

Riposo per l'Anima

Salmo 62

Sermone di Leonardo Bevilacqua, www.AiutoBiblico.org per domenica, 28 giugno 2026

Introduzione

La vita, di ciascuno di noi, è incerta. Noi non sappiamo cosa succederà nel futuro. Non sappiamo cosa succederà oggi pomeriggio, o fra un'ora. E anche quando la vita sembra stabile, sappiamo che tutto può cambiare da un momento all'altro. Non sappiamo cosa succederà nella nostra vita, ma una cosa è certa: ci sono battaglie, ci sono combattimenti, e sono duri.

La vita cristiana è come una guerra. Siamo in guerra contro i nostri nemici spirituali. Ma non siamo da soli a combattere. Dio è con noi.

Oggi vogliamo considerare il Salmo 62, in cui possiamo osservare come Davide sceglieva di combattere le sue battaglie. Davide è un buon esempio per noi. Allora, ascoltiamo attentamente, perché quello che vediamo in questo Salmo è qualcosa che dobbiamo applicare nella vita quotidiana, giorno per giorno.

Una chiara scelta

Davide inizia questo Salmo dichiarando delle verità potenti. Più avanti, nei vv3-4, capiremo in quale situazione si trovava. Davide si trovava in mezzo ad una prova difficile. Ma è notevole che Davide non inizia il salmo parlando dei suoi problemi. Piuttosto, inizia dichiarando verità potenti di chi è Dio. Seguite mentre leggo i vv 1-2.

"1 «Al maestro del coro. Per Jeduthun. Salmo di Davide.» L'anima mia trova riposo in DIO solo; da lui viene la mia salvezza. 2 Lui solo è la mia rocca e la mia salvezza, egli è il mio alto rifugio; io non sarò mai smosso." (Salmo 62:1-2 LND)

Davide si trovava in mezzo a grandi difficoltà. E lui stesso era provato. Ma inizia questo salmo dichiarando, in modo molto forte, delle verità potenti. Davide sceglie di iniziare così. Sceglie di dichiarare prima le verità, e poi parlare dei problemi. Che esempio per noi!

Quello che diciamo con le nostre parole dimostra dove è rivolto il nostro cuore. Il cuore di Davide era rivolto alle verità di Dio, stava guardando a Dio, sceglieva di guardare a Dio e di proclamare le verità.

Allora, consideriamo queste verità che Davide elenca qua.

Riposo per l'anima

Davide inizia con la dichiarazione: "L'anima mia trova riposo in Dio solo". Consideriamo questa verità potente. Ciascuno di noi vuole avere riposo per l'anima. Spesso possiamo avere un'anima turbata, un'anima inquieta, senza vera pace. Come stai quando non hai vera pace nel cuore? Stai malissimo.

Eppure, noi che abbiamo Cristo, possiamo avere riposo per l'anima, possiamo avere pace per l'anima, e un'anima tranquilla. E possiamo avere riposo per l'anima indipendentemente dalle circostanze in cui ci troviamo.

Dove possiamo trovare il vero riposo per la nostra anima? C'è un unico posto in cui possiamo trovarlo, e Davide qua ci dichiara qual è questo posto. Infatti, dichiara: "L'anima mia trova riposo in DIO solo". Davide, nonostante che si trovasse in una situazione molto difficile e pesante, trovava riposo per l'anima, vero riposo, che non dipende dalle circostanze. Davide trovava riposo in Dio. L'unico posto in cui possiamo trovare riposo per l'anima è in Dio solo.

Voglio considerare questa verità un po' più a fondo. Cosa vuol dire trovare riposo per l'anima? Trovare riposo per l'anima è avere vera pace, profonda pace, una pace stabile che non cambia in base a come vanno le circostanze. Quando trovi riposo per l'anima hai profonda pace nel cuore, che non cambia in base a come gli altri ti trattano, in base a quali problemi affronti, in base a come stai fisicamente, e nemmeno in base a come stai spiritualmente. Quando trovi riposo per l'anima hai pace e tranquillità nel cuore, anche se ti trovi in mezzo ad una grande tempesta spirituale. Vuoi questo riposo per la tua anima?

Davide qua dichiara in modo molto netto che l'unico vero riposo per l'anima si trova in Dio solo.

