

Cinzia Ceddia

Il potere dell'amore

Come l'amore di Dio ci guarisce e ci rende liberi,
di amare noi stessi e gli altri

GloryWorld-Medien

1. Auflage 2025 / Prima edizione 2025

© 2025 Cinzia Ceddia

© 2025 GloryWorld-Medien, Xanten, Germany, www.gloryworld.de

Alle Rechte vorbehalten / Tutti i diritti riservati

Bibelzitate sind, falls nicht anders gekennzeichnet, der Übersetzung „Nuova Riveduta 2020“ entnommen. Hervorhebungen wurden durch die Autorin vorgenommen. Texte in eckigen Klammern entstammen der Fußnote der jeweiligen Übersetzung. / Le citazioni bibliche sono tratte dalla traduzione "Nuova Riveduta 2020", salvo diversa indicazione. Le sottolineature sono state aggiunte dall'autore. I testi tra parentesi quadre sono tratti dalla nota a piè di pagina della rispettiva traduzione:

Weitere Bibelübersetzungen / Altre traduzioni della Bibbia:

Nuova Diodati

C.E.I. (1974)

Lektorat / Correzione di bozze: Klaudia Wagner

Satz / Composizione tipografica: Manfred Mayer

Umschlaggestaltung / Design della copertina: Jens Neuhaus, www.7dinge.de

Umschlagmotiv / Motivo della copertina: Pixabay

Printed in the EU / Stampato nell'UE

ISBN: 978-3-95578-647-2

Bestellnummer / Numero d'ordine: 356647

Erhältlich beim Verlag / Disponibile presso l'editore:

GloryWorld-Medien

Beit-Sahour-Str. 4

D-46509 Xanten

Tel.: +49 2801 9854003

Fax: +49 2801 9854004

info@gloryworld.de

www.gloryworld.de

oder in jeder Buchhandlung / o in qualsiasi libreria

Contenuti

Introduzione	7
Parte I: Diventare liberi dal rigetto	11
1 Sola e abbandonata	12
2 Nato per amare	17
3 Pronta per il palcoscenico	21
4 Ami te stesso?	25
5 La tua immagine di te stesso	29
6 Di fronte ai miei nemici	33
7 La radice e la sua origine	38
8 Senso di colpa e vergogna	43
9 Perdonato	47
10 Vivere nell'abbondanza	52
11 Chiamati alla libertà	55
Parte II: Un processo che cambia la vita	61
12 Corpo, anima, spirito	62
13 Spirito nuovo – rinnovamento dell'anima	65
14 Cosa ne pensi?	72
15 Il principio della semina e della raccolta	78
16 Raccogli tesori nel tuo cuore	83
17 Cosa hai in mente? Cosa vuoi fare?	86
18 Deviazioni – no, grazie!	90
19 Cosa vedi?	95

20 Sii focalizzato!	99
21 Raccogli tesori in cielo	102
22 Hai un modello di riferimento?	106
Parte III: Trova il tuo scopo	109
23 Dio ha davvero detto...?	110
24 Quasi rapita – Le domande senza risposta nella vita	115
25 La sala d'attesa di Dio	118
26 "Ma altri possono fare meglio"	123
27 Tu sei mio!	128
28 Goditi la vita!	132
29 L'obbedienza porta benedizioni	136
Parte IV: Sei dalla parte del vincitore	141
30 Signore, non sono pronta per questo	142
31 Lascia andare ciò che ti trattiene!	147
32 La corsa agli ostacoli	153
33 Il Signore vede	159
34 Sei pronto?	163
35 Il Signore è il mio pastore	168
36 Combatti la buona battaglia	173
Parte V: Il potere dell'amore	177
37 Alla ricerca dell'amore	178
38 L'amore	183
39 Sei unico!	188
40 Il linguaggio dell'amore	192
41 Ho visto la tua sofferenza	198
42 Love Revolution	203

Introduzione

Nel profondo, tutti desiderano essere amati. Quanto è bello essere così pieni d'amore da poterlo trasmettere agli altri! Io stessa non avrei mai pensato che una cosa così meravigliosa fosse possibile. Soprattutto non per me...

