Riflessioni per i giovani

Salve, amici!

Nel mondo di oggi, pieno di impegni e di preoccupazioni, “ alzare lo sguardo” ci ricorda da dove vengono il vero aiuto, la sicurezza e la guida. Ispirate al Salmo 121, queste riflessioni vi aiutano a concentrarvi su Dio, il Creatore del cielo e della terra, invece che sulle distrazioni e le sfide della vita.

Ogni meditazione vi invita a fermarvi e a pensare a come Dio veglia su di voi, dandovi protezione nei momenti difficili e guida nella vita quotidiana. Troverete modi semplici per crescere nella fede, trasformare le preoccupazioni in preghiere e costruire un rapporto più stretto con Dio. Se state affrontando una situazione difficile, se cercate conforto o se avete semplicemente bisogno di chiarezza nella vostra giornata, queste riflessioni vi incoraggiano a “guardare in alto”, un atto di fede che porta pace e fiducia.

Godetevi questo viaggio per entrare in contatto con Colui che sempre vi ascolta, si prende cura di voi e c'è per voi. Quindi, trovate un posto comodo, aprite il vostro cuore e “alziamo lo sguardo” insieme!

Alzare lo sguardo per ricevere aiuto

Leggiamo: Salmo 121:1-2

Alzo gli occhi verso i monti: chi mi potrà aiutare?

L’aiuto mi viene dal Signore che ha fatto cielo e terra.

Tutti noi affrontiamo problemi che sembrano troppo grandi per essere gestiti da soli. Il Salmo 121 ci incoraggia a “alzare lo sguardo” verso Dio, non verso altre cose che possono distrarci o sopraffarci. Prendetevi un momento oggi per riflettere su qualcosa di impegnativo nella vostra vita. Invece di concentrarvi sul problema, concentratevi su Dio. Scrivete una preghiera chiedendogli aiuto e forza.

# Alzare lo sguardo verso il Dio che non dorme mai

Leggiamo: Salmo 121:3-4

Egli non permetterà che il tuo piede vacilli;

colui che ti protegge non sonnecchierà.

Ecco, colui che protegge Israele

non sonnecchierà né dormirà.

# Dio veglia sempre su di noi, anche quando non ce ne rendiamo conto. Non si prende mai una pausa dal prendersi cura di noi. Pensate a come ci si sente sapendo di poter “alzare lo sguardo” verso un Dio che è sempre sveglio, pronto ad ascoltare e ad agire. Scrivete di una situazione in cui vi siete sentiti soli e ricordatevi che Dio era con voi anche in quel momento.

# Alzare lo sguardo per trovare sicurezza e rifugio

Leggiamo: Salmo 121:5-6

Su di te veglia il Signore, ti protegge con la sua ombra,

sta sempre al tuo fianco.

Il sole non ti colpirà di giorno, né la luna di notte.

# Quando la vita sembra dura o spaventosa, Dio ha promesso di essere il nostro rifugio. Questo non significa che i problemi scompaiano, ma che non siamo soli. Quando vi sentite vulnerabili o indifesi, come potete “alzare lo sguardo” verso Dio per trovare pace? Cercate di trascorrere del tempo in preghiera, chiedendo a Dio di essere il vostro rifugio questa settimana.

# Alzare lo sguardo per trovare orientamento nella vita quotidiana

Leggiamo: Salmo 121:7-8

‘Il Signore proteggerà la tua vita,

ti proteggerà da ogni male.

Il Signore ti proteggerà quando parti e quando arrivi,

da ora e per sempre!.’

La protezione di Dio non è solo per i momenti più drammatici, ma anche per la vita di tutti i giorni. Che siate a scuola, a casa o con gli amici, Dio vi guida. Oggi, “alzate lo sguardo" verso di Lui nelle piccole cose. Prima di prendere decisioni, anche semplici, chiedete a Dio di guidarvi e osservate come lui vi guida.

# Alzare lo sguardo quando hai paura

Leggiamo: Isaia 41:10

Non temere, io sono con te. Non preoccuparti, io sono il tuo Dio. Ti rendo forte, ti aiuto,  
ti proteggo con la mia mano invincibile.

# La paura è qualcosa che tutti sperimentiamo, ma Dio vuole che “alziamo lo sguardo” verso di lui e abbiamo fiducia nel fatto che è con noi. Pensate a una paura che vi tenete dentro e, in preghiera, consegnatela a Dio. Ogni volta che la paura si ripresenta, esercitatevi a guardare verso Dio invece di concentrarvi sulla vostra preoccupazione.

# Incoraggia gli altri ad alzare lo sguardo

Leggiamo: Ebrei 12:1-2

Corriamo decisamente la corsa che Dio ci propone. Teniamo lo sguardo fisso in Gesù: è lui che ci ha aperto la strada della fede e ci condurrà sino alla fine.

Questo versetto ci ricorda di tenere gli occhi su Gesù mentre corriamo la corsa della fede. Ma non siamo soli: possiamo aiutare anche gli altri a rimanere concentrati. Pensate a qualcuno che potrebbe avere bisogno di essere incoraggiato. Come potete aiutarli a guardare verso Dio questa settimana? Offrite una preghiera o condividete con loro una parola gentile.

Alzare lo sguardo e vivere con fiducia

Leggiamo: Romani 8:28

Noi siamo sicuri di questo: Dio fa tendere ogni cosa al bene di quelli che lo amano, perché li ha chiamati in base al suo progetto di salvezza.

“Alzare lo sguardo” significa avere fiducia nel fatto che Dio sta operando tutte le cose per il bene, anche quando non riusciamo a vederlo in questo momento. Al termine di questa settimana, riflettete su come alzare lo sguardo verso a Dio abbia cambiato la vostra prospettiva. Scrivete un modo in cui volete continuare a esercitarvi a guardare in alto verso Dio in futuro.