Pensate, il mondo ci offre riposo per l'anima in tanti modi, ma nessuno di questi modi può mai dare veramente riposo. Per esempio, il mondo offre riposo per l'anima con il divertimento, facendo belle esperienze, o con gli hobby, o i viaggi. Il mondo offre riposo all'anima cercando di riempire la vita con cose che danno un temporaneo senso di soddisfazione, o di felicità, o semplicemente, cose che ci distraggono dai problemi della vita. Il mondo offre un finto riposo per l'anima anche attraverso l'alcool, o gli psicofarmaci. Ma non è vero riposo, e svanisce ben presto. Quando

l'effetto svanisce, finisce anche l'illusione. Tutti i mezzi che il mondo ci offre per trovare riposo per l'anima sono tutti mezzi che non possono mai veramente dare riposo all'anima.

L'unico posto in cui possiamo trovare riposo per l'anima è in Dio solo. E nel v2 capiamo perché. Ri-leggo il v2.

"2 Lui solo è la mia rocca e la mia salvezza, egli è il mio alto rifugio; io non sarò mai smosso." (Salmo 62:2 LND)

Per noi che siamo in Cristo, Dio è la nostra rocca e salvezza, e il nostro alto rifugio. La parola "rocca", qua, vuol dire proprio "roccia", come un monte che è un luogo sicuro, un luogo di rifugio. In Dio troviamo rifugio per l'anima, come un pulcino che trova rifugio sotto le ali della sua mamma. Il vero riposo per l'anima viene quando ci rifugiamo in Dio. E quando ci rifugiamo in Dio, non saremo mai smossi. Niente e nessuno può attaccarci e farci del male quando siamo vicini a Dio, quando siamo protetti sotto le sue ali.

Perciò, se tu sei un figlio di Dio, tu puoi avere vero riposo per l'anima, oggi, e in qualunque momento. In Dio, che è la tua rocca e la tua salvezza, puoi trovare rifugio, anche nelle tempeste più grandi della vita, e puoi avere vero riposo per l'anima, una profonda pace e tranquillità nel cuore, che non dipende dalle circostanze. Grazie a Dio!

Nemici intorno a noi

Nei vv 3-4 Davide descrive la situazione in cui si trovava. Qua capiamo che si trovava in grande difficoltà. Aveva uomini malvagi intorno a sé, nemici, che volevano fargli del male. Anche noi abbiamo nemici. I nostri nemici non sono persone fisiche, come per Davide, ma abbiamo nemici spirituali. I nostri nemici più grandi sono il nostro peccato, e i pensieri falsi che ci arrivano. Consideriamo quello che Davide dichiara qua dei suoi, e nostri, nemici. Leggo i vv3-4.

"3 Fino a quando vi scaglierete contro un uomo? Voi sarete tutti quanti uccisi, e sarete come un muro che pende e come uno steccato vacillante. 4 Essi pensano solo a farlo cadere dalla sua altezza; prendono piacere nella menzogna; benedicono con la loro bocca ma nel loro cuore maledicono. (Sela)" (Salmo 62:3-4 LND)

Notiamo il cuore di questi nemici. Notate che si scagliano contro di noi, ci attaccano, con un cuore malvagio. Vogliono farci del male. Nel v4 leggiamo qual è il loro traguardo quando ci attaccano: vogliono farci cadere.

Questi nemici peccano, prendono piacere nella men-

zogna. E hanno un cuore doppio. Benedicono con la loro bocca, ma il loro cuore non è per benedire. Piuttosto, nel loro cuore maledicono. Sono nemici malvagi.

Davide parla dei suoi nemici, ma notate che non parla solo di quanto sono malvagi. Infatti, nel v3 ricorda anche quale sarà la loro fine. E dichiara che saranno tutti uccisi, tutti abbattuti, distrutti.

Quanto è importante che teniamo in mente e dichiariamo TUTTA la verità. Siamo molto bravi a vedere e dichiarare alcune parti della verità, soprattutto diciamo la grandezza e potenza dei nostri nemici o problemi, e diciamo la nostra debolezza, ma spesso non diciamo le verità di quale sarà la fine dei nostri nemici, e le verità della potenza di Dio, che è con noi.

Che differenza quando facciamo come Davide, e non diciamo solo che i nostri nemici sono potenti e malvagi, ma diciamo anche, insieme, il fatto che saranno tutti distrutti.

I nostri nemici

Davide aveva nemici umani, aveva persone che lo odiavano e volevano ucciderlo. Noi non abbiamo nemici umani al momento, ma abbiamo nemici spirituali, che sono molto potenti.

Il nostro peccato

Il nostro nemico più grande, lo sappiamo, è il nostro peccato. Il nostro peccato ci danneggia più di qualunque altra cosa, perché ci separa da Dio. Il nostro peccato ci fa tanto male. Un nemico fisico può farci del male fisico, che certamente non è bello, ma il male che ci fa il nostro peccato è di gran lunga superiore, perché ci danneggia spiritualmente. Quello è grave! Il nostro peccato si scaglia contro di noi per farci cadere. E quando pecciamo, cadiamo e ci allontaniamo da Dio.