Presa dal rigetto che ho subito nella mia primissima infanzia, ho iniziato a rifiutare anche me stessa. Sono cresciuta in una famiglia affidataria per undici anni. Di conseguenza, ho avuto due madri e due padri, eppure mi sentivo un'orfana. Non potevo accettare l'amore né trasmetterlo ed ero totalmente incapace di amare. Un comandamento della Bibbia ha rivoluzionato radicalmente la mia vita. Un comandamento che può cambiare completamente anche la tua vita:

Egli, rispondendo, disse: "Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, e con tutta l'anima tua, e con tutta la forza tua, e con tutta la mente tua, e il tuo prossimo come te stesso" (Luca 10:27).

C'era un problema: potevo quasi credere che Dio mi amasse. Ma amare me stessa? E poi il mio prossimo? Era un passo troppo lungo per me e un ostacolo apparentemente insormontabile. Era semplicemente troppo per la mia mente. Ma Dio parla. E quando parla, ha uno scopo e una soluzione per te e per me.

Sono molto grata a Dio che tu abbia scelto di leggere questo libro. Prego che ti incoraggi a fare ulteriori passi avanti. E prego che questo libro ti aiuti ad abbattere le barriere nella tua vita. Che tu sia così preso dall'amore perfetto del Padre celeste da traboccare d'amore.

Sei amato da Dio per amare. Sei benedetto da Dio per benedire. Perché lui ha un piano divino per te. Vuole condurti verso la libertà totale che ha preparato per i suoi figli. Hai un destino: scopriilo!

Intraprendi questo viaggio. Rimarrai sorpreso.

A cosa serve questo libro: a leggere e approfondire

Oltre al testo di lettura, questo libro contiene una sezione di approfondimento per ogni capitolo. Questo ti aiuterà a interiorizzare e ad applicare ciò che hai letto. Le domande sono uno strumento efficace per approfondire l'argomento. Inoltre, ti incoraggiano a pensare con la tua testa, dandoti una visione personale delle cose. In questo modo potrai trarre molto di più dal libro.

Sono consapevole che le numerose domande possono essere fastidiose. Tuttavia, ti incoraggio a rispondere in modo coscienzioso. Ti aiuteranno a risolvere i problemi e a comprendere alcune connessioni e conseguenze. Ti renderai conto che si tratta di tempo ben speso, perché in seguito sarai in grado di vedere molto più chiaramente.

Se le righe di scrittura non ti bastano, puoi usare un foglio a parte e scrivere tutto quello che ti viene in mente sull'argomento in questione.

Ti auguro sinceramente di trascorrere un periodo di lettura benedetto!

*Ama la tua vita,
perché amandola,
la vivi!*

Leone Tolstoi

PARTE I

Diventare liberi dal rigetto



Capitolo 1

Sola e abbandonata

Non ero ancora nata quando i miei genitori già parlavano di darmi in sposa. Il periodo in cui mia madre rimase incinta di me fu sfavorevole. L'anno in cui sono nata, avevano deciso di costruire una casa nel nostro paese d'origine, l'Italia. Per questo motivo, è stato chiaro fin dall'inizio che mia madre avrebbe dovuto tornare a guadagnare molto presto.

Quando avevo appena otto settimane, mia madre tornò a lavorare. Mi portava a turno da sua sorella, dalla sua migliore amica o dalla vicina che viveva nella nostra casa. Venivo più o meno spostata avanti e indietro.

Poiché questa non era una soluzione permanente, i miei genitori cercarono un'alternativa e così, quando avevo solo sei mesi, fui affidata a una famiglia che viveva a dieci chilometri di distanza dai miei genitori. Mia madre avrebbe potuto solo scambiare i turni con mio padre ma invece diedero la loro bambina nelle mani di estranei. Ho trascorso lì i primi 11 anni della mia vita.

