

Attraversare tempi duri

Max Lucado

Nel ruolo di pastore per oltre tre decenni, ho sentito veramente tante storie di cuori e dolori. Paure sulla salute, guai finanziari, vallate nei rapporti. Probabilmente tutti quelli che conosciamo stanno passando tempi difficili.

Allora, cosa dovremmo fare quando le persone condividono le loro difficoltà con noi? Ecco delle cose da fare e da non fare.

Dite alla persona che non sta affrontando questo momento da sola.

Offritele un orecchio per ascoltarla e una spalla sulla quale piangere. Siate disponibili a dare una mano per aiutare, badare ai figli, fornire un pasto caldo.

Non fate in modo che la situazione si sposti su di voi.

C'è sempre la tentazione di condividere la propria storia personale - o quella di una persona a noi cara - però questo fa sì che la conversazione giri intorno a voi, non alla persona che sta passando i guai. Focalizzatevi sulla persona che sta male.

Spingete la persona a fare progetti.

I tempi duri sono incubatrici di decisioni senza senso, quindi aiutatela a fare un progetto per arrivare oltre. E poi aiutatela a restare ferma su quel progetto.

Non permettete comportamenti sciocchi.

Se il vostro amico è indebitato, un fin settimana di shopping non risolverà la situazione. Una nuova relazione non aggiusterà un matrimonio in crisi, e non si può risolvere una dipendenza con altre droghe. La stupidità non aggiusta la stupidità.

Non promettete una soluzione veloce.

Mentre tutti vorremmo che un tumore sparisse domani o che un dolore non ci fosse più la settimana prossima, potrebbe non succedere così. Restate positivi, senza vivere tra le nuvole.

Cercate un bene nascosto.

Quando il tempo matura, cercate i risvolti positivi che potrebbero emergere dal disastro: rapporti ricostruiti, un nuovo zelo per la vita, maggiore saggezza per il futuro. Tutti questi sono probabili risultati dei tempi duri. Aiutate la persona a individuarli chiaramente quando appaiono.

Per altri spunti e suggerimenti per superare i tempi duri, leggete "You'll Get Through This" (in inglese o spagnolo, Nelson, 2015), di Max Lucado.

© Copyright 2015 [Charisma Media](#), martedì 21 Aprile, 2015