Pensieri falsi

Ma abbiamo anche un altro nemico, che sono i pensieri falsi che ci arrivano. I pensieri falsi prendono piacere nella menzogna, come leggiamo nel v4. Cosa sono i pensieri falsi? Sono menzogne ricoperte di verità. I pensieri falsi benedicono con la loro bocca, cioè sembrano veri, sembra che vogliano benedirci, sembra che vogliano farci del bene, ma in realtà maledicono. I pensieri falsi, quando li crediamo, ci portano solo tanto male.

In Efesini 6:11-12 leggiamo:

"11 Rivestitevi dell'intera armatura di Dio per poter rimanere ritte e saldi contro le insidie del diavolo, 12 poiché il nostro combattimento non è contro san-

gue e carne, ma contro i principati, contro le potestà, contro i dominatori del mondo di tenebre di questa età, contro gli spiriti malvagi nei luoghi celesti.” (Efesini 6:11-12 LND)

In questo brano è molto chiaro che il nostro combattimento non è contro nemici fisici, ma spirituali. L’arma più comune che Satana usa per cercare di farci cadere sono i pensieri falsi. Ci arrivano pensieri falsi, ogni giorno. Satana ha il potere di mandarci pensieri falsi. E se li accogliamo senza discernere se sono veri o meno, è come aprire la porta e lasciare entrare in casa chiunque arrivi. Ci danneggia terribilmente.

Satana ci manda pensieri falsi, che sono menzogne, ma sono ricoperti di verità, come un’esca velenosa che viene ricoperta di qualcosa di buono. Così, se non esaminiamo i pensieri che ci arrivano, e non li valutiamo alla luce delle verità di Dio, per vedere se sono veri o falsi, ingoiamo queste esche velenose che ci danneggiano moltissimo.

I nostri nemici, il nostro peccato e i pensieri falsi, sono potenti, e possono farci tanto male. Vogliono farci cadere terribilmente e allontanarci da Dio. Quindi, ci troviamo in mezzo ad una dura guerra. Ma, grazie a Dio, non siamo soli in questa guerra. In questo Salmo Davide è un esempio per noi, e ci insegna come combattere in questa guerra. Allora, consideriamo come combatteva Lui con le armi spirituali delle verità di Dio.

Da dove viene la pace

Davide si trovava in queste circostanze. NOI ci troviamo in queste circostanze, ogni giorno. Come possiamo avere pace in mezzo ad una guerra spirituale? Notiamo dove trovava pace Davide. Seguite mentre leggo i vv5-8.

“5 Anima mia, riposati in DIO solo, perché la mia speranza viene da lui. 6 Lui solo è la mia rocca e la mia salvezza; egli è il mio alto rifugio; io non sarò mai smosso. 7 In DIO è la mia salvezza e la mia gloria; la mia forte rocca e il mio rifugio sono in DIO. 8 Confida in lui continuamente, o popolo, effondi il tuo cuore davanti a lui; DIO è il nostro rifugio. (Sela)” (Salmo 62:5-8 LND)

Davide predica alla sua anima

Notate una cosa importantissima qua: Davide PRE-DICA alla sua anima. Predica alla sua anima di riposarsi in Dio solo. Predica alla sua anima che la sua unica speranza è in Dio. Si capisce che il suo cuore

non era lì. Aveva bisogno di predicarsi queste verità, doveva spronare la sua anima. Doveva spingersi, perché non era automatico per lui.

Fratelli, quanto abbiamo bisogno anche noi di predicare alla nostra anima, con forza, come faceva Davide!

E cosa predicava alla sua anima? Nei vv6-7 Davide dichiara le stesse cose dei vv1-2. Dichiara ancora le stesse cose.

Pensiamo a queste verità che Davide dichiara qua. Si trovava attaccato da nemici che volevano fargli del male. Cosa predicava Davide alla sua anima?

Notiamo il v6, quando dichiara che solo Dio è la sua rocca e la sua salvezza. In altre parole: solo in Dio posso trovare rifugio. Davide si predicava la verità che il vero rifugio non sta nel fatto che gli altri ci apprezzino e ci amino. Non sta in qualche soluzione terrena. Non sta nel vincere sui miei nemici. Solo Dio è il mio alto rifugio, dove trovo protezione e dove gli attacchi del nemico non possono raggiungermi per farmi del male. Dio stesso è la mia difesa, e perciò non sarò smosso.

