

# L'ansia

Abbiamo già considerato come il timore anormale può costringere l'uomo in una condizione angosciata. Il timore nella sua giusta prospettiva riveste un ruolo salutare per la nostra vita, ma la sua manifestazione che va al di là del dovuto deve essere vinta.

Nell'articolo che segue considereremo lo stato ansioso.

Ogni persona responsabile manifesta una certa premura: lo statista per la sua nazione, l'industriale per la sua fabbrica, l'insegnante per i suoi alunni e certamente il pastore per la sua chiesa. Se questi, se tutti costoro non mostrassero premura verso coloro per i quali sono responsabili, sarebbero accusati di trascurare il proprio dovere.

Vi è certamente un posto legittimo per la premura, ma l'ansia rappresenta uno stato esagerato di premura. A volte si raggiunge quel punto quando le responsabilità diventano troppo grandi, e non dimentichiamo che il diavolo lascia sempre in giro la propria lente di ingrandimento per far vedere le cose più grandi di quanto non siano in realtà.

## L'ansia per la propria attività

Questo tipo di ansia si manifesta talvolta in coloro che sono particolarmente coscienti nell'adempimento dei propri doveri e che magari raggiungono l'estremo di provare una profonda oppressione mentale. Una signora che soffriva per questa ragione non era mai soddisfatta di aver compiuto le pulizie di casa nel modo più appropriato. Dopo aver pulito le stoviglie le riprendeva e le lavava di nuovo. I letti venivano normalmente rifatti due, tre volte ogni giorno e dopo aver lasciato una stanza, tornava indietro per fare di nuovo un controllo; naturalmente tutto questo era al di là di ogni umana possibilità e l'ansia che rasentava la fobia ben presto la condusse all'esaurimento nervoso.



Uno dei casi peggiori di ansia che ho conosciuto è stato quello di un giovane ricoverato in uno degli ospedali psichiatrici più grandi del nostro paese. Costui, che aveva lavorato in un ufficio dell'amministrazione pubblica, cominciò a manifestare i sintomi di questa condizione mentale, diminuendo le sue normali capacità lavorative. Soltanto per firmare un assegno talvolta impiegava un'ora! In seguito le cose peggiorarono. Magari faceva un bagno prima di coricarsi, ma poi rimaneva lì fino all'alba. Per ogni atto della sua vita adotta una pratica scrupolosissima di controllo. Ecco un caso che né l'elettroshock né altro trattamento avrebbero mai potuto guarire. Era questo uno tra i moltissimi patetici, simili casi che soltanto Dio può risolvere.

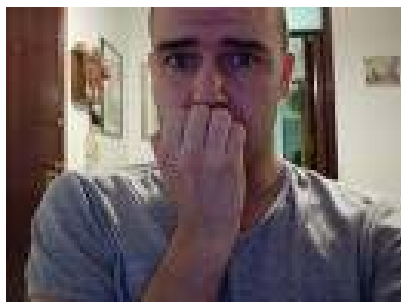
La linea di demarcazione fra il normale e l'anormale è molto sottile e questo è un caso che dimostra come possa essere facilmente superata. Ciascuno di noi ha avuto di tanto in tanto momenti di particolare premura. Dopo esserci sistemati confortevolmente a letto talvolta ci chiediamo se abbiamo ben chiuso la porta oppure, in viaggio, ci siamo chiesti, qualche volta, se avevamo chiuso il rubinetto del gas prima di uscire di casa. Se tali casi sono avvenuti occasionalmente non c'è nulla di anormale, ma se si manifestano più frequentemente del

dovuto, sono sintomo di un pericoloso, un pericoloso stato di ansia.

Non dobbiamo permettere che la nostra esistenza venga tiranneggiata dalla nostra mente, ricordiamo che Dio è più grande della mente e conosce tutto di noi. Egli sa quando abbiamo fatto del nostro meglio e possiamo lasciare tranquillamente il resto nelle Sue mani. Il Signore sapeva che il viaggio era troppo lungo per Elia e lo cibò miracolosamente. Gesù sapeva che la donna che gli aveva unto i piedi “aveva fatto tutto quello che poteva”. Impariamo a deporre tutte le nostre ansie ai piedi del Signore perché Egli ha cura di noi.

