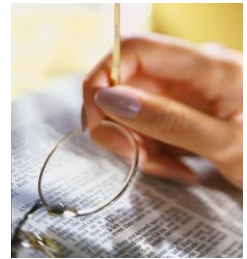


# La Bibbia e le emozioni umane

a cura della Voce della Speranza, corsi biblici



## Lezione 1

### INTRODUZIONE AL TEMA DEL CORSO

#### «GESÙ PIANSE»

L'uomo è il più razionale tra tutti gli esseri creati sulla terra. Tuttavia, nonostante la nostra abilità di logica e razionalità, siamo anche esseri emozionali. Qualcuno potrebbe obiettare che le emozioni regolano le dinamiche della nostra esistenza molto più di quanto non faccia o non possa fare la ragione. Le emozioni sono una cosa positiva, senza la quale difficilmente potremmo considerarci umani.

Vivendo nel contesto di un mondo caratterizzato dal peccato, queste emozioni spesso ci provocano sofferenza. È impossibile che malattia, infermità, guerra, povertà, disastri naturali, incertezza economica, problemi familiari non generino paure, terrore e sconforto che ci sono così tristemente familiari.

Consideriamo anche le reazioni emotive che il nostro mondo ha evocato in Cristo: «*Gesù pianse*» (Gv 11:35). «*Allora Gesù, guardatili tutt'intorno con indignazione ...*» (Mc 3:5). «*E disse loro: "L'anima mia è oppressa da tristezza mortale; rimanete qui e vegliate"*» (Mc 14:34). «*Quando Gesù la vide piangere, e vide piangere anche i giudei che erano venuti con lei, fremette nello spirito, si turbò*» (Gv 11:33). «*Disprezzato e abbandonato dagli uomini, uomo di dolore, familiare con la sofferenza*» (Is 53:3). La lettera agli Ebrei esprime bene questa incredibile verità che riguarda il nostro Signore: «*Infatti non abbiamo un sommo sacerdote che non possa simpatizzare con noi nelle nostre debolezze, poiché egli è stato tentato come noi in ogni cosa, senza commettere peccato*» (Eb 4:15).

*Simpatizza* con le nostre debolezze che, come sappiamo bene, possono essere anche piuttosto accentuate. Tristezza, dolore, dispiacere... non sono sbagliate o sinonimo di peccato. Non riveliamo una mancanza di fede quando reagiamo con sentimenti di quel tipo alle inquietudini della vita. Gesù stesso, ha reagito esprimendo delle emozioni. Oggi, siamo distanti migliaia di anni dall'«albero della vita» (Gn 2:9). Il Dna si sta assottigliando, siamo merci avariate e, contrariamente ai miti evocati dall'evoluzionismo, stiamo solo peggiorando. Non sorprende che il peccato esiga un tributo dalla nostra salute emozionale, fino a spingerci verso scelte radicalmente sbagliate che ci provocano ulteriore dolore e sofferenza. Ma le cose non andranno sempre necessariamente in questo modo, perché il Signore ci ha preparato qualcosa di meglio.

Le lezioni di questo corso esamineranno le emozioni umane e ci sottoporranno quei principi biblici grazie ai quali capire meglio i nostri sentimenti e ci consiglieranno di ricercare la potenza del Signore per riuscire a ricondurre quelle emozioni sotto la sua sovranità. Ci imatteremo in personaggi della Scrittura, analizzando le loro reazioni emotive alle cose capitate loro, belle o brutte, per poi porci la seguente domanda: Cosa posso imparare dalle loro esperienze per riuscire a gestire meglio le mie?

*Nota: i testi delle letture bibliche suggerite li trovi alla fine di ogni lezione.*

# 1. LE EMOZIONI

Testi biblici: 2 Samuele 13; Galati 5:22; Colossesi 3:12-14; Luca 19:41-44

**«In verità, in verità vi dico che voi piangerete e farete cordoglio, e il mondo si rallegrerà. Sarete rattristati, ma la vostra tristezza sarà cambiata in gioia»  
Giovanni 16:20**

Le emozioni sono una componente vitale della personalità umana. Possono diventare potenti elementi di motivazione, sia in positivo sia in negativo. E, a seconda della loro natura, ci rendono felici, tristi, timorosi o gioiosi.

