

ARTHUR WALLIS

IL DIGIUNO VOLUTO DA DIO

UNA GUIDA PRATICA E SPIRITUALE SUL DIGIUNO BIBLICO



Titolo: Il digiuno voluto da Dio – una guida pratica e spirituale sul digiuno biblico
Autore: Arthur Wallis

Originally published in English under the title: *God's Chosen Fast*
Copyright © 1975 by *Arthur Wallis*
David C. Cook, 4050 Lee Vance View, Colorado Springs, Colorado 80918, U.S.A.

Prima edizione italiana © 1980 CLC Edizioni - Tutti i diritti riservati
Terza ristampa rivista © 2016 CLC Edizioni - Tutti i diritti riservati
via Ricasoli 97/r
50122 Firenze
info@clcitaly.com
www.clcitaly.com

Grafica e impaginazione: *Ivano Cramerotti*

Traduzione: *Gloria Aceto Poleggi*
Revisione: *Sara De Marco*

ISBN: 978-88-7900-046-8

Indice

Prefazione	9
CAPITOLO UNO	
Perché digiunare	13
CAPITOLO DUE	
Il digiuno normale.	17
CAPITOLO TRE	
Il digiuno assoluto.	21
CAPITOLO QUATTRO	
Il digiuno parziale	25
CAPITOLO CINQUE	
“Quando” e non “se”	29
CAPITOLO SEI	
Il tempo del digiuno è ora!	33
CAPITOLO SETTE	
Digiuni fissi e ufficiali	37
CAPITOLO OTTO	
Digiunare per Dio.	43
CAPITOLO NOVE	
Per la santificazione personale	47
CAPITOLO DIECI	
Per essere esaudito dal cielo	53
CAPITOLO UNDICI	
Per mutare le intenzioni di Dio	59
CAPITOLO DODICI	
Per liberare i prigionieri.	63

CAPITOLO TREDICI	
Essi digiunaron per liberare	69
CAPITOLO QUATTORDICI	
Per ricevere rivelazione.	75
CAPITOLO QUINDICI	
Le pentole di carne dell'Egitto.	81
CAPITOLO SEDICI	
Per disciplinare il corpo	87
CAPITOLO DICIASSETTE	
Cosa dire dell'ascetismo.	93
CAPITOLO DICIOOTTO	
Gli effetti del digiuno sul corpo.	99
CAPITOLO DICIANNOVE	
Per la salute e la guarigione	105
CAPITOLO VENTI	
Come iniziare	111
CAPITOLO VENTUNO	
Come rompere il digiuno	115
CAPITOLO VENTIDUE	
Diario di un digiuno	123
CAPITOLO VENTITRÈ	
Negli ultimi giorni	135
APPENDICE UNO	
Risposte a quesiti pratici	141
APPENDICE DUE	
L'alimentazione salutare.	147

Prefazione

della prima edizione del 1968

Ho girato tutte le librerie cristiane di una grande città cercando delle pubblicazioni sul digiuno. Non mi fu indicato neanche un titolo. Ma pochi giorni dopo, in un negozio di alimenti dietetici della stessa città, trovai un libro sul digiuno dietetico. Scoprii presto che era stato scritto sull'argomento molto di più da dietologi riguardo all'aspetto fisico, che non da autori cristiani riguardo a quello spirituale. Fui grato più tardi di imbartermi nel libro di Gordon Cove, *Revival Now Through Prayer and Fasting* (Risveglio ora attraverso la preghiera e il digiuno) e nell'opuscolo di David Smith, *Some Light on Fasting* (Delucidazioni sul digiuno), che contengono insegnamenti utili e saggi consigli. Oltre a due o tre pubblicazioni americane, pare che non ci sia più nulla.

Poiché avevo provato il grande valore e la grande benedizione del digiuno nel corso di molti anni, mi preoccupò il fatto che tanti sinceri credenti non avevano mai pensato seriamente a tale argomento. È stata questa preoccupazione che mi ha spinto a condividere con coloro che sono affamati di "tutto il consiglio di Dio", ciò che la Bibbia ha da dire su questo esercizio spirituale. Il mio scopo è stato quello di fornire un manuale che non solo trattasse i principali passi scritturali riguardanti l'argomento e offrisse un indice biblico, ma che si occupasse nel modo più dettagliato possibile delle implicazioni pratiche.

Nella parte del libro che tratta dell'aspetto fisico e pratico, largo spazio è stato riservato ai digiuni più lunghi, perché è proprio in questi casi che è molto importante un'esatta comprensione dell'aspetto fisico. Questo non deve portare il lettore a supporre che tutti siamo chiamati a intraprendere dei digiuni lunghi, o che quelli più brevi siano, in paragone, di poco valore. Non è per nulla così. È tuttavia utile a coloro che praticano solo i digiuni più brevi comprendere il funzionamento del corpo in quelli più lunghi.

