

«L'idea suggerita da Don Whitney di pregare con la Bibbia ha apportato un importante contributo alla mia vita di studio delle Scritture. Questo libro di poche pagine è esplosivo e potente. Leggetelo avendo un cuore pronto a compiere un grande passo in avanti nel vostro cammino con Cristo e nel vostro impegno nella preghiera».

R. ALBERT MOHLER JR., presidente e JOSEPH EMERSON BROWN
professore di teologia cristiana al
Southern Baptist Theological Seminary

«Il mio cammino con il Signore è stato spesso rafforzato e incoraggiato dagli scritti di Don Whitney. Ora ci ricorda il valore di impiegare le Scritture come un suggerimento e una base per le nostre preghiere. È uno strumento particolarmente utile per coloro che spesso si trovano in difficoltà nel capire cosa e come pregare o per quelle menti che tendono a vagare durante i momenti dedicati alla preghiera privata. Questo libro aiuterà di certo molte persone a rivitalizzare il proprio tempo con il Signore».

NANCY LEIGH DEMOSS, autrice; conduttrice radiofonica
di *Revive Our Hearts*

«Se state cercando un libro che vi insegni non solo a pregare ma anche a ravvivare la vostra relazione con Dio attraverso la preghiera, questo fa al caso vostro. Raccomando vivamente questo libro scritto da un uomo che ha insegnato discipline spirituali a migliaia di persone in ambienti sia accademici, sia ecclesiali. La mia anima è stata nutrita dagli insegnamenti di Whitney, in particolar modo sul tema della preghiera. Voi e io abbiamo bisogno di questo libro. Ti sarà di benedizione in molteplici modi».

MIGUEL NÚÑEZ, pastore senior della International Baptist Church
di Santo Domingo; presidente di Wisdom and Integrity

«Ho pregato sulla base del Salmo 23 con le lacrime che mi scendevano sul viso, chiedendomi: “Perché non l’ho fatto prima?” Forse vi è già stato suggerito di pregare con le Scritture, ma non l’avete fatto perché non vi è mai stato insegnato *come* farlo. L’approccio semplice di Whitney rende accessibile la preghiera lasciando spazio alla Parola e allo Spirito di operare nel vostro cuore. Non rinunciate alla preghiera! Questo libro vi sarà utile per trasformare la vostra vita di preghiera».

TRILLIA NEWBELL, autrice di *United: Captured by God’s Vision for Diversity e Fear and Faith*

«Whitney offre un approccio meravigliosamente pratico, pastorale e biblico alla preghiera che allevia la noia personale e libera la potenza spirituale. È così semplice che vi sconvolgerà e, allo stesso tempo, ravviverà una nuova vita di preghiera con il vostro Dio».

BRYAN CHAPPELL, presidente emerito del Covenant Theological Seminary; pastore senior della Grace Presbyterian Church, Peoria, Illinois

«Diverse volte Whitney ha insegnato il materiale di questo libro durante le conferenze di WorshipGod di cui sono a capo. È sempre stato uno dei seminari proposti più apprezzati e che ha avuto un impatto sulla vita delle persone. Non posso raccomandare a sufficienza questo libro».

Bob Kauflin, direttore del culto di Sovereign Grace Ministries; autore di *Worship matters e True Worshipers*



PREGARE
CON LA
BIBBIA

DONALD S. WHITNEY



ISBN 978-88-3299-077-5

Titolo originale:

Praying the Bible

Copyright © 2015 by Donald S. Whitney

Publicato dalla Crossway Books, una suddivisione della

Good News Publishers, Wheaton, Illinois 60187, USA

La presente traduzione è pubblicata con permesso concesso
dalla Good News Publishers

Per l'edizione italiana:

Copyright © 2024 Associazione Evangelica Alfa & Omega

Via Pietro Nenni 46 bis, 93100 Caltanissetta, IT

e-mail: info@alfaeomega.org – www.alfaeomega.org

Salvo diversamente indicato, le citazioni bibliche sono tratte da:

La Sacra Bibbia Nuova Riveduta 2006 – versione standard

Copyright © 2008 Società Biblica di Ginevra.

Usato previa autorizzazione. Tutti i diritti riservati.

Traduzione: Annica De Chirico

Revisione: Andrea Stelluti

Prima edizione: marzo 2024

Impaginazione e copertina: Andrea Stelluti

Stampa: Press Up S.r.l., Nepi (VT)

Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione, anche parziale,
con qualsiasi mezzo effettuata, non autorizzata.

A T. W. Hunt, l'uomo più fedele alla preghiera
che io abbia mai conosciuto. Grazie per aver pregato
quotidianamente per me nel corso dei decenni.

E anche a R. F. Gates, che Dio ha usato
in modi che nessuno di noi avrebbe mai immaginato
in quel 1 marzo 1985, quando hai preso in mano la Bibbia
e hai detto: «Quando preghi, usa il libro di preghiere!»

E soprattutto al mio Signore e Salvatore, Gesù Cristo.