Le emozioni «positive» possono determinare una sensazione di soddisfazione e benessere; quelle «negative» tendono a provocare dolore e angoscia. Se le prime riescono a favorire la salute mentale, un'esposizione prolungata alle seconde rischia di provocare problemi di origine comportamentale e relazionale. In definitiva, le emozioni hanno un ruolo di primo piano per la qualità del nostro equilibrio complessivo. Dio vuole che noi sperimentiamo gli effetti di quelle positive; purtroppo, a motivo del peccato, spesso subiamo invece le conseguenze di quelle di segno opposto.

I personaggi biblici non furono immuni, a loro volta, dagli sbalzi emozionali; alcuni di loro riuscirono a gestirne il controllo, altri lo smarrirono e consentirono alle emozioni negative di guidarli verso comportamenti sbagliati.

La relazione tra emozioni e comportamento non è chiara né diretta. Potrebbe capitare che un grande dolore dia la spinta a cercare Dio più intensamente, come fonte ultima di aiuto e sostegno. Altre volte, i conflitti interiori potrebbero contribuire a far smarrire quasi del tutto la fede.

In questo contesto, è determinante approfondire la conoscenza delle emozioni e del loro modo di condizionare la nostra vita.

## Emozioni negative

Leggi [2 Samuele 13](#), un racconto intriso di esperienze emozionali sfavorevoli. Nel mezzo di questo tumulto, i protagonisti finirono con l'infliggersi a vicenda dosi massicce di sofferenza fisica ed emotiva. Le conseguenze del loro agire riguardarono tutta la famiglia reale ed ebbero addirittura un impatto sulle generazioni future.

L'«amore» di Ammon per Tamar non poteva essere vero amore, ma piuttosto una forte attrazione sessuale perché, non appena conseguì il suo scopo, *«l'odio per lei fu maggiore dell'amore di cui l'aveva amata prima»* (v. 15). L'esperienza di Ammon è paradigmatica dei due estremi emozionali: la passione incontrollata (nel contesto di un rapporto incestuoso) e l'odio. I comportamenti derivanti da questi stati emotivi saranno quasi sempre squilibrati e provocheranno gravi conseguenze.

L'«amore» di Ammon si trasformò quasi istantaneamente in odio; egli ignorò la supplica finale della sorella e la fece cacciare con la forza dalla propria residenza.

Tamar fu la vera vittima. Non cedette alle *avances* di Ammon e il rifiuto lo frustrò parecchio. Servì il fratello per spirito di ubbidienza al re e quando le intenzioni di Ammon divennero palesi, la ragazza fece tutto il possibile per dissuaderlo e per sottolineare le devastanti conseguenze di un'azione così malvagia. Determinato a ottenere ciò che agognava, Ammon non era pronto a recepire un saggio consiglio e così procedette con il suo proposito.

Come ogni donna vittima di stupro o abuso, Tamar deve essersi sentita offesa, umiliata e usata; la sua autostima sarà certamente scesa ai minimi termini. Absalom, suo fratello,

non le offrì un gran conforto ma le consigliò di non dire nulla. Studiò comunque un piano per uccidere Ammon e vendicare la violenza subita dalla sorella (liberarsi di Ammon, avrebbe inoltre significato maggiori possibilità di sedersi sul trono di Israele). Davide, padre di tutti i coinvolti nella vicenda, visse rabbia e dolore per via di questi eventi.

## Emozioni positive

Gli stati emozionali negativi come odio, preoccupazione, paura, rabbia e gelosia producono immediati riscontri fisiologici: aritmia cardiaca, muscoli tesi, secchezza delle fauci, sudore freddo, acidità di stomaco e altri disturbi. Un'esposizione prolungata a questi sintomi è stata associata a complicazioni digestive e cardiache.

Al contrario, gli stati emozionali positivi come la compassione, la gentilezza, l'umiltà, la dolcezza e la pazienza determinano una sensazione di benessere, prospettive favorevoli e un rapporto ottimale con gli altri e con Dio. La psicologia positiva, una branca nuova e ampiamente riconosciuta di questa disciplina, aspira alla promozione delle emozioni positive per riuscire a conquistare la felicità e a prevenire la malattia mentale.

