

Il Tempo Libero — Lezione 6

“Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù... Ed egli disse loro:

“Venitevene ora in disparte, in un luogo solitario, e riposatevi un poco”...

Partirono dunque con la barca per andare in un luogo solitario in disparte..” Marco 6:30-32

I credenti hanno ricevuto il privilegio di essere amministratori di Dio. La figura dell'economo, del sovrintendente, ossia l'amministratore era già conosciuta sin dai tempi antichi *Genesi 15:2; 24:2; 39:4; 43:19*. Questo servitore particolare era incaricato di prendersi cura dei beni del suo signore. Più importante il signore, più alto era l'onore ricevuto nell'essere nominato amministratore. I credenti hanno l'onore di servire il Re dei re, un compito di fiducia concesso la sola grazia divina *Tito 1:7; I Tim. 1:12*. Nell'amministrazione della svariata grazia di Dio *I Pietro 4:10*; sono inclusi degli aspetti pratici, oltre a quelli spirituali, bisogna saper amministrare bene il nostro tempo e come conseguenza il nostro corpo.

Ristorare il corpo *I Corinzi 3:16,17*

L'apostolo Paolo sottolinea che il credente deve curare il suo corpo ricordando che esso è il tempio di Dio. La nostra santificazione, partendo si dal nostro spirito, interessa anche la nostra sfera corporale *I Tessalonicesi 5:23*. Con il corpo, che appartiene a Dio siamo chiamati ad onorario *I Corinzi 6:19,20*.

Con questo in mente è importante riposarsi adeguatamente, in modo che il corpo possa riprendersi dalle fatiche della vita ed evitare così o prevenire, tanti danni, fisici ma anche spirituali, dovuti al superlavoro. Abusare del copro, danneggiandolo con alimenti o bevande nocive, è un peccato non solo contro di esso ma contro il creatore. L'alcool, le droghe ed il tabacco danneggiano chi le assume e creano dipendenza *Galati 5:1*. l'autocontrollo è essenziale. Talvolta in compagnie e le circostanze ci fanno eccedere nel mangiare e nel bere, con inevitabili conseguenze negative *I Pietro 4:3-5*.

Riposo e Ricreazione *Marco 6:30-32*

Gesù conosce la nostra natura debole e ha comandato all'uomo di riposarsi per ritrovare rinnovate forze fisiche e nuove energie per un migliore rendimento. Il tempo libero non è sinonimo all'ozio, piuttosto ad un cambiamento di attività. Staccarsi dalla vita di tutti i giorni per occuparsi di qualcosa che non sottopone a tensioni. Nella sequenza della Creazione, Dio dimostrò il bisogno del riposo ed istituì dei giorni regolari di riposo nel calendario degli eventi umani *Genesi 2:2,3*. Dio non ha bisogno di riposare, ma il fatto che il signore si sia riposato dopo i sei giorni della creazione è per insegnare l'uomo con l'esempio, affinché gestisca bene le proprie attività e le forze. Non si deve richiedere al fisico più di quello che può dare. Occorre evitare di sottoporre il proprio corpo a stress fisico e mentale, non rubiamo del tempo del riposo necessario *Esodo 20:8-10*.

Gesù spesso cercava dei momenti per stare solo. Egli dimostrò la necessità di cercare un tempo per allontanarsi e riposarsi dalle pressioni della vita *Matteo 14:23; Luca 9:18*. Il ritiro totale dai gravosi impegni della vita di ogni giorno è necessario per

mantenere una vita equilibrata. Attenzione al rimanere troppo occupati dal lavoro, perfino quelli buoni, dimenticando la fragilità del corpo umano.

Nel cambiare attività e staccarci per un riposo fisico è altresì importante rafforzare lo spirito. Nel tempo libero e durante un momento di svago è molto facile che futilità e pensieri irreali occupino la nostra mente. Ciò che facciamo nel tempo libero è un'indicazione di quali sono i nostri principali interessi. Bisogna, dunque, impiegare del tempo per la crescita intellettuale e per lo sviluppo di attività che possono fortificarci e migliorarci anche moralmente. *Filippesi 4:8*, ci presenta una buona regola per "educare i nostri pensieri".

Riposo e ricreazione come famiglia include anche il rinsaldare l'adorazione collettiva e riprendere fiato sul piano interiore e spirituale. La lettura e la meditazione della Bibbia, la preghiera dovrebbero accompagnare le nostre vacanze e sicuramente sarà salutare frequentare culti in qualche comunità più vicina. Bisogna vigilare affinché un sano relax fisico non degeneri in un rilassamento morale insano. Il tempo libero va gestito con responsabilità *Colossesi 3:17*; evitando di concederci certe "licenze" che ci indeboliscano spiritualmente, perché non ci troviamo dove Dio ci vuole.

Un cambiamento di ambiente

Il Signore vedendo intorno a Capernaum tanta gente, si è reso conto della confusione del luogo, i discepoli non avevano tempo neppure di mangiare. Per riposarsi c'era bisogno di spostarsi in un altro luogo. Le vacanze in casa raramente hanno successo, perché non ci si stacca di tutto. Per riposarsi, una persona ha bisogno di quiete e tranquillità. Non è necessario una vacanza costosa ed è saggio evitare quelle stressanti a causa di lunghi viaggi e tanti spostamenti. Se il momento ricreativo diventi così organizzato che richiede più impegno del lavoro stesso non è più riposo.

Le attività ricreative dunque, non sono da considerare una perdita di tempo, anzi, esse servono per rilassarsi e a ridare energia al fisico e allo spirito. Le vacanze devono essere sempre compatibili con i valori spirituali; ambienti e attività che non danno gloria a Dio vanno evitate *I Corinzi 10:31*. Nel curare il corpo diamo sempre la priorità all'anima che è eterna.

Come guida: *Manuale di Studio per le Scuole Domenicali A.D.I.*