> Non mangiai cibo prelibato, non mi entrò in bocca né carne né vino e non mi unsi d'unguento finché non furono compiute tre settimane.
> *— Daniele 10:3*

Libro: Antico Testamento / Daniele
Argomenti: digiuno, cibo, vino

Interpretazione:
Il Libro di Daniele fa parte dell'Antico Testamento ed è considerato uno dei testi più importanti della letteratura ebraica e cristiana. In questo contesto, il versetto 10:3 riveste un significato particolare, poiché riflette l'atteggiamento del profeta *Daniele* di fronte a una situazione difficile e la sua pratica del digiuno.

Questo versetto è parte del racconto di una visita celeste ricevuta da Daniele, durante la quale egli accoglie una serie di messaggi divini. Il digiuno di Daniele dura tre settimane, un periodo in cui si astiene da cibi prelibati, carne, vino e persino dagli oli per ungere il corpo. Si tratta, in generale, di una pratica comune nella cultura ebraica, che prevede l'astensione da certi piaceri per raggiungere una connessione più profonda con Dio.

Perché Daniele digiunò per tre settimane?

Secondo la narrazione biblica, Daniele trascorse circa tre anni in esilio a Babilonia. Nel capitolo 10 del Libro di Daniele, il profeta prega Dio chiedendo maggiore saggezza e la comprensione dei Suoi piani per il popolo. Sebbene Dio risponda immediatamente, Daniele sceglie di digiunare per tre settimane per compiere la volontà divina e prepararsi a ricevere i Suoi messaggi.

_____

Nota: questa è una possibile interpretazione basata sui commentari di teologi rinomati, i quali possono differire tra loro. Se l'interpretazione deriva da altre lingue, il significato potrebbe subire alterazioni durante la traduzione. *Matteo 7:7–8*

> Così abbiamo digiunato e implorato da Dio questo favore ed egli ci è venuto in aiuto.

> — *Esdra 8:23*

Libro: Antico Testamento / Esdra
Argomenti: digiuno, Preghiera

Interpretazione:
Esdra 8:23 è un versetto incoraggiante che parla di come Dio ascolti e risponda alle preghiere dei Suoi fedeli. In questo passo, Esdra e i suoi compagni digiunano e invocano l'aiuto di Dio per una questione specifica. Al termine del digiuno, Dio li ascolta e mostra loro il Suo favore.

Questo versetto ci ricorda che *la preghiera* è uno strumento potente, di cui possiamo avvalerci per entrare in comunione con Dio e ricevere aiuto nei momenti di bisogno.

Il digiuno è una pratica spirituale diffusa in molte religioni, incluso il cristianesimo. Qui i credenti digiunano in una circostanza specifica, e tale pratica è parte integrante della loro preghiera. Il digiuno può aiutarci a concentrarci sullo scopo della nostra preghiera e a prendere maggiore consapevolezza della nostra dipendenza da Dio.

Sebbene non esistano formule magiche in grado di garantire una risposta alle nostre preghiere, questo versetto ci mostra che *la preghiera e il digiuno* possono essere mezzi efficaci per entrare in relazione con Dio.

_____

Nota: questa è una possibile interpretazione basata sui commentari di teologi rinomati, i quali possono differire tra loro. Se l'interpretazione deriva da altre lingue, il significato potrebbe subire alterazioni durante la traduzione. *Matteo 7:7–8*

> Mosè rimase con il Signore quaranta giorni e quaranta notti senza mangiar pane e senza bere acqua. Il Signore scrisse sulle tavole le parole dell'alleanza, le dieci parole.
> — *Esodo 34:28*

Libro: Antico Testamento / Esodo
Argomenti: digiuno, pane, patto, legge, vicinanza, Parola di Dio

Interpretazione:
Il libro dell'Esodo è uno dei più importanti della Bibbia. Narra la storia della partenza del popolo d'Israele dall'Egitto sotto la guida *di Mosè*. Questo versetto descrive il periodo che Mosè trascorse sul

Monte Sinai con il Signore, per quaranta giorni e quaranta notti. Durante questo lasso di tempo, Mosè digiunò e ricevette da Dio i Dieci Comandamenti, incisi su tavole di pietra.

Perché Mosè digiunò per quaranta giorni?