La discussione dell'aspetto fisico è ovviamente competenza di un medico più che di uno studente della Bibbia. E devo infatti riconoscere il mio debito verso gli scritti del dott. Otto Buchinger della Germania e del dott. Herbert Shelton di S. Antonio, Texas, entrambi esperti di digiuno terapeutico, e verso gli amici medici che gentilmente hanno letto il manoscritto ed esaminato attentamente quel che concerne questa parte dell'argomento. Sono molto grato a loro e ad altri, i quali hanno offerto numerosi suggerimenti utili. Mi sento in debito anche verso l'ormai defunto Prof. James Orr per il suo articolo sull'ascetismo nel *The Protestant Dictionary* e verso l'autore dell'articolo sul digiuno dell'*Hastings Encyclopaedia of Religion and Ethics*.

La riscoperta di verità, precedentemente trascurate, porta spesso a dare a queste un'importanza esagerata. Mi rendo conto di tale tentazione nel caso del nostro argomento, ed ho quindi cercato di darvi il peso che la Scrittura gli dà. La verità è come un ritratto, ed esagerarne una sola caratteristica vuol dire trasformarla in una caricatura. Coloro che danno al digiuno un'importanza sproporzionata rispetto al posto che occupa nelle Scritture, presentano una caricatura della verità che porta le persone riflessive ad allontanarsi da questo canale di grazia divinamente stabilito ed a considerarla come qualcosa per gli eccentrici ed i fanatici.

Il digiuno è importante – forse più importante di quanto molti

suppongano – ed ho fiducia che il presente libro lo dimostrerà. Pur non essendo una dottrina biblica di prim'ordine, una pietra angolare della fede o una panacea per qualsiasi malattia spirituale, nondimeno, quando è esercitato con purezza di cuore e per un giusto motivo, il digiuno può essere sia la chiave adatta per aprire porte altrimenti chiuse, sia una finestra aperta verso nuovi orizzonti del mondo invisibile, sia un'arma spirituale fornita da Dio “potente per distruggere le fortezze”. Possa Dio usare questo libro per aprire gli occhi a molti del suo popolo sulle possibilità spirituali insite nel digiuno in cui Dio si compiace.

Le citazioni bibliche, tranne indicazioni contrarie, sono state citate dalla Versione Nuova Diodati.

Perché digiunare

Da circa un secolo e mezzo il digiuno è passato di moda, almeno nelle chiese occidentali; la sola idea che oggi qualcuno digiuni sembra strana alla maggior parte dei cristiani moderni. Esso viene infatti associato col cristianesimo medievale o forse con le pratiche dei filocattolici. Ad altri richiama alla mente capi politici come Mahatma Gandhi che l'hanno usato come un'arma di resistenza passiva; ma quale esercizio spirituale, si crede che sia praticato solo da quei credenti che appaiono estremisti o addirittura fanatici.

Altri hanno dei dubbi riguardo al suo aspetto pratico. A costoro, digiunare e morire di fame sembra la stessa cosa e temono che abbia dei risultati dannosi. Siccome "... nessuno infatti ebbe mai in odio la sua carne, ma la nutre e la cura teneramente" (Ef. 5:29), si oppongono al digiuno istintivamente. "Stai attento", dicono, "potresti danneggiare gravemente la salute. Quando vivi una vita così attiva non puoi permetterti di rischiare un calo fisico!".

Perché tali atteggiamenti per un esercizio chiaramente scritturale? Una risposta sta nel fatto che il digiuno è stato uno degli aspetti dominanti di un ascetismo che apparve nell'era successiva a quella apostolica e che fu enfatizzato quando dilagò nel periodo medievale. Poi il pendolo oscillò verso la parte opposta quando le persone rifiutarono tutto ciò che sapeva di ascetico. Ancora oggi la chiesa soffre a

causa di quella reazione. Non abbiamo ancora recuperato l'equilibrio spirituale della chiesa del Nuovo Testamento. Una volta ho ascoltato un discorso stuzzicante di un abile insegnante biblico, basato sulla risposta che il Signore diede a una domanda sul digiuno, quando Gesù disse che gli amici dello sposo non avrebbero digiunato fino a quando lo sposo non fosse loro tolto. Tutto ciò che l'oratore disse era molto utile, ma non sfiorò nemmeno una volta l'argomento del digiuno, né disse se questo ha un posto nell'odierna vita cristiana.

Quando le nostre menti sono condizionate dal pregiudizio o paralizzate dal modo di vedere tradizionale, possiamo meditare su una verità biblica quante volte vogliamo, senza che essa ci tocchi. La nostra inibizione spirituale per quella verità ci permette sì di vedere, ma non di apprendere. La verità rimane assopita dentro di noi, compresa con la mente, ma non applicata spiritualmente. E questo è vero in modo particolare per il digiuno.

