

# *La crescita spirituale*



*Principi Cristiani Fondamentali*

Proprio come dobbiamo mangiare, respirare e muoverci per crescere fisicamente, ci sono tre elementi essenziali anche per la crescita spirituale.

### **Cresciamo mangiando**

Leggere e studiare la Parola di Dio e altro materiale edificante è cibo per l'anima ed è essenziale per la nostra crescita e la nostra vita spirituale. «Le parole che vi dico sono spirito e vita». (Giovanni 6:63) «Appena ho trovato le tue parole, le ho divorate; le tue parole sono state la mia gioia, la delizia del mio cuore». (Geremia 15,16)



## **Cresciamo respirando**

La preghiera è stata definita il respiro dell'anima. 1  
Tessalonicesi 5,7 ci ricorda di «pregare incessantemente» e Romani 12,12 di essere «perseveranti nella preghiera».



## **Cresciamo muovendoci**

Ci muoviamo quando seguiamo attivamente le orme di Gesù, facendo il possibile per aiutare i bisognosi, sostenere gli esausti e incoraggiare gli scoraggiati. Soprattutto, come Giovanni Battista, possiamo indicare agli altri «l'Agnello di Dio, che toglie il peccato del mondo». (Giovanni 1:19)



L'apostolo Paolo spesso paragonava la vita di un Cristiano a una grande gara. Parlando di sé, ha detto: «Anche noi dunque, essendo circondati da un così gran numero di testimoni, depono ogni peso e il peccato che ci sta sempre attorno allettandoci, corriamo con perseveranza la gara che ci è posta davanti, tenendo gli occhi su Gesù, autore e compitore della nostra fede». (Ebrei 12:1-2)



[www.freekidstor](http://www.freekidstor.com)