Essendo la bambina più giovane, ero spesso svantaggiata. Per anni siamo stati cinque figli della famiglia affidataria, un figlio loro, una figlia adottiva e tre figli in affidamento con me. Le nostre camere da letto erano all'ultimo piano. Io avevo una cameretta tutta mia. Spesso dovevo andare a letto da sola e avevo paura. Gli incubi mi tormentavano spesso di notte; erano sempre gli stessi. Mi svegliavo sudando freddo con i piedi contro il muro. Cercavo di "uscire" per liberarmi, ma non ci riuscivo mai. Inoltre, continuavo a bagnare il letto.

La mia mamma affidataria era severa e dominante. Sono cresciuta con pochissimo spazio di manovra e molte regole. Il suo motto era: prima il lavoro, poi il piacere. Non avevo praticamente amici. Dovevo stare a tavola finché non avevo mangiato tutto. A volte ero ancora seduta a tavola alle 14:00.

La mia frustrazione crebbe sempre di più nel corso degli anni. Una domenica sera, quando i miei genitori mi avevano appena riaccompagnato, ebbi un esaurimento nervoso. Il mio fratello adottivo pensò che fosse divertente e rise di me.

Ho sviluppato disturbi comportamentali e ho sofferto di tic nervosi. Tutto ciò si è manifestato sulla mia pelle sotto forma di psoriasi. Ho anche sviluppato l'herpes zoster, che di solito colpisce le persone anziane ma può anche essere causato da un sistema immunitario indebolito. In ogni caso, il mio pediatra dell'epoca rimase sorpreso. Ho anche sofferto per anni di un forte prurito al cuoio capelluto. Erano tutti sintomi legati allo stress. Dovevo deglutire spesso. Quando mi rivolgevo a mia madre in lacrime, lei si limitava a dirmi che dovevo fare quello che mi diceva la mia madre affidataria. La mia anima si è spezzata sempre di più.

Cosa succede quando un'anima non riceve abbastanza amore e affetto? Inaridisce all'interno e non può svilupparsi correttamente. Perché ogni essere umano ha bisogno di amore, accettazione e sicurezza per svilupparsi in modo sano e diventare mentalmente forte. I deficit nello sviluppo del nostro carattere e della nostra personalità sorgono quando c'è una mancanza. Quando subiamo un rigetto, spesso ci colpevolizziamo. "Sono stato rifiutato o non sono stato preso sul serio; probabilmente è colpa mia. Non valgo nulla. Sono i miei genitori, non stanno facendo nulla di male...". - O forse sì?

Esistono diversi caratteri. Il carattere descrive i tratti e le caratteristiche di una personalità. La personalità di ognuno è diversa. È questo che ci rende così speciali e unici come individui.

Siamo ampiamente plasmati nella prima infanzia, soprattutto nei primi anni di vita, proprio perché siamo più deboli e impressionabili. Uno sviluppo sano richiede relazioni sane. Chi modella principalmente le nostre vite? Innanzitutto i nostri genitori, seguiti da fratelli e sorelle, insegnanti, le autorità, amici e modelli di riferimento. Le esperienze e le avventure vissute in questo periodo sviluppano ciò che Dio ha messo in noi - le nostre capacità e i nostri talenti unici - oppure ci plasmano in un ruolo appreso. Ci plasmano o ci modellano.

Cosa dice Dio di te? Ti ha creato a sua immagine e somiglianza! Ed è proprio per questo che il diavolo ti odia.

E Dio creò l'uomo a sua immagine; lo creò a immagine di Dio; li creò maschio e femmina (Genesi 1,27).

A sua immagine significa: simile a lui.

Quando ti ha creato, ha ritenuto che il risultato, cioè tu, è stato molto buono. Non solo buono, ma *molto* buono! Era estremamente soddisfatto di te.

Dio vide tutto quello che aveva fatto, ed ecco, era molto buono...

(Genesi 1,31).