In realtà, esiste la prova secondo cui la sedimentazione di certe emozioni condiziona negativamente la salute e la longevità, effetto diametralmente opposto a quello che può innescarsi con un approccio positivo alle cose. In altre parole, davanti a prospettive ed emozioni migliori, sarà la salute complessiva della persona ad avvantaggiarsene.

Leggi [Colossesi 3:12-14](#). Anche se l'amore è molto più di un'emozione, esso rimane il sentimento per eccellenza. Dio è amore e il piano da lui stabilito prevede che i suoi figli se lo scambino a vicenda; vuole che si sappia cosa significhi amare Dio ed essere amati da lui. L'amore comporta un assortimento di altri sentimenti ed emozioni positive che possono tradursi in atteggiamenti altamente auspicabili.

## La compassione di Gesù

In [Marco 8:1-3](#), la «compassione» fu la motivazione che spinse Gesù a predisporre un piano per sfamare la moltitudine. Nessun altro aveva pensato alle necessità pratiche di quelle persone, che da tre giorni mangiavano poco o niente. Gesù si rese conto che alcuni avevano fatto un lungo viaggio e sapeva che se fossero ripartiti per ritornare a casa, digiuni com'erano, avrebbero potuto collassare.

Leggi [Marco 1:40,41; 6:34](#). I lebbrosi venivano spesso trattati con disprezzo. Non esisteva alcun'altra infermità o malattia in grado di scatenare tanta paura e tanta pietà. Gli individui con piaghe ben visibili venivano esclusi da qualsiasi interazione sociale e spesso erano costretti a vivere in accampamenti appositi. Ogni volta che qualcuno di loro si avvicinava, gridava: «Impuro! Impuro!», per avvertire la gente di allontanarsi ed evitare l'infezione. Gesù, mosso da compassione, guarì quell'uomo all'istante e poi lo mandò via dicendogli di non raccontare a nessuno della sua guarigione.

Ma il miracolato non riuscì a tenere segreto questo straordinario gesto d'amore e iniziò a dividerlo con chiunque. Gesù provava compassione, non solo quando le persone erano prive delle necessità fisiche più elementari, ma anche quando si trovavano senza una guida, una direzione o uno scopo. Prima ancora, dunque, di fornire loro del cibo, egli avvertiva i profondi bisogni spirituali delle persone e insegnava loro le verità riguardanti il regno di Dio.

La compassione di Cristo emerge anche dal passo di [Marco 9:36](#), dove viene sottolineata l'importanza del contatto fisico. Egli prendeva in braccio i bambini, mostrando amore e affetto per loro; ma si recò anche da persone malate, cercando il contatto con esse, per

trasmettere loro la potenza guaritrice di Dio.

Quando incontrò il giovane ricco ([Mc 10:21,22](#)), Gesù lo amò anche se lui non seguì le direttive del Maestro. Per un istante, entrambi vissero delle emozioni intense: amore (Gesù) e tristezza (il giovane ricco).

Leggi [Luca 19:41-44](#). Che cosa portò Gesù a piangere su Gerusalemme? Senza dubbio il pianto fu dovuto, in parte, al dispiacere per il suo prossimo e fatale destino; Gesù aveva intravisto ciò che attendeva quella città. Ma soprattutto, egli era triste per i tanti suoi abitanti che lo avevano respinto. «Le lacrime di Gesù sul monte, quando guardava dall'alto la città oggetto del suo amore e della sua premura, nel bel mezzo dei canti di gioia e degli osanna di migliaia di persone, furono le ultime suppliche di compassione e di amore respinto» - E.G. White, *The Spirit of Prophecy*, vol. 3, p. 20.

Gli evangelisti registrano solo due circostanze in cui Gesù pianse; in genere una persona piange per le sofferenze che, direttamente o meno, la riguardano; ma in quelle occasioni la pena di Gesù scaturiva dalla profondità dei sentimenti per gli altri.

I primi versetti di [Isaia 53](#) confermano il fatto che Gesù fosse uomo che ebbe familiarità con la sofferenza; anche se visse bei momenti di gioia, provò profonde e gravi fitte emotive. Molte delle sue sofferenze nacquero da sentimenti di frustrazione per i suoi discepoli che non riuscivano ad afferrare il suo messaggio. Nonostante l'amore manifestato dal Maestro e una lunga serie di segni soprannaturali, molti non compresero che egli era il Messia. Gesù soffrì anche quando constatò le conseguenze del peccato sull'umanità.