Ma quando la miccia della verità è accesa dallo Spirito Santo, nella mente di molte persone scoppia immediatamente un conflitto. La verità biblica diviene improvvisamente "vivente ed efficace", i nostri atteggiamenti tradizionali e i nostri pregiudizi sono presi d'assalto e l'esito della lotta rivela se siamo aperti per ricevere ed obbedire alla nuova luce di Dio e così crescere nella conoscenza della verità. Il presente libro ha l'intento di domandarci se siamo disposti a sottoporre il nostro attuale atteggiamento verso il digiuno (se pur ne abbiamo uno) alla "prova del fuoco" della Parola di Dio, per poi "vivere secondo le scritture" (1 Co. 4:6).

In questo libro vengono trattati la maggior parte dei passi biblici relativi al digiuno. Forse il lettore si sorprenderà (come ha già fatto lo scrittore) di scoprire quanto la Bibbia abbia da insegnarci, sia tramite esempi che con precetti, sul valore di tale esercizio spirituale. Vi sono anche degli avvertimenti, perché il digiuno presenta pure dei pericoli che abbiamo cercato di sottolineare.

Tra i grandi santi della Bibbia che digiunarono vi sono Mosè il legislatore, Davide il re, Elia il profeta e Daniele il veggente. Il Nuovo Testamento ci offre tanto l'esempio del nostro Signore che dei suoi discepoli. Il digiuno ha avuto un'evidente importanza nella vita della chiesa nascente. Non era praticato solo dagli uomini perché nella schiera degli intercessori che digiunarono e pregarono, troviamo i nomi di Anna nell'Antico Testamento e di un'altra Anna nel Nuovo.

Grandi santi della storia della chiesa hanno praticato il digiuno e testimoniato la sua importanza. Ad essi appartengono i grandi riformatori come Lutero, Calvino e Knox. Questa consuetudine non si è limitata ad una particolare scuola di pensiero teologico: nel digiuno troviamo Jonathan Edwards calvinista, unito con John Wesley armigniano e David Brainerd in comunione con Charles Finney.

Questi sono nomi di grandi studiosi e predicatori, ministri e missionari, evangelisti e fautori di risvegli. Sulla lista del digiuno vi sono ancora i nomi del pastore Hsi della Cina e del pastore Blumhardt della Germania che Dio usò un secolo fa nelle loro rispettive sfere per liberare i prigionieri di Satana. E non abbiamo tempo a sufficienza per annoverare il crescente gruppo che oggi Dio suscita ed usa nello stesso ministero per mezzo della preghiera e del digiuno.

Le opere dei grandi difficilmente possono essere nascoste. Una volta che i corpi di questi uomini di fede vengono messi nelle loro tombe, i biografi si mettono a ricercare i loro diari e carteggi privati. Ma solo quando gli archivi celesti saranno aperti, scopriremo il grande numero dei cristiani anonimi che non ebbero né diari né biografie, ma che digiunarono e pregarono Dio che vede nel segreto. Anche loro sicuramente risplenderanno nella galassia dei santi illustri "come le stelle per sempre" (Da. 12:3).

Nel Nuovo Testamento il digiuno era un canale di potenza. Quando il livello spirituale calò e la mondanità fiorì nelle chiese,

la potenza e i doni dello Spirito vennero meno. Con la perdita di tale potenza interiore, gli uomini poterono aggrapparsi solo a quello che era loro rimasto: l'aspetto esteriore. Si cercò di evidenziare sempre più l'atto esteriore del digiuno, sebbene fosse oramai privo del suo vero spirito che solo poteva dargli valore. L'ascetismo divenne il segno della religiosità e della spiritualità. La predizione di Paolo riguardante "l'apparenza della pietà, ma avendone rinnegato la potenza" (2 Ti. 3:5) veniva adempiuta.

Ma, Dio sia lodato, un nuovo giorno sta sorgendo e una nuova sete dello Spirito comincia a svegliare la chiesa assopita. Il nostro è un periodo di rinnovo spirituale: ricerche approfondite e domande, peso e brama si trovano dappertutto. Il grido accorato della chiesa sta salendo al cielo. Lo Spirito di Dio si sta muovendo. Cos'è tutto ciò se non le prime doglie della nuova era che sta per nascere? Dio è deciso ad avere una chiesa gloriosa senza macchia e senza ruga, una sposa adatta al suo amato Figliuolo. Sono convinto che nel travaglio per questa nuova scoperta troveremo uno dei segreti perduti della chiesa nascente: la potenza che si libera dall'esercizio biblico del digiuno per Dio.