Anche se i tuoi genitori non ti volevano e hai subito un rigetto, Dio - il tuo amorevole Padre celeste - ti voleva comunque. **Sei il figlio che desidera. Questa è la verità.** Devi e puoi crederci! Non sei un incidente o una coincidenza della natura. Non sei nato troppo presto o troppo tardi, ma esattamente al momento giusto e nel posto giusto. Ti ha reso bellissimo, perché sei il suo riflesso: un figlio di un Re. Dio vuole rafforzarti dall'interno, per far emergere ciò che ha messo in te. Sì, anche a te Dio ha dato doni e talenti. Forse ora ti stai chiedendo quali? Scopriilo!

In un altro capitolo, scrivo di Gedeone. Che differenza c'è tra il modo in cui lui si vedeva e il modo in cui Dio, il suo Creatore, lo vedeva: con occhi completamente diversi!

E anche così che ci guarda: con i suoi occhi amorevoli. Ci conosce a fondo (forse a volte più di quanto vorremmo), eppure ci ama. Sa esattamente come ti senti e quali pensieri ti circondano. Abbi il coraggio di lasciarlo avvicinare a te. Certo, può anche essere impegnativo. Ma non ti costringerà a fare nulla che tu non voglia fare. Inoltre non ti chiederà mai di fare qualcosa che non puoi fare.



Approfondisci e applica

Sola e abbandonata

Puoi essere circondato da molte persone e sentirti comunque solo. I primi anni di vita segnano il corso del nostro futuro. Le nostre esperienze da bambini influenzano e modellano la nostra vita.

- Secondo te, cosa ha avuto un'influenza o un impatto negativo su di te da bambino?

- Cosa ti fa pensare questo? Lo senti nella tua vita adesso?

- Hai sperimentato il rigetto? Se sì, in quale ambito?

- Cosa farai per liberartene?



Nato per amare

Permettetemi di riassumere brevemente ancora una volta: Quando Dio ha creato noi esseri umani, era felice - molto felice.

Per prima cosa creò l'ambiente per l'uomo: i mari e la terra, gli animali e il mondo vegetale; creò anche il giorno e la notte e la vastità dell'universo con il sole, la luna e le stelle. E Dio pensava che fosse tutto bello. Ma poi disse: "Facciamo l'uomo a nostra immagine". E quando lo fece, dovette semplicemente rendersi conto di quanto fosse bello averci creato.

Perché Dio ha creato le persone? Si annoiava? No, voleva avere una controparte, qualcuno che potesse amare e che lo amasse a sua volta. Nessun animale o albero poteva essere una controparte per lui. Così ha scelto te e me per poter comunicare e costruire una relazione con noi, i suoi figli. Il motivo di questa decisione è l'amore puro.

Se siamo cristiani, crediamo che Dio ci ami. Ma sappiamo anche che vuole essere amato da noi? *È possibile?* Sì, perché tu sei nato per amore e, poiché sei la sua controparte, anche lui vuole essere amato da te.

Tu amerai dunque l'Eterno, il tuo Dio, con tutto il cuore, con tutta l'anima tua e con tutte le tue forze (Deuteronomio 6,5).

Non dice: "con un quarto del tuo cuore", "con metà del tuo cuore" o "con tre quarti del tuo cuore" per quanto mi riguarda. No! Lui vuole l'amore di tutto il tuo cuore. Ti vuole completamente, con la pelle e i capelli. Tutta intera, così come sei. Perché ti ama. Desidera essere amato a sua volta da te. Quando l'ho capito, all'inizio mi ha sorpreso. Ma ora sono entusiasta che anche lui voglia il *mio* amore.

Prima che Gesù fosse condannato, Pietro lo rinnegò tre volte, per paura. In seguito a questo episodio leggiamo in Giovanni 21,15-17 come

Gesù chiese a Pietro tre volte del suo amore per lui. Gesù parlò due volte di *agape* (in greco), il tipo di amore incondizionato e divino. Ma Pietro gli rispose ogni volta con *philea* - amore amichevole. Questa sì che è una differenza significativa! Amore *agape*, punto e basta. Senza dubbi, incondizionatamente. L'amore amichevole, invece, non è sempre così costante. Può variare e dipendere da diverse circostanze. L'amore amichevole può rompersi.