Anche le vicende legate alla morte di Lazzaro furono per lui un motivo di sofferenza. Giovanni dice che Gesù «[fremette nello spirito](#)» (Gv 11:33). È una traduzione di un termine greco che indica la manifestazione molto accentuata di un conflitto emozionale, accompagnata da suoni udibili emessi dal naso e dalla gola. Il drammaturgo greco Eschilo (525-456 a.C.) usa la stessa parola quando deve descrivere lo sbuffare dei cavalli. Nel Nuovo Testamento la si incontra cinque volte, quattro delle quali associata alle emozioni di Gesù.

## Emozioni dolorose

Leggi [Giovanni 16:20-24](#).

Questi passi offrono una grande speranza a quanti attraversano un periodo difficile dal punto di vista fisico o psicologico. Ecco alcune cose che possiamo imparare da questi versetti:

◆ *Il mondo sembra pieno di gioia.* Al credente basta guardarsi spesso attorno perché gli sia ricordata l'ingiustizia di questa vita. Persone malvagie vivono spensierate, mentre coloro che sono consacrati a Dio si struggono nel dolore. Gesù, però, ci rassicura e ci dice che questa situazione non proseguirà per sempre; le apparenze, inoltre, non di rado ingannano. Abbiamo la tendenza naturale a considerare gli altri più felici e realizzati di noi.

◆ *Sofferenza, dispiacere e angoscia si trasformeranno in gioia.* Questo è il nucleo della promessa di Gesù. I credenti sono chiamati a far tesoro dell'idea che il dolore non solo passerà, ma lascerà il posto alla gioia.

◆ *I dolori passati saranno dimenticati.* I ricordi sgradevoli provocano spesso molta angoscia. Diversi psicoterapeuti operano coscienziosamente per rimuovere gli effetti del passato nella vita presente dei loro pazienti. Gesù ci assicura che, come una madre dopo aver partorito, vedendo il proprio bambino si dimentica di ogni dolore, così i suoi discepoli supereranno le sofferenze che hanno vissuto.

◆ *Nessuno ruberà la nostra gioia.* La gioia donata da Gesù non è uguale a quella che l'uomo si aspetta. Il Maestro mette a nostra disposizione la piena felicità, una condizione eterna che nessun nemico potrà togliere ai redenti.

◆ *Le necessità non esisteranno più.* Gesù afferma che i giusti non avranno più niente da chiedere. Non dovranno più avanzare alcuna richiesta o supplica perché ogni loro esigenza sarà già stata soddisfatta.

## Conclusione

«Mentre lo sguardo penetrante di Gesù percorreva la dissacrata corte del tempio, tutti gli occhi si voltarono istintivamente sulla sua persona. Le voci della gente e il rumore del bestiame si placarono. Sacerdoti, governanti, farisei e gentili, tutti osservavano con muto stupore e indefinibile soggezione il Figlio di Dio, che stava in piedi davanti a loro con la maestosità del Re dei cieli, della divinità che balenava attraverso l'umanità e lo investiva di una dignità e di una gloria mai esibite prima. Una strana paura si impossessò dei presenti. Quelli più vicini al Messia si allontanarono quasi automaticamente da lui il più possibile, folla permettendo. Il Salvatore, con l'eccezione di alcuni suoi discepoli, rimase solo. Ogni rumore era svanito; quel silenzio profondo era quasi insopportabile e quando le ferme e compresse labbra di Gesù si aprirono e la sua voce squillò forte e chiara, ci fu un involontario profondo sospiro di sollievo da parte di tutti i presenti. Parlò con tono chiaro e una forza che fece vacillare la folla, come se fosse nel bel mezzo di una terribile tempesta. *“È scritto: ‘La mia casa sarà chiamata casa di preghiera’, ma voi ne fate un covo di ladri”* (Mt 21:13). Egli scese dagli scalini e, con maggiore autorità di quella che aveva esibito tre anni prima, con un'indignazione che soffocò qualsiasi ostilità e con un tono che risuonò per il tempio come fosse una tromba, ordinò: *“Portate via di qui queste cose”* (Gv 2:16)» - Ellen G. White, *Op. cit.*, pp. 23,24.



