CINGETE I FIANCHI DELLA VOSTRA MENTE

Una mente pronta all'azione, sobria e trasformata contemplando Cristo
Studio biblico su 1 Pietro 1:13-16

Quando l'apostolo Pietro scrive «cingete i fianchi della vostra mente», usa un'immagine che i suoi lettori potevano comprendere facilmente. Chi indossava una veste lunga, prima di mettersi in cammino o di affrontare un lavoro, la raccoglieva per non inciampare. Pietro applica questa immagine alla nostra mente. Ci sta dicendo di prepararci, di non vivere distrattamente, lasciando che siano le circostanze, le emozioni o i pensieri del momento a decidere come ci comporteremo. Ma per comprendere bene queste parole dobbiamo partire dal loro contesto. In 1 Pietro 1:13-16 leggiamo l'invito a preparare la mente all'azione, a essere sobri, a porre pienamente la speranza nella grazia che sarà portata alla rivelazione di Gesù Cristo e, come figli ubbidienti, a non conformarci ai desideri di un tempo, ma a essere santi nella nostra condotta. Tutto questo comincia con una parola: «perciò». Pietro non parte da quello che dobbiamo fare per meritare l'amore di Dio. Nei versetti precedenti ha parlato della nuova nascita, della speranza viva e della salvezza che Dio ci ha donato. Solo dopo ci mostra come rispondere. Questo ordine è fondamentale: non cerchiamo di cambiare per convincere Dio ad accettarci; desideriamo cambiare perché in Cristo abbiamo conosciuto la sua grazia.

A volte, nella vita cristiana, cadiamo in uno di due errori. Possiamo pensare che basti modificare alcuni comportamenti esteriori per diventare interiormente diversi. Oppure possiamo dire che Dio farà ogni cosa e che noi non dobbiamo impegnarci in nulla. La Scrittura non sostiene nessuno di questi estremi. In Filippesi 2:12-13 Paolo invita i credenti a vivere concretamente la loro ubbidienza e aggiunge che è Dio a operare in loro tanto il volere quanto l'agire. Non significa che Dio faccia una parte e noi l'altra, come se la trasformazione fosse il risultato di una collaborazione alla pari. Significa che la sua opera ci rende capaci di rispondere. Lo Spirito Santo trasforma il nostro cuore, ma questo non rende inutile la nostra attenzione, la nostra disponibilità a imparare e le nostre scelte quotidiane.

Preparare la mente significa cominciare a considerare in anticipo come vogliamo vivere davanti a Dio. Pensiamo a una persona che ci ha ferito. Se aspettiamo di incontrarla per decidere come reagire, potremmo lasciarci trascinare dal rancore. Possiamo invece portare già oggi quella ferita davanti a Cristo, ricordare quanto siamo stati perdonati, riconoscere la rabbia che proviamo e domandarci quale risposta sarebbe coerente con il suo insegnamento. Questo non cancella automaticamente il dolore e non ci obbliga a

fingere che non sia successo nulla. Ci prepara però a non lasciare che la ferita governi ogni nostra parola. Lo stesso vale per la testimonianza. Possiamo uscire di casa con il desiderio di essere disponibili a parlare di Cristo, senza per questo forzare conversazioni con chiunque incontriamo. Essere pronti non significa essere invadenti; significa non vivere sempre così distratti da non vedere le persone che Dio pone sul nostro cammino.

Ma come cambia davvero la nostra mente? Paolo scrive in 2 Corinzi 3:18 che, contemplando la gloria del Signore, veniamo trasformati nella sua stessa immagine per opera dello Spirito. Questo versetto ci aiuta a distinguere ciò che siamo chiamati a fare da ciò che soltanto Dio può compiere. Noi volgiamo lo sguardo a Cristo, ascoltiamo la sua Parola, impariamo a conoscerlo, preghiamo e dimoriamo in lui. È lo Spirito Santo a produrre la trasformazione. Gesù usa un'immagine simile in Giovanni 15: il tralcio porta frutto rimanendo unito alla vite. Non può produrre vita da se stesso. Perciò non si tratta di imitare esteriormente Gesù attraverso uno sforzo continuo, come un attore che cerca di interpretare bene una parte. Si tratta di rimanere in relazione con lui e di permettere alla sua verità di raggiungere ciò che pensiamo, desideriamo e facciamo.