Ciò che mi colpisce in questi versetti della Bibbia è che Gesù pone esplicitamente la domanda: "Mi ami tu?". E vuole porre anche a te la stessa domanda: "Mi ami?". Come gli rispondi? Con: "Sì, certo che ti amo!". O con: "Un po'... non so esattamente...?"

Magari prenditi del tempo prima di dargli una risposta.

Vuole tutto il tuo amore per lui. Come indicato nel Deuteronomio 5: "con tutto il tuo cuore".

"Mi ami?" chiese Gesù a Pietro. E lui come rispose? "Sì, certo che ti amo, Signore!". Ma non era questa la domanda. Sarebbe un po' come se mio marito mi chiedesse: "Cinzia, mi ami?". E io gli risponderei con piena convinzione: "Sì, certo che ti amo!". Riesci a notare la sottile differenza? Questo è più chiaro nella lingua greca, in quanto vengono utilizzati due termini diversi: *agapao* e *phileo*, come descritto sopra.

Due volte Gesù chiede a Pietro di parlare di *agape* (amore incondizionato), la terza volta usa solo *phileo* (affetto amichevole). Pietro lo capisce e si rattrista. Per tre volte ha rinnegato Gesù e per tre volte Gesù gli ha chiesto del suo amore, per cui la terza volta fa delle concessioni.

Penso che Pietro si sia confrontato con il suo vecchio io in questo incontro. Gesù non si rivolge a lui come "Pietro" - il nuovo nome della sua vocazione divina - ma come "Simone, figlio di Giona", il suo nome civile, per così dire. Gesù voleva assicurarsi che Pietro perseguisse la sua vocazione di pescatore di uomini, perché dopo la crocifissione di Gesù voleva tornare alla sua vecchia professione di pescatore. Probabilmente era abbattuto e triste dentro di sé perché aveva rinnegato Gesù e non si sentiva più chiamato o degno di seguire Gesù. Per questo motivo, Gesù lo affrontò dopo la resurrezione e gli mostrò cosa c'era ancora nella sua anima per liberarlo e guarirlo da questa esperienza traumatica e per rinnovare la sua vocazione: "Pisci i miei agnelli! ... Pisci le mie pecore! Pisci le mie pecore!" (Giovanni 21,15-17).

Il nostro Padre celeste è così. Nel suo grande amore e nella sua misericordia, vuole liberarci da tutto ciò che ci impedisce di seguirlo e di

amarlo. Vuole aiutarci. Essere confrontati è spesso doloroso. Chi lo vuole tutto questo? Tuttavia, il risultato non deve essere la distruzione, ma la guarigione.

Come affrontiamo il confronto e la critica costruttiva? Pietro fu messo a confronto con se stesso. L'intenzione non era quella di condannarlo, ma di aiutarlo a fare la volontà di Dio e a riconoscere ciò che ancora si muoveva nella sua anima o nel suo cuore. Faremmo bene ad accettare le critiche costruttive. Questo può aiutarci a bandire gli atteggiamenti del nostro cuore che non sono conformi alla parola di Dio. E questo ci aiuta ad andare avanti.

Ricorda: Gesù non ci accusa.

Non c'è dunque alcuna condanna per quelli che sono in Cristo Gesù (Romani 8:1).



Approfondisci e applica
Nato per amare

Dio ha creato noi esseri umani perché voleva avere una controparte. Il suo motivo era l'amore. L'amore si basa sul dare e ricevere; c'è uno scambio. Era felice quando ti ha creato.

- Riesci a credere e ad accettare che lui ti ama e vuole avere comunione con te?

- Con quale amore lo ami? Con *phileo* (affetto amichevole) o con *agape* (amore incondizionato)? Scrivi i tuoi sentimenti al riguardo.
