

# Il timore

Malattie e infermità di diversa natura sono eredità dell'umanità che vive in un mondo reso imperfetto dal peccato. Negli anni più recenti un'altra branca della scienza medica è stata costituita per studiare le conseguenze causate da una mente oppressa dall'angoscia. Il medico fino ad allora si era occupato quasi esclusivamente del corpo, ora, invece, lo psichiatra è divenuto il dottore della mente.

L'angoscia mentale, come malattia fisica, ha colpito tutti: il giovane e l'anziano, il ricco e il povero, l'ateo e il religioso. Giobbe soffrì, così Ella e più di una volta anche i discepoli di Gesù, in occasioni diverse, furono influenzati dal timore. Quando ascoltiamo pazientemente le confidenze di coloro che vivono queste esperienze, proviamo sempre un senso di commozione e di profonda simpatia. In un ospedale di Londra ho visitato un ebreo di origine tedesca che si era laureato all'università di Cambridge, ma a causa della eccessiva tensione psicologica era stato costretto ad abbandonare la sua professione. Credo che il settore della guarigione dai mali che affliggono la mente debba essere la preoccupazione della Chiesa nella stessa misura di quella manifestata per i corpi e per le anime degli uomini, e questo bisogno aumenterà sempre di più.

Negli articoli che seguono considereremo alcune cause dell'angoscia. Non tratteremo, però, l'argomento come uno psichiatra dilettante, perché crediamo che i termini usati in psicologia non siano

particolarmente d'aiuto. Piuttosto, ne parleremo come ministri dell'Evangelo che conoscono *"il Grande Medico"*, la cui capacità è ancora oggi intatta per tutti coloro che credono in Lui.

## Il timore nella sua giusta prospettiva

Per quanto possa suonare strano, c'è un posto legittimo per il timore nella vita degli esseri umani. È uno stato d'animo di fondamentale importanza nell'esistenza, conseguenza diretta dell'istinto di conservazione: è un deterrente. Il timore ci induce a guardare da entrambi i lati della strada prima di attraversare. Il timore ci obbliga a mettere una protezione davanti ai caminetti delle nostre case per evitare che i bambini si brucino. La paura per le conseguenze di un atto illecito, può essere un buon deterrente per un potenziale criminale. Tale timore è stato posto nella personalità umana dall'Onnisciente Dio e non è presente per impoverire le nostre vite, ma per salvaguardarle ed arricchirle. L'Antico Testamento non esalta forse un certo tipo di timore definendolo come *"il principio della Sapienza"*? *"Il timore dell'Eterno"*!

Quale pernicioso meccanismo si è, invece, innescato quando il timore opprime la mente umana? È divenuto esagerato e sproporzionato! Si è trasformato in:

## Timore anormale

Nella prima Epistola di Giovanni (4:18) la Parola di Dio dichiara che: *"La paura implica apprensione di castigo"*. Il termine originale per paura è "phobos", che significa appunto paura, terrore e dal quale derivano i termini "fobia", "idrofobia" (paura dell'acqua) e "claustrofobia" (paura per i luoghi chiusi, come ascensori, autobus affollati, ecc.).



Per aiutare coloro che sono angosciati dal panico, dal terrore e dalla paura è essenziale riuscire ad ottenere la loro collaborazione. Come per la nascita a nuova vita spirituale, è necessaria la nostra partecipazione anche se delle volte può risultare del tutto inadeguata.

### La paura deve essere affrontata

Evitarla certamente non ci aiuterà. Bisogna chiedere al Signore il coraggio di affrontare i fatti per quanto spiacevoli possano apparire. Non è stata una missione facile quella che Gesù ha svolto quando è venuto in terra per redimerci, ma Egli non ha calcolato il costo, si è disposto a pagare il prezzo. La fede cristiana non è evitare e sfuggire i problemi della vita, ma piuttosto consiste in un continuo esercizio per affrontare l'avversario.

Nell'ascoltare le persone che si confidano con i ministri dell'Evangelo, è interessante notare i particolari motivi che sono alla base dei loro timori, delle loro paure e fobie.

Un famoso pastore evangelico di Londra per un certo periodo di tempo era stato afflitto dalla sensazione di soffrire di un serio problema di cuore, ma, dopo aver consultato un medico, scoprì che le sue sofferenze erano conseguenza di un problema di digestione aggravato dal modo in cui ingeriva i cibi. Affrontò la situazione e si trovò a metà strada verso la soluzione.