Romani 12:2 parla del rinnovamento della mente. In 2 Corinzi 10:5 Paolo parla di rendere prigioniero ogni pensiero all'ubbidienza di Cristo, nel contesto della battaglia contro ragionamenti che si innalzano contro la conoscenza di Dio. Questi passi ci invitano a non considerare automaticamente giusto tutto ciò che ci passa per la testa. Un pensiero può sembrarci ragionevole soltanto perché lo abbiamo ripetuto per anni. Un desiderio può sembrarci buono perché è molto intenso. Una reazione può sembrarci giustificata perché siamo stati trattati male. Ma il discepolo non cerca un Dio che gli dia sempre ragione. Impara a presentare le proprie convinzioni davanti alla verità. Possiamo immaginare la Parola come un setaccio: ciò che è coerente con Cristo viene custodito; ciò che non lo è deve essere lasciato andare. Non tutti i nostri pensieri sono sbagliati, ma nessuno dovrebbe essere sottratto alla possibilità di essere corretto.

Per questo la domanda «Che cosa farebbe Gesù?» può essere utile, purché non inventiamo un Gesù a nostra somiglianza. Non basta immaginare che cosa farebbe un personaggio buono e comprensivo secondo i nostri criteri. Dobbiamo conoscere il Cristo che incontriamo nei Vangeli, ascoltare le sue parole, osservare come tratta le persone e comprendere ciò che insegna. Allora la domanda diventa più concreta: «Alla luce di ciò che Gesù ha realmente detto e mostrato, quale risposta gli assomiglia in questa situazione?». È una domanda che possiamo porci quando qualcuno ci offende, quando dobbiamo prendere una decisione, quando siamo tentati di mentire o quando sentiamo il bisogno di difendere il nostro orgoglio.

Questo ci aiuta anche a comprendere il rapporto tra amore ed emozioni. Amare non significa provare sempre un sentimento piacevole. Possiamo essere feriti e scegliere di non restituire male per male. Possiamo non provare affetto verso una persona e decidere comunque di non alimentare odio, di pregare e di comportarci con giustizia. Il perdono non consiste nel negare la ferita, né significa necessariamente ricostruire subito la fiducia o rinunciare a confini necessari. Significa cominciare a portare il rancore davanti a Cristo, invece di lasciargli il controllo della nostra vita. Quando contempliamo il perdono che abbiamo ricevuto, la Parola può mettere in discussione il desiderio di vendetta. Noi riconosciamo ciò che proviamo, scegliamo di non farne il nostro padrone e chiediamo allo Spirito di trasformare ciò che ancora fatichiamo a cambiare.

Pietro aggiunge un'altra espressione: «siate sobri». Essere sobri non significa diventare freddi, incapaci di gioire o di commuoversi. Significa conservare lucidità. Le emozioni sono parte della nostra umanità e possono accompagnare momenti profondi del nostro rapporto con Dio. Possiamo piangere durante una preghiera, provare gioia ascoltando un canto o sentire un brivido mentre riflettiamo sulla Parola. Ma la forza di una sensazione non dimostra, da sola, che sia lo Spirito Santo a guidarci. Una musica, una voce, un'atmosfera o la partecipazione delle persone attorno a noi possono influenzare le nostre emozioni. Questo non prova che Dio sia assente, ma nemmeno prova automaticamente che sia presente. Per questo abbiamo bisogno di discernimento, non di sospetto verso ogni emozione e nemmeno di fiducia cieca in tutto ciò che sentiamo.

Un brivido ascoltando una canzone cristiana e un brivido ascoltando una canzone d'amore possono assomigliarsi. Ciò che conta non è l'intensità della reazione, ma la verità alla quale stiamo rispondendo e il frutto che ne nasce. Se un momento di culto ci emoziona, possiamo ringraziare Dio per quella esperienza, ma poi dobbiamo chiederci: che cosa ho compreso di Cristo? Quale verità mi ha raggiunto? Che cosa cambierà nel mio modo di vivere? Ebrei 4:12 ci ricorda che la Parola di Dio è vivente ed efficace, capace di discernere i pensieri e le intenzioni del cuore. Non sono i nostri sentimenti a decidere se la Parola sia vera; è la Parola che può giudicare e orientare ciò che pensiamo e sentiamo. La fede cristiana può coinvolgere profondamente il cuore, ma non si fonda sull'emozione del momento. Si fonda su Cristo e sulla verità che Dio ha rivelato.