Notate nel v7, quando dichiara: “In DIO è la mia salvezza”. La mia salvezza non viene da me, non viene dalle mie capacità di combattere e difendermi. E la mia gloria è solo in Dio, non nel vincere le mie battaglie con le mie forze.

Davide SCEGLIEVA

Qua vediamo Davide che dichiara e ripete le stesse verità, predica alla propria anima, con forza, ripetendo le stesse cose, finché quelle verità non fossero entrate.

Fratelli, se Davide avesse voluto concentrarsi sui suoi problemi, sulla malvagità dei suoi nemici, o su quanto fosse una situazione difficile, avrebbe avuto abbondanza di motivi per farlo. Avrebbe potuto riempire i suoi pensieri di queste cose. Ma cosa stiamo vedendo qua? Come ha reagito a questa prova? Davide è un forte esempio per noi, perché vediamo che SCEGLIE di pensare a Dio, SCEGLIE di ricordare le verità.

Fratelli e sorelle, fermiamoci a pensare a questo. Ogni volta che ti trovi a combattere un tuo peccato, o ad affrontare pensieri falsi. Ogni volta che Dio ti dà una prova, o una situazione difficile, o pesante, tu hai una scelta davanti a te. Tu puoi scegliere con cosa riempire i tuoi pensieri. Puoi scegliere di pensare alle difficoltà, ai problemi, a quanto è difficile quella situazione, a quanto sei debole, o alle ingiustizie che subisci. E così starai male, sarai abbattuto, scoraggiato, arrabbiato, deluso.

Oppure, puoi scegliere di seguire l’esempio di Davi-

de. Tu PUOI scegliere di pensare a Dio, PUOI scegliere di ricordare e dichiarare chi è Dio, qual è il suo cuore, le sue promesse e le sue opere. PUOI scegliere. Puoi scegliere di ringraziare Dio per chi è e per quello che fa, e per le sue benedizioni che non finiscono. Puoi scegliere di ricordare la cura di Dio nel passato, nella tua vita e nella vita di altri intorno a te. PUOI scegliere. Fratelli, è una scelta, ogni volta.

Quando stai male, perché non tieni Dio al centro dei tuoi pensieri, perché lo escludi dai tuoi pensieri, in realtà, è una scelta. Stai scegliendo di stare male. Non auto-commiserarti. Non fare la vittima. Piuttosto, ravvediti, e comincia a dichiarare le verità e ad avere Dio al centro dei tuoi pensieri.

Nel v8 Davide dichiara: “confida in lui continuamente o popolo”. Avere fede è la base per avere vittoria nelle battaglie contro gli attacchi dei nostri nemici. Ma avere fede è una scelta. Dobbiamo scegliere di confidare in Dio continuamente. Non succede per caso.

Se tu stai spesso male. Se sei spesso abbattuto, se stai male, se i tuoi pensieri sono neri, fermati a valutare il tuo cammino. A cosa stai scegliendo di pensare?

Effondi il tuo cuore

E poi Davide aggiunge: “effondi il tuo cuore davanti a Lui. DIO è il nostro rifugio”. “Effondere” vuol dire “spargere”. Abbiamo bisogno, e abbiamo il privilegio, di poter spandere il nostro cuore davanti a Dio. Cioè, in altre parole, possiamo andare a Dio portando il nostro cuore, i nostri pensieri, i nostri dubbi, le nostre paure, perché Lui è il nostro rifugio. Dio ci comprende. Questo è il cuore di Dio per noi, in Cristo! Per mezzo di Cristo abbiamo libero accesso a Dio. Allora, usiamo questo libero accesso!

Gli uomini sono nulla

Poi, Davide riguarda alla sua situazione, ai nemici che lo circondavano e vede il tutto con la prospettiva giusta. Quanto sono grandi e potenti gli uomini in confronto alla grandezza e alla potenza di Dio? Cosa possono fare gli uomini? Leggo il v9.

“9 Certo, gli uomini di basso rango non sono che vapore, e gli uomini di alto rango non sono che menzogna, messi sulla bilancia tutti insieme sono più leggeri del vapore stesso.” (Salmo 62:9 LND)

Tutti gli uomini sono niente davanti a Dio. Gli uomini di basso rango, gli uomini che non sono importanti, sono come vapore davanti a Dio. Svaniscono nell'aria. Ma anche gli uomini di alto rango, che sono grandi, importanti e potenti su questa terra, non sono che menzogna. Tutti messi insieme sulla bilancia so-

no più leggeri del vapore stesso. Davanti a Dio, tutti gli uomini, grandi e piccoli, i potenti e quelli che non hanno alcuna importanza, tutti non hanno alcun peso. Sono nulla davanti a Dio.