### Come vincere il timore

Non soltanto bisogna che affrontiamo i nostri timori, ma con la grazia di Dio dobbiamo anche vincerli. Spesso siamo animati da un tipo di fede malaticcia, perché ci aspettiamo che Dio faccia tutto per noi. Dobbiamo invece nutrire fede certa e coraggio, ed allora sicuramente Dio farà la Sua parte. Nel campo del trasporto aereo, se avviene un incidente, i componenti del personale vengono sempre riammessi ai turni di volo alla prima opportunità, altrimenti la paura prende il sopravvento e non voleranno mai più. Spesso abbiamo sentito di persone coinvolte in un incidente stradale o ferroviario che si sono ripromesse di non guidare più o di non usufruire più del treno. In questo modo si fa spazio alla paura. Talvolta, le nostre paure divengono sempre più grandi, fino a che la mente non riesce più a sopportarle ed allora sopraggiunge



l'esaurimento nervoso. Abbiamo incontrato un buon numero di persone ossessionate dalla paura al punto da non uscire più di casa. Costoro non vogliono affrontare e vincere le loro paure.

Perciò, se hai avuto una triste esperienza, la paura ti dirà: "non andare, ti ricordi cosa è accaduto l'ultima volta?"; la fede invece ti suggerirà: *"andrò nel nome del Signore e vincerò la mia paura"*.

Non molto tempo fa viaggiando con mia moglie su un treno verso Londra, all'improvviso entrammo in un tunnel abbastanza lungo e il conducente, per qualche ragione, si dimenticò di accendere le luci. L'esperienza non risultò molto gradevole e la reazione immediata fu quella di usare un'altra linea ferroviaria per evitare il tunnel in futuro, ma questo avrebbe dato adito al timore! Invece, continuammo a viaggiare sulla stessa linea ferroviaria e con l'andare del tempo abbiamo completamente dimenticato quel triste episodio.

Altri, avendo imparato a nuotare, si accertano di non andare mai nella parte più profonda della piscina, dimenticando che lo scopo del nuoto è proprio quello di sottrarci alle acque profonde! Quale gioia possiamo perdere accarezzando le nostre piccole, sciocche, segrete paure!

### Il timore attrae altro timore.

A che cosa in particolare volesse riferirsi non sappiamo, ma Giobbe un giorno affermò: *"Quel che pavento mi piomba addosso"* (Giob. 3:25). Consideriamo per un momento il problema della buona e della cattiva sorte. Il terribile numero tredici (numero sfortunato per gli

anglosassoni, come il diciassette per gli italiani), la rottura di uno specchio, vedere la luna nuova attraverso un bicchiere, i coltelli che si incrociano..., Tutti questi simboli e casi dell'esistenza sono per molta gente causa di timore, e poi il diavolo fa il resto. In realtà, non c'è nulla di male in nessuna di queste cose, ma la superstizione e il timore vi si collegano automaticamente e l'avversario ne approfitta per intrappolare i semplici.

Noi possiamo e dobbiamo vincere i nostri timori, e la Scrittura lo afferma: *“In questo l'amore è reso perfetto in noi, affinché abbiamo confidenza nel giorno del giudizio: che quale egli è tali siamo anche noi in questo mondo. Nell'amore non c'è paura anzi l'amore perfetto caccia via la paura; perché la paura implica apprensione di castigo...”* (1 Giov. 4:17-18). Il timore del castigo si riferisce al giudizio divino e il cristiano non nutre alcuna paura in attesa di quel giorno! Perché *“abbiamo confidenza nel giorno del giudizio”* e, *“non c'è alcuna condanna per coloro che sono in Cristo Gesù”*. *“L'amore perfetto caccia via la paura”*.

In questo consiste la salvezza: ricevere l'amore di Dio nel nostro cuore, nella nostra vita ed essere certi che Dio non è più il nostro giudice ma il nostro Padre Celeste. Quando questa verità è appieno afferrata dalla nostra anima, la fede e l'amore prendono possesso e la paura e il peccato escono, e la vita può essere pienamente e serenamente realizzata.

Keith Munday

da: *“Cristiani Oggi 14/90”*