In 1 Giovanni 4:1 leggiamo: «non credete a ogni spirito, ma provate gli spiriti per sapere se sono da Dio». Giovanni sta parlando in particolare di pretese spirituali, falsi insegnamenti e della confessione riguardo a Gesù Cristo. Non sta offrendo una tecnica per classificare ogni nostra emozione. Il principio, però, è chiaro: non basta dichiarare che qualcosa viene da Dio perché sia vero. Anche ciò che ci appare spirituale deve essere esaminato alla luce di Cristo e della Scrittura. Perciò imparare a essere sobri significa anche essere presenti a noi stessi davanti a Dio. Invece di vivere trascinati da

rabbia, paura, entusiasmo o delusione, possiamo fermarci e chiederci: «Che cosa sta succedendo dentro di me? Che cosa mi sta guidando? Questa reazione mi avvicina all'ubbidienza a Cristo oppure mi sta portando altrove?». Non è un esercizio per rimanere continuamente ripiegati su noi stessi. È un modo per riconoscere ciò che ci governa e riportarlo davanti al Signore.

Pietro, però, non ci invita soltanto a prepararci e a rimanere lucidi. Ci dice di porre pienamente la speranza nella grazia che ci sarà portata alla rivelazione di Gesù Cristo. La nostra mente non deve vivere soltanto impegnata ad analizzare i problemi presenti. Ha bisogno di ricordare dove è diretta la nostra speranza. A volte diciamo di avere fede perché siamo convinti che una situazione si risolverà esattamente come desideriamo. Ma la speranza cristiana è più profonda. È ancorata a Cristo, alla sua fedeltà, alla risurrezione e al compimento della sua opera. Romani 4:18-21 racconta di Abraamo che sperò contro speranza perché Dio gli aveva fatto una promessa. Non negava la realtà; confidava in colui che aveva parlato. Allo stesso modo, possiamo attraversare una difficoltà senza sapere come finirà e continuare a confidare nel Signore. La nostra speranza non deve dipendere dalla possibilità di controllare il risultato.

Pietro prosegue invitandoci, come figli ubbidienti, a non conformarci ai desideri di un tempo, quando vivevamo nell'ignoranza. Conoscere Cristo cambia anche il modo in cui guardiamo a ciò che desideriamo. Non ogni desiderio è sbagliato. Possiamo desiderare il matrimonio, una famiglia, un lavoro stabile, una casa o un progetto da realizzare. Ma anche un desiderio buono può occupare un posto sbagliato nel cuore o portarci a fare scelte poco sagge. La trasformazione riguarda quindi non soltanto ciò che vogliamo, ma anche perché lo vogliamo, come cerchiamo di ottenerlo e quale autorità lasciamo guidare le nostre decisioni.

Pensiamo a una donna che desidera sposarsi. Incontra un uomo che le piace, è premuroso, la fa sentire amata e suscita in lei emozioni forti. Nulla di tutto questo è necessariamente sbagliato. Ma basta per decidere di costruire insieme un matrimonio? Se quella donna porta il suo desiderio davanti a Cristo, comincerà a farsi altre domande. Quest'uomo ama realmente il Signore? Il suo modo di vivere mostra il desiderio di seguirlo? Quale direzione sta prendendo la sua vita? Quando arriveranno incomprensioni, difficoltà economiche o ferite, quale autorità riconosceremo sopra le nostre opinioni? In 1 Corinzi 7:39 Paolo, parlando della libertà di risposarsi, usa l'espressione «purché sia nel Signore». Non basta quindi lasciarsi guidare dall'attrazione o da un'etichetta religiosa. Bisogna considerare la direzione spirituale della relazione. Questo non significa che due credenti non avranno problemi. Anche due persone che amano Dio possono sbagliare e ferirsi. La differenza è che possono riconoscere entrambi un Signore davanti al quale lasciarsi correggere. Il desiderio di sposarsi non deve scomparire, ma non può diventare il padrone della decisione.

Pietro parla di «figli ubbidienti». Anche qui l'ordine è importante. Non dice di ubbidire per comprare il diritto di essere figli. Parla a persone che appartengono già a Dio e le invita a vivere in modo coerente con questa relazione. In Ebrei 12 la correzione viene presentata come parte della cura di un Padre verso i suoi figli. Nessuno ama essere contraddetto, soprattutto quando è convinto di avere ragione. Ma se il Cristo che diciamo di seguire conferma sempre i nostri pensieri, non mette mai in discussione le nostre motivazioni e non ci corregge mai, dovremmo chiederci se stiamo davvero conoscendo Gesù oppure se ci siamo costruiti un'immagine di lui che ci somiglia troppo. Un figlio ubbidiente non è una persona che non sbaglia mai. È una persona disposta a riconoscere il proprio errore e a cambiare strada quando la verità lo mette in luce.