Tutto questo, anzi, tutta la vita, è per te e riguarda te.
Dopo aver parlato con te per migliaia di volte,
non vedo l'ora di vederti.

*Stai visualizzando un'anteprima del libro,
per questo motivo alcune pagine non sono disponibili*

*Acquista l'edizione completa in libreria
o sul sito web dell'editore
www.alfaeomega.org*

INDICE

1. Il problema	11
2. La soluzione	21
3. Il metodo	25
4. Ulteriori dettagli sul metodo	29
5. Pregare con i salmi	39
6. Pregare con altre parti della Bibbia	49
7. La parte più importante di questo libro	57
8. Una valutazione dell'esperienza	59
9. Cosa abbiamo imparato?	73
10. Gli esempi di George Müller, di Gesù sulla croce e dei primi cristiani	75
Appendice 1: tabella dei “salmi del giorno”	83
Appendice 2: pregare con la Bibbia in gruppo	85

1

IL PROBLEMA

Se cerco di pregare per le persone o per gli eventi senza avere davanti ai miei occhi la parola che guidi le mie preghiere, allora accadono diverse cose negative. Una di queste è che tendo a essere molto ripetitivo [...]. In pratica prego sempre riguardo alle stesse cose. Un ulteriore aspetto negativo è che la mia mente tende a vagare.

John Piper

Dal momento che pregare significa parlare con Dio, perché allora le persone non pregano di più? Perché il popolo di Dio non trova maggiormente *diletto* nella preghiera? Ritengo che le persone, quelle realmente nate di nuovo e autenticamente cristiane, spesso non pregano semplicemente perché *non si sentono* in vena di farlo. La ragione per cui non si sentono in vena di pregare è che, quando pregano, tendono a ripetere le solite vecchie frasi, riguardo alle solite vecchie cose.

Quando avete pregato per la centesima volta ripetendo le solite vecchie frasi, riguardo alle solite vecchie cose, come vi sentireste a doverle dire nuovamente? Avete osato pensare la parola che inizia con la "A"? Sì, annoiato. Potremmo parlare con la persona più interessante dell'universo riguardo alle questioni più importanti della nostra vita eppure essere annoiati a morte.

Come risultato, molti cristiani arrivano a questa conclusione: «Il problema devo essere io. Dev'esserci qualcosa di sbagliato in me. Se mi annoio nel fare una cosa così importante come pregare, allora devo essere di certo un cristiano di seconda scelta».

Infatti, perché le persone dovrebbero annoiarsi a parlare con Dio, specialmente quando stanno raccontando qualcosa di così importante per la loro vita? È perché non amiamo Dio? Il motivo è che, in fondo, non ci importa nulla delle persone o delle questioni per cui preghiamo? No. Piuttosto, se la vostra esperienza di preghiera è caratterizzata dalla noia, una noia che induce la vostra mente a vagare, sosterrai che, se lo Spirito Santo dimora in voi, se siete veramente nati di nuovo, allora il problema non siete voi; è il vostro *metodo*.

La presenza dello Spirito induce alla preghiera

Notiamo questa condizione fondamentale: «Se lo Spirito Santo dimora in voi», poiché, se lo Spirito Santo non dimora in una persona, non esiste alcun metodo in grado di ravvivare la sua preghiera. Tale persona non prova un duraturo appetito nei confronti della preghiera, né un desiderio a lungo termine.

Quando Dio, per mezzo di Cristo, fa entrare una persona in relazione con lui, egli inizia a vivere in quella persona attraverso lo Spirito Santo. Come scrisse l'apostolo Paolo ai seguaci di Gesù in Efesini 1:13: «In lui voi pure, dopo aver ascoltato la parola della verità, il vangelo della vostra salvezza, e avendo creduto in lui, avete ricevuto il sigillo dello Spirito Santo che era stato promesso». Inoltre, in 1 Corinzi 6:19, Paolo rassicurò i credenti in Cristo dicendo: «Non sapete che il vostro corpo è il tempio dello Spirito Santo che è in voi e che avete ricevuto da Dio?».

Così come la vostra natura umana vi accompagna in qualunque luogo entriate, allo stesso modo lo Spirito Santo porta con sé la sua natura santa nelle persone in cui dimora. Di conseguenza hanno nuovi santi desideri e affetti che non avevano sperimentato prima che la sua presenza dimorasse in loro. Hanno fame per la Parola di Dio, che prima consideravano essere noiosa o irrilevante (1 Pietro 2:2). Amano la comunione

con il popolo di Dio, ritenendo impensabile vivere senza poter interagire in maniera significativa con i fratelli (1 Giovanni 3:14). I cuori e le menti in cui dimora lo Spirito provano desideri santi, che fino ad allora erano loro sconosciuti. Desiderano vivere in un corpo santo, senza peccato, vogliono avere una mente santa, non più soggetta alla tentazione, gemono per un mondo santo, composto da persone sante e desiderano sinceramente vedere un giorno il volto di colui che gli angeli chiamano: «Santo, santo, santo» (Apocalisse 4:8).