## LEGGI LA BIBBIA

### 2Samuele 13

**1** Dopo queste cose avvenne che Absalom, figlio di Davide, aveva una sorella di nome Tamar, che era bella; e Amnon figlio di Davide se ne innamorò. **2** Amnon si appassionò a tal punto per Tamar sua sorella da diventarne malato; perché lei era vergine e pareva difficile ad Amnon di fare qualche tentativo con lei. **3** Amnon aveva un amico, di nome Ionadab, figlio di Simea, fratello di Davide; Ionadab era un uomo molto accorto. **4** Questi gli disse: «Come mai tu, figlio del re, sei ogni giorno più deperito? Non me lo vuoi dire?» Amnon gli rispose: «Sono innamorato di Tamar, sorella di mio fratello Absalom».

**5** Ionadab gli disse: «Mettili a letto e fingiti malato. Quando tuo padre verrà a vederti digli: "Fa', ti prego, che mia sorella Tamar venga a darmi da mangiare e a preparare il cibo in mia presenza perché io lo veda e mangi quel che mi darà"». **6** Amnon dunque si mise a letto e si finse ammalato; e quando il re lo venne a vedere, Amnon gli disse: «Fa', ti prego, che mia sorella Tamar venga e prepari un paio di frittelle in mia presenza; così mangerò quel che mi darà». **7** Allora Davide mandò a dire a Tamar: «Va' a casa di Amnon, e preparagli qualcosa da mangiare». **8** Tamar andò a casa di Amnon, suo fratello, che era a letto; prese della farina stemperata, l'intrise, preparò delle frittelle e le fece cuocere davanti a lui. **9** Poi prese la padella, servì le frittelle e gliel mise davanti, ma egli rifiutò di mangiare e disse: «Fate uscire di qui tutta la gente». Tutti uscirono. **10** Allora Amnon disse a Tamar: «Portami il cibo in camera e lo prenderò dalle tue mani». Tamar prese le frittelle che aveva fatte e le portò in camera ad Amnon suo fratello.