Alla fine Pietro arriva alla condotta: «siate santi in tutta la vostra condotta» (1 Pietro 1:15). Tutto il percorso della mente conduce alla vita concreta. Il cambiamento non comincia dal tentativo di apparire diversi all'esterno, sperando che prima o poi il cuore segua. Comincia dall'opera di Dio dentro di noi, raggiunge i pensieri, i desideri e le intenzioni e poi diventa visibile nel comportamento. Questo non significa aspettare di sentirci completamente trasformati prima di ubbidire. Significa che, mentre lo Spirito rinnova il nostro cuore, siamo chiamati a compiere scelte coerenti con la verità che abbiamo ricevuto. La santità non riguarda soltanto ciò che facciamo durante un incontro di chiesa. Riguarda il modo in cui parliamo in famiglia, gestiamo il denaro, affrontiamo un conflitto, lavoriamo e trattiamo le persone.

Possiamo fare esempi molto semplici. Quando amministriamo il denaro, possiamo domandarci se stiamo agendo con responsabilità oppure se sono la paura e l'avidità a guidarci. Quando qualcuno ci ferisce, possiamo riconoscere il dolore senza usarlo come giustificazione per rispondere con cattiveria. In famiglia possiamo chiederci se cerchiamo soltanto di essere serviti oppure se stiamo imparando a servire. E nel nostro rapporto con Dio possiamo domandarci se desideriamo davvero conoscere la sua volontà o se stiamo cercando soprattutto qualcuno che approvi la nostra. Sono domande quotidiane, non riservate a momenti spirituali particolari. La mente si prepara all'azione proprio così: portando davanti a Cristo le situazioni che viviamo realmente.

Questo cammino non si compie una volta per tutte. Ogni giorno possiamo riconoscere ciò che stiamo pensando e provando, rivolgere lo sguardo a Cristo, confrontare i nostri criteri con la Parola, accogliere la correzione e scegliere una risposta coerente con il suo insegnamento. Poi, nel tempo, possiamo osservare il frutto che quelle scelte producono. Galati 5:22-23 descrive il frutto dello Spirito attraverso qualità come amore, pace, pazienza, benevolenza, fedeltà, mansuetudine e autocontrollo. Non sono medaglie da esibire. Sono segni di un carattere che Dio sta formando. A volte il cambiamento sarà evidente; altre volte sarà lento e richiederà perseveranza. Ma la direzione rimane la stessa: assomigliare sempre di più a Cristo.

«Cingete i fianchi della vostra mente» è dunque molto più di un invito a pensare positivo o a essere persone disciplinate. È una chiamata a vivere consapevolmente davanti a Dio. Non dobbiamo lasciarci governare automaticamente da ciò che sentiamo, né credere che basti cambiare qualche comportamento per produrre da soli una vita nuova. Siamo chiamati a contemplare Cristo, a lasciare che la sua Parola esamini i nostri pensieri, a riconoscere le emozioni senza consegnare loro il comando, a portare i desideri sotto la sua signoria e ad accogliere la correzione come figli. È lo Spirito Santo che ci trasforma; noi siamo chiamati a non resistere alla verità e a camminare nell'ubbidienza. E ciò che Dio cambia dentro di noi comincerà a vedersi anche fuori. Forse la domanda più utile con cui concludere non è soltanto «Che cosa farebbe Gesù?», ma «Conosco abbastanza Gesù, attraverso la sua Parola, da riconoscere quale risposta gli assomiglia?». E ancora: «In quale situazione concreta di oggi posso preparare la mia mente e scegliere di ubbidirgli?». Perché il desiderio non è semplicemente diventare persone più controllate o più religiose. È conoscere Cristo e permettere alla sua vita di formare la nostra.

Padre, non voglio costruirmi un'immagine di te che confermi sempre ciò che penso. Voglio conoscere Gesù così come tu lo hai rivelato. Aiutami a presentarti la mia mente, i miei desideri, le mie emozioni e le mie intenzioni. Insegnami a riconoscere ciò che viene dalla tua verità e ciò che deve essere corretto. Rendimi sobrio, disponibile ad ascoltare e pronto a ubbidirti. Quando sono ferito, insegnami ad amare. Quando sono confuso, guidami attraverso la tua Parola. Quando il mio desiderio è più forte della mia lucidità, aiutami a ricordare a chi appartengo. Mentre contemplo Cristo, opera in me attraverso il tuo Spirito, affinché ciò che trasformi dentro di me diventi visibile nella mia vita. Amen.

Marco Torre
SCEB – Scuola di Conoscenza ed Esperienza Biblica