Questo è il battito cardiaco spirituale di tutti i cuori in cui dimora lo Spirito di Dio. Una persona potrebbe avere solo nove anni eppure, se lo Spirito Santo vive in lei, allora questa fame e questi desideri saranno seminati nel suo cuore (chiaramente espressi nella misura di un bambino di nove anni, ma pur sempre presenti). Una persona potrebbe avere novant'anni e possedere un cuore incrostato da tradizioni ed esperienze di vita, eppure, sotto la superficie pulserebbe l'opera sempre fresca e intramontabile dello Spirito Santo che si manifesta in coloro in cui dimora.

Inoltre, secondo le lettere neotestamentarie di Romani e Galati, un ulteriore cambiamento soprannaturale, prodotto dallo Spirito nel cuore dei cristiani, è la capacità di gridare: «Abba! Padre!» (Romani 8:15; Galati 4:6)¹. Pertanto, lo Spirito Santo dona nuovi desideri rivolti al Padre nei nati di nuovo, un nuovo orientamento rivolto al cielo, per mezzo del quale gridano: «Abba, Padre!». In altre parole, tutti coloro in

¹ Romani 8:15: «E voi non avete ricevuto uno spirito di servitù per ricadere nella paura, ma avete ricevuto lo Spirito di adozione, mediante il quale gridiamo: "Abbà! Padre!"»; Galati 4:6: «E, perché siete figli, Dio ha mandato lo Spirito del Figlio suo nei nostri cuori, che grida: "Abbà, Padre"». È importante notare che questo grido del cuore non è semplicemente qualcosa che il cristiano sceglie di fare, ma è un nuovo sguardo e un nuovo desiderio rivolto a Dio e mosso dallo Spirito Santo.

cui dimora lo Spirito Santo desiderano veramente pregare. Lo Spirito Santo induce tutti i figli di Dio a credere che Dio è il loro Padre e li riempie di un incessante desiderio di voler parlare con lui.

«Dev'esserci qualcosa di sbagliato in me»

Ciò nonostante, sebbene da una parte la nostra anima sia sottoposta alla passione prodotta dallo Spirito, dall'altra vi è l'opposizione dell'esperienza. La nostra esperienza ci dice: «Francamente, mi annoio quando prego...» e quando la preghiera è noiosa, non abbiamo voglia di pregare... e quando non abbiamo voglia di pregare, è difficile convincerci a farlo. Anche cinque o sei minuti trascorsi in preghiera possono sembrarci un'eternità. Per metà del tempo la nostra mente vaga altrove. All'improvviso torniamo in noi e pensiamo: «Dov'ero rimasto? Non stavo pensando a Dio negli ultimi minuti», e riprendiamo quel copione che abbiamo ripetuto infinite volte. Pochi secondi dopo, però, la nostra mente torna a vagare perché abbiamo pregato ripetendo le solite vecchie frasi, riguardo alle solite vecchie cose, per innumerevoli volte.

«Il problema sono io» concludiamo. «Pregare non dovrebbe essere così. Penso di essere un cristiano di seconda scelta».

No, quasi sicuramente il problema non siete voi; è il vostro metodo. Se vi siete allontanati dal vostro peccato e dal voler vivere per voi stessi, confidando in Gesù Cristo e nella sua opera capace di rendervi giusti davanti a Dio, allora lui vi ha dato lo Spirito Santo. E se state cercando di vivere sotto la signoria di Gesù Cristo e l'autorità della Parola di Dio, confessando i peccati conosciuti e lottando contro la continua tendenza a peccare, invece di giustificare il peccato; allora il problema della noia che provi nel pregare non siete voi, ma è il vostro metodo.

*Stai visualizzando un'anteprima del libro,
per questo motivo alcune pagine non sono disponibili*

*Acquista l'edizione completa in libreria
o sul sito web dell'editore
www.alfaeomega.org*

Quando pregate avete mai la sensazione di dire *sempre le solite vecchie frasi sulle solite vecchie cose*?

Incoraggiandoci e fornendoci quei consigli pratici che tutti cerchiamo, Donald S. Whitney, delinea un metodo di facile comprensione che ha il potere di trasformare la nostra vita di preghiera: pregare con le parole della Scrittura. Semplice quanto profondo, questo libro si rivelerà prezioso ogni giorno quando ricercherete la comunione con il vostro Padre celeste in preghiera.

«L'idea suggerita da Don Whitney di pregare con la Bibbia ha apportato un importante contributo alla mia vita di studio delle Scritture. Questo libro di poche pagine è esplosivo e potente. Leggetelo avendo un cuore pronto a compiere un grande passo in avanti nel vostro cammino con Cristo e nel vostro impegno nella preghiera».

R. ALBERT MOHLER JR. e JOSEPH EMERSON BROWN
Southern Baptist Theological Seminary



DONALD S. WHITNEY è professore di spiritualità biblica e direttore associato presso il Southern Baptist Theological Seminary di Louisville, KY, dal 2005. Fondatore e presidente del Center for Biblical Spirituality, è spesso relatore in chiese, ritiri e conferenze negli Stati Uniti e all'estero.



€ 9,00 (iva compresa)