Il digiuno è una pratica spirituale. Nel contesto biblico, è associato ad atti di sacrificio e devozione verso Dio. Mosè scelse di digiunare per quaranta giorni per dimostrare la propria devozione a Dio; astenendosi dal cibo e dalle bevande, egli ricercava una profonda connessione con il Divino.

Il significato dei Dieci Comandamenti

I Dieci Comandamenti furono consegnati a Mosè da Dio stesso e incisi su tavole di pietra. Essi costituiscono un insieme di principi e valori universali che hanno profondamente influenzato il modo in cui le persone concepiscono e vivono le proprie relazioni con Dio e con il prossimo. I Dieci Comandamenti comprendono precetti quali l'amore per Dio sopra ogni cosa e l'onore verso i genitori, oltre a divieti riguardanti l'omicidio, il furto, la menzogna e l'adulterio.

_____

Nota: questa è una possibile interpretazione basata sui commentari di teologi rinomati, i quali possono differire tra loro. Se l'interpretazione deriva da altre lingue, il significato potrebbe subire alterazioni durante la traduzione. *Matteo 7:7–8*

> Và, raduna tutti i Giudei che si trovano a Susa: digiunate per me, state senza mangiare e senza bere per tre giorni, notte e giorno; anch'io con le ancelle digiunerò nello stesso modo; dopo entrerò dal re, sebbene ciò sia contro la legge e, se dovrò perire, perirò!
> *— Ester 4:16*

Libro: Antico Testamento / Ester
Argomenti: digiuno

Interpretazione:
In questo passo, *Ester* chiede *a Mardocheo* di radunare tutti i Giudei a Susa e di digiunare per lei per tre giorni e tre notti. Il digiuno era una pratica comune nell'antichità, utilizzata per dimostrare devozione e pentimento davanti a Dio, nonché per cercare il Suo aiuto in situazioni difficili o invocare la Sua protezione.

Il digiuno è un'espressione di fede e di fiducia in Dio. Ester era pronta a rischiare la vita per salvare il suo popolo, consapevole che, senza l'aiuto di Dio, l'impresa sarebbe stata impossibile. La fede in Dio

la spinse a prendere questa decisione. Si affidò alle mani del Signore, confidando che Egli avrebbe fatto tutto il necessario per salvare il suo popolo.

_____

Nota: questa è una possibile interpretazione basata sui commentari di teologi rinomati, i quali possono differire tra loro. Se l'interpretazione deriva da altre lingue, il significato potrebbe subire alterazioni durante la traduzione. *Matteo 7:7–8*

> Or dunque - parola del Signore - ritornate a me con tutto il cuore, con digiuni, con pianti e lamenti.
> *— Gioele 2:12*

Libro: Antico Testamento / Gioele
Argomenti: digiuno, conversione, cuore, tristezza

Interpretazione:
In *Gioele 2:12* troviamo l'appello di Dio al Suo popolo affinché si rivolga a Lui con tutto il cuore. Questo versetto ci invita a riflettere sull'importanza del ritorno e del ravvedimento nella nostra vita.

Il termine *"ritornare"* implica un volgersi indietro o un fare ritorno. Sul piano spirituale, questo ritorno indica un cambiamento di atteggiamento e di comportamento: un mutamento che ci separa dal peccato e ci avvicina a Dio. Non si tratta soltanto di un atto di fede, ma di un processo continuo che richiede impegno, sforzo e perseveranza.

Questo ritorno ha inizio con il ravvedimento, ovvero un profondo senso di dolore e tristezza per i nostri peccati. Il ravvedimento ci porta a riconoscere le nostre mancanze e il nostro bisogno del perdono di Dio. Tale dolore e tale pianto sono essenziali affinché possiamo cambiare il nostro modo di vivere ed essere trasformati da Dio.

L'invito è a rivolgerci a Dio con tutto il cuore. Ciò significa che il nostro ritorno deve essere completo e sincero. Non possiamo limitarci a modificare il nostro aspetto esteriore o le nostre azioni; dobbiamo cambiare la nostra mente e il nostro cuore. Un ritorno completo comporta una totale dedizione a Dio e una resa incondizionata.

_____

Nota: questa è una possibile interpretazione basata sui commentari di teologi rinomati, i quali possono differire tra loro. Se l'interpretazione deriva da altre lingue, il significato potrebbe subire alterazioni durante la traduzione. *Matteo 7:7–8*