**11** Ma mentre gliel porgeva perché mangiasse, egli l'afferrò e le disse: «Vieni a unirti a me, sorella mia».

**12** Lei gli rispose: «No, fratello mio, non farmi violenza; questo non si fa in Israele; non commettere una tale infamia! **13** Io dove potrei andare piena di vergogna? E quanto a te, tu saresti considerato un infame in Israele. Te ne prego, parlane piuttosto al re, egli non ti rifiuterà il permesso di sposarmi». **14** Ma egli non volle darle ascolto e, essendo più forte di lei, la violentò e si unì a lei. **15** Poi Amnon ebbe verso di lei un odio fortissimo; a tal punto che l'odio per lei fu maggiore dell'amore di cui l'aveva amata prima. Le disse: «Alzati, vattene!» **16** Lei gli rispose: «Non mi fare, cacciandomi, un torto maggiore di quello che mi hai già fatto». Ma egli non volle darle ascolto. **17** Anzi, chiamato il servo che lo assisteva, gli disse: «Caccia via da me costei e chiudile dietro la porta!» **18** Lei portava una tunica con le maniche, perché le figlie del re portavano simili vesti finché erano vergini. Il servo di Amnon dunque la mise fuori e le chiuse la porta dietro. **19** E Tamar si sparse della cenere sulla testa, si stracciò di dosso la tunica con le maniche e mettendosi la mano sul capo, se ne andò gridando. **20** Absalom, suo fratello, le disse: «Forse che Amnon, tuo fratello, è stato con te? Per ora taci, sorella mia; egli è tuo fratello; non tormentarti per questo». Tamar, desolata, rimase in casa di Absalom, suo fratello. **21** Il re Davide udì tutte queste cose e si adirò molto. **22** Absalom non disse una parola ad Amnon né in bene né in male; perché odiava Amnon per la violenza che aveva fatta a Tamar, sua sorella. **23** Due anni dopo, Absalom faceva tosare le sue pecore a Baal-Asor presso Efraim, e invitò tutti i figli del re. **24** Absalom andò a trovare il re e gli disse: «Ecco, il tuo servo ha i tosatori; ti prego, venga anche il re con i suoi servitori a casa del tuo servo!» **25** Ma il re disse ad Absalom: «No, figlio mio, non andiamo tutti, affinché non ti siamo di peso». Sebbene Absalom insistesse, il re non volle andare; ma gli diede la sua benedizione. **26** Absalom disse: «Se non vuoi venire, ti prego, permetti ad Amnon, mio fratello, di venire con noi». Il re gli rispose: «Perché dovrebbe andare con te?» **27** Ma Absalom tanto insisté, che Davide lasciò andare con lui Amnon e tutti i figli del re. **28** Allora Absalom diede quest'ordine ai suoi servi: «Badate, quando Amnon avrà il cuore riscaldato dal vino e io vi dirò: "Colpite Amnon!" uccidetelo, e non abbiate paura; non sono io che ve lo comando? Fatevi coraggio e comportatevi da forti!» **29** I servi di Absalom fecero ad Amnon come Absalom aveva comandato. Allora tutti i figli del re si alzarono, montarono ciascuno sul suo mulo e fuggirono. **30** Mentre essi erano ancora per via, giunse a Davide la notizia che Absalom aveva ucciso tutti i figli del re e che neppure uno di loro era scampato. **31** Allora il re si alzò, si strappò le vesti e si gettò per terra e tutti i suoi servi gli stavano accanto, con le vesti stracciate. **32** Ma Ionadab, figlio di Simea, fratello di Davide, prese a dire: «Non dica il mio signore che tutti i giovani, figli del re, sono stati uccisi; solo Amnon è morto; per Absalom era cosa decisa fin dal giorno che Amnon gli violentò sua sorella Tamar. **33** Quindi non si affligga il re, mio signore, come se tutti i figli del re fossero morti; solo Amnon è morto. E Absalom è fuggito». **34** Il giovane che stava di sentinella alzò gli occhi, guardò e vide che una gran folla di gente veniva per la via di ponente, dal lato del monte. **35** Ionadab disse al re: «Ecco i figli del re che arrivano! Le cose stanno come il tuo servo ha detto». **36** Appena finì di parlare, ecco giungere i figli del re, i quali alzarono la voce e piansero; anche il re e tutti i suoi servitori versarono abbondanti lacrime. **37** Absalom fuggì e andò da Talmai, figlio di Ammiur, re di Ghesur. Davide faceva cordoglio per suo figlio ogni giorno. **38** Absalom rimase tre anni a Ghesur, dove era andato dopo essersi dato alla fuga.

**39** Poi l'ira del re Davide contro Absalom si calmò, perché Davide si era consolato della morte di Amnon.

### Isaia 53:1-3

**1** Chi ha creduto a quello che abbiamo annunziato?

A chi è stato rivelato il braccio del SIGNORE?

**2** Egli è cresciuto davanti a lui come una pianticella, come una radice che esce da un arido suolo; non aveva forma né bellezza da attirare i nostri sguardi, né aspetto tale da piacerci.

**3** Disprezzato e abbandonato dagli uomini, uomo di dolore, familiare con la sofferenza, pari a colui davanti al quale ciascuno si nasconde la faccia, era spregiato, e noi non ne facemmo stima alcuna.

**Matteo 26:37,38**

**37** E, presi con sé Pietro e i due figli di Zebedeo, cominciò a essere triste e angosciato. **38** Allora disse loro: «L'anima mia è oppressa da tristezza mortale; rimanete qui e vegliate con me».

**Marco 1:40,41**

**40** Venne a lui un lebbroso e, buttandosi in ginocchio, lo pregò dicendo: «Se vuoi, tu puoi purificarmi!» **41** Gesù, impietositosi, stese la mano, lo toccò e gli disse: «Lo voglio; sii purificato!».

**Marco 3:5** Allora Gesù, guardatili tutt'intorno con indignazione, rattristato per la durezza del loro cuore, disse all'uomo: «Stendi la mano!» Egli la stese, e la sua mano tornò sana.

**Marco 6:34** Come Gesù fu sbarcato, vide una gran folla e ne ebbe compassione, perché erano come pecore che non hanno pastore; e si mise a insegnare loro molte cose.

