo 139), e ci considera responsabili dei nostri pensieri, delle nostre parole e dei nostri comportamenti (Matteo 5).

In II Corinzi 10:3-5 l'apostolo Paolo parla della guerra spirituale cui noi siamo chiamati a fare: dobbiamo «distruggere le argomentazioni ed ogni altezza che si eleva contro la conoscenza di Dio, e rendere sottomesso ogni pensiero all'ubbidienza di Cristo» (v. 5). Questo è impossibile a livello umano, ma non quando consentiamo a Dio di operare per mezzo nostro. Allora, con l'apostolo Paolo, possiamo dire: «Io posso ogni cosa in Cristo che mi fortifica» (Filippesi 4:13).

Che la conclusione del bellissimo Salmo 19, nel versetto 14, sia la nostra preghiera: «Siano gradite davanti a te le parole della mia bocca e la meditazione del mio cuore, o ETERNO, mia forza e mio Redentore». **BN**

# Meravigliose Realtà e Profezie di Cose a Venire

Per i nostri affezionati abbonati, elenchiamo qui di seguito le date delle prossime festività annuali comandate da Cristo, per il 2008

Pasqua di Gesù Cristo:	19 aprile
Festa dei Pani Azzimi:	20-26 aprile
Festa di Pentecoste:	8 giugno
<b>Festa delle Trombe:</b>	<b>30 settembre</b>
<b>Festa dell'Espiazione:</b>	<b>9 ottobre</b>
<b>Festa dei Tabernacoli:</b>	<b>14-20 ottobre</b>
<b>Festa del Giudizio Finale:</b>	<b>21 ottobre</b>

Le feste istituite da Dio rivelano il Suo meraviglioso disegno per la glorificazione della Chiesa fondata da Gesù Cristo e per la salvezza di tutti coloro che si ravvedono.

Gesù iniziò la sua predicazione dicendo: «Ravvedetevi, perché il regno dei cieli è vicino!». Le feste di Dio s'incentrano sul Vangelo, svelano il mistero del regno di Dio, le fasi storiche e profetiche di come e quando quel regno celeste inonderà la terra e potrà cambiare la tua vita!

**Vuoi partecipare alle feste istituite da Gesù Cristo?  
Contattaci.**

Prenota oggi stesso la tua partecipazione alla  
Festa dei Tabernacoli - dal 14 al 21 Ottobre.  
Vivi otto giorni di rigenerazione spirituale con il popolo di Dio.

**Approfondisci svariati temi biblici visitando oggi stesso il nostro sito web, dove potrai iscriverti gratuitamente alla nostra Biblioteca Virtuale e far parte della nostra *Community* di migliaia di interessati allo studio della Parola di Dio, la Bibbia.**

**[www.labuonanotizia.org](http://www.labuonanotizia.org)**