### L'ansia per la propria salute

La cura per la propria salute è importante, ma piombare in uno stato d'ansia a causa della premura eccessiva può creare infelicità. Il massiccio uso di tranquillanti nella nostra nazione è il segno di una generalizzata condizione di ansia. Qualcuno ha detto, a proposito della capitale della Gran Bretagna: “Londra avanza a fatica con il Luminal”. La distribuzione di oltre sessantasette milioni di tranquillanti per favorire il sonno, compiuta dal Servizio Sanitario Nazionale, dimostra quanto sia diffusa questa perniciosa abitudine. È da precisare, inoltre, che la cifra riportata non include i tranquillanti acquistati privatamente. Sarà utile ricordare che droghe e tranquillanti sono necessari soltanto nei trattamenti medici di casi seri, ma i dottori saranno i primi ad ammettere che molti ne fanno un uso che non è necessario.



Un giovane di nostra conoscenza acquistava continuamente tranquillanti. Polveri per questo, pillole per quest'altro e medicinali per quell'altra cosa ancora. Il suo armadio sembrava un laboratorio chimico in miniatura e nonostante tutte queste sue puntigliose precauzioni soffriva quasi sempre di raffreddore!

Per coloro che sono malati, grazie a Dio, vi sono tante preziose promesse di guarigione divina. Uno stato di ansia e di preoccupazione indebolisce la resistenza verso la malattia. I sofferenti dovrebbero cercare di edificare la propria fede assumendo un'attitudine di serena attesa dinanzi a Dio, cibandosi della Sua Parola, nutrendo una lieta fiducia nell'adempimento delle promesse divine.

Le testimonianze di preghiere esaudite potrebbero suddividersi in tre categorie: la prima, quella di coloro che sono stati miracolosamente guariti da un evidente intervento divino. Poi, quelli che sono stati aiutati dalla preghiera. Non possiamo dire che siano stati interamente guariti (e dobbiamo essere onesti!), ma il loro disturbo si è placato e sono stati in grado di riprendere la loro vita normale. Infine, altri che hanno ottenuto scarso sollievo fisico, ma si sono adattati ed hanno imparato a convivere con la propria sofferenza e ugualmente a vivere in modo sereno. Alcuni dei nostri credenti più anziani, Dio li benedica, hanno la prova dell'aiuto del Signore ogni giorno e mattina dopo mattina debbono attendere che il Signore conceda loro forza. Questa è veramente fede!

### L'ansia per la propria anima

Spesso alcuni affermano: “È un peccato che molti non si preoccupino della loro anima!”. Siamo d'accordo. Molti ricordano quando il primo banco delle missioni evangeliche aperte al pubblico era indicato come il “banco degli angosciati”, dove dei peccatori in ansia per l'anima loro venivano condotti al Salvatore. Cosa possiamo fare oggi per quelli che credono di non poter essere salvati? La loro mente inquieta li spinge a credere che Dio li abbia dimenticati o

che abbiano commesso il peccato imperdonabile. Ma se una persona è veramente angosciata per il suo peccato, non è questa forse la prova più evidente che non ha commesso il peccato imperdonabile? Se così non fosse nessun tipo di preoccupazione lo tormenterebbe. Altri ancora hanno affermato: “Non posso trovare Dio” o “Dio non vuole perdonarmi”. Sia chiaro a coloro la cui mente versa in uno stato di inquietitudine angosciosa che non vale ciò che noi possiamo pensare, ma è importante soltanto quello che Dio ha dichiarato. Egli ha affermato nella Sua Parola: *“Chiunque avrà invocato il nome del Signore sarà salvato”* (At. 2:21). *“Il sangue di Gesù, Suo Figliuolo ci purifica d’ogni peccato”* (1 Giov. 1:7); *“Io non ti lascerò e non ti abbandonerò”* (Ebr. 13:5). Quali potenti parole per queste anime tormentate!

Coloro che cercano di aiutare quanti si trovano in uno stato di apprensione dovrebbero costantemente suggerire loro le parole pure della Scrittura. Esse contengono guarigione divina. Non siate impazienti, continuate a pregare e a ministrare loro nel nome del Signore e vedrete la liberazione. Alcuni di noi sono stati testimoni di miracoli di liberazione da angoscia mentale e il grande cuore del Signore si apre verso coloro che ancora soffrono. Questa breve serie di articoli sono stati scritti per farvi sapere che nonostante alcuni fraintendano coloro che vivono con una mente tormentata, c’è sempre Gesù che può comprendere e se vi accostate a Lui credendo, facendo vostre le Sue promesse, potrete essere liberati.

Keith Munday

da: *“Cristiani Oggi 14/90”*