**Marco 8:1-3**

**1** In quei giorni c'era di nuovo una folla grandissima, e poiché non avevano da mangiare, Gesù, chiamati a sé i discepoli, disse loro:

**2** «Io ho pietà di questa gente; poiché da tre giorni sta con me e non ha da mangiare. **3** Se li rimando a casa digiuni, verranno meno per via; perché alcuni di loro sono venuti da lontano».

**Marco 8:12** Ma egli, dopo aver sospirato nel suo spirito, disse: «Perché questa generazione chiede un segno? In verità io vi dico: nessun segno sarà dato a questa generazione».

**Marco 9:36** E preso un bambino, lo mise in mezzo a loro; poi lo prese in braccio e disse loro:

**Marco 10:21,22**

**21** Gesù, guardatolo, l'amò e gli disse: «Una cosa ti manca! Va', vendi tutto ciò che hai e dàlo ai poveri e avrai un tesoro in cielo; poi vieni e seguimi». **22** Ma egli, rattristato da quella parola, se ne andò dolente, perché aveva molti beni.

**Marco 11:15,16**

**15** Vennero a Gerusalemme e Gesù, entrato nel tempio, si mise a scacciare coloro che vendevano e compravano nel tempio; rovesciò le tavole dei cambialvalute e le sedie dei venditori di colombi; **16** e non permetteva a nessuno di portare oggetti attraverso il tempio.

**Luca 19:41-44**

**41** Quando fu vicino, vedendo la città, pianse su di essa, dicendo: **42** «Oh se tu sapessi, almeno oggi, ciò che occorre per la tua pace! Ma ora è nascosto ai tuoi occhi. **43** Poiché verranno su di te dei giorni nei quali i tuoi nemici ti faranno attorno delle trincee, ti accerchieranno e ti stringeranno da ogni parte; **44** abatteranno te e i tuoi figli dentro di te e non lasceranno in te pietra su pietra, perché tu non hai conosciuto il tempo nel quale sei stata visitata».

**Giovanni 11:32-38**

**32** Appena Maria fu giunta dov'era Gesù e l'ebbe visto, gli si gettò ai piedi dicendogli: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto». **33** Quando Gesù la vide piangere, e vide piangere anche i Giudei che erano venuti con lei, fremette nello spirito, si turbò e disse: **34** «Dove l'avete deposto?» Essi gli dissero: «Signore, vieni a vedere!» **35** Gesù pianse. **36** Perciò i Giudei dicevano: «Guarda come l'amava!» **37** Ma alcuni di loro dicevano: «Non poteva, lui che ha aperto gli occhi al cieco, far sì che questi non morisse?» **38** Gesù dunque, fremendo di nuovo in sé stesso, andò al sepolcro. Era una grotta, e una pietra era posta all'apertura.

**Giovanni 16:20-24**

**20** In verità, in verità vi dico che voi piangerete e farete cordoglio, e il mondo si rallegrerà. Sarete rattristati, ma la vostra tristezza sarà cambiata in gioia. **21** La donna, quando partorisce, prova dolore, perché è venuta la sua ora; ma quando ha dato alla luce il bambino, non si ricorda più dell'angoscia per la gioia che sia venuta al mondo una creatura umana. **22** Così anche voi siete ora nel dolore; ma io vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegrerà e nessuno vi toglierà la vostra gioia. **23** In quel giorno non mi rivolgerete alcuna domanda. In verità, in verità vi dico che qualsiasi cosa domanderete al Padre nel mio nome, egli ve la darà. **24** Fino ad ora non avete chiesto nulla nel mio nome; chiedete e riceverete, affinché la vostra gioia sia completa.

**Galati 5:22** Il frutto dello Spirito invece è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mansuetudine, autocontrollo;

**Colossesi 3:12-14:**

**12** Rivestitevi, dunque, come eletti di Dio, santi e amati, di sentimenti di misericordia, di benevolenza, di umiltà, di mansuetudine, di pazienza. **13** Sopportatevi gli uni gli altri e perdonatevi a vicenda, se uno ha di che dolersi di un altro. Come il Signore vi ha perdonati, così fate anche voi. **14** Al di sopra di tutte queste cose rivestitevi dell'amore che è il vincolo della perfezione.