Cosa sta facendo Davide qua? Sta mettendo tutto in prospettiva. Quando guardi solo alle difficoltà, ai problemi, alle prove, agli attacchi dei nemici spirituali, sembra tutto troppo grande e impossibile da combattere. Ma quando cambi prospettiva, e accludi Dio ai tuoi pensieri, allora le cose cambiano.

Non è che noi tutti conosciamo cosa vuol dire avere timore di problemi che sono più grandi di noi, avere timore di persone, avere timore di malattie, avere timore della morte? Non è che tutti noi conosciamo cosa vuol dire avere timore di qualcosa?

Ma dobbiamo avere timore? Questo è il punto di Davide, ed è importantissimo per noi.

Tutti i nostri nemici, tutti i nostri peccati e pensieri falsi, tutti i nostri problemi, tutto messo insieme non ha alcun peso se lo mettiamo in confronto con la grandezza di Dio, con la sua potenza, e con chi è per noi. Quando predichiamo alla nostra anima le verità che Davide predicava alla sua anima, allora cambia tutto. Quale prospettiva hai, oggi, nei tuoi pensieri? Cos'è più grande nei tuoi pensieri: Dio o i tuoi peccati? Dio o i tuoi pensieri falsi? Dio o i tuoi problemi?

Se ti rendi conto che stai avendo la prospettiva sbagliata, che esclude Dio vedendo le difficoltà più grandi di Dio, grazie a Dio, puoi cambiare oggi. Accludiamo Dio nei nostri pensieri. E guardiamo le circostanze sulla base di chi è il nostro Dio, che è CON noi.

Non confidate nel denaro

Ciascuno di noi ha bisogno di un posto di rifugio nelle tempeste della vita. Possiamo cercare rifugio in tante cose, ma che in realtà non sono un rifugio sicuro. Adesso Davide parla di qualcosa in cui possiamo cercare un falso rifugio, ma questo, simbolicamente, rappresenta tanti altri campi. Leggo il v10.

“10 Non confidate nell'estorsione e non ponete vane speranze nella rapina, se le ricchezze abbondano, non vi attaccate il cuore.” (Salmo 62:10 LND)

Tante persone cercano rifugio nel denaro. Attaccano il cuore alle ricchezze, come se le ricchezze dessero sicurezza alla vita e soddisfazione al cuore. In realtà non danno né sicurezza, né un cuore soddisfatto. È un inganno confidare nelle ricchezze. È un inganno cercare di auto-benedirsi cercando di ottenere più soldi o ricchezze ingiustamente, peccando.

Ma questo è solo uno di tanti esempi di cose in cui possiamo cercare rifugio per l'anima, all'infuori di

Dio.

Per esempio, possiamo cercare rifugio nella carriera, nello sport, in un hobby, o semplicemente desiderando di avere una vita tranquilla, con pochi problemi. Possiamo cercare rifugio nel fatto che certi rapporti vadano bene. Ma l'unico vero rifugio è in Dio solo. E ogni volta che cerchiamo rifugio in queste altre cose, restiamo delusi.

Quanto è facile criticare gli altri, che hanno questo peccato in modo molto evidente. Ma noi? Anche se a volte è in modo più subdolo, ci sono le volte che anche tu cerchi rifugio e sicurezza nel denaro, o qualche altro falso rifugio del mondo?

La soluzione per tutte queste paure, e per il cercare rifugio nei falsi tesori, è semplice, ed è di pensare di più a Dio. Tutto questo Salmo è scritto per aiutarci a pensare di più a Dio.

Dio, potente e benigno

Davide chiude il Salmo parlando ancora di chi è Dio. Leggo i vv11-12.

“11 DIO ha parlato una volta; due volte ho udito questo: che la potenza appartiene a DIO; 12 a te pure, o Signore, appartiene la benignità, perché ripagherai ognuno secondo le sue opere.” (Salmo 62:11-12 LND)

Dio è l'unico potente. La potenza appartiene a Lui. Se la potenza, tutta la potenza, appartiene a Dio, c'è qualcosa che è più potente di Lui? C'è qualcuno, o qualcosa, che può andare contro Dio e il suo piano? Grazie a Dio, no!

Ma non solo a Dio appartiene la potenza. A Dio appartiene anche la benignità. Dio ha un cuore benigno, cioè un cuore che vuole fare del bene. E Dio, sulla base del suo cuore benigno, ripagherà ciascuno secondo le sue opere. Fratelli e sorelle, Dio non caccia via nessuno che, con un cuore umile, si rifugia in Lui.

Allora, andiamo a Dio, nelle tempeste più grandi della vita, e nella vita quotidiana, andiamo a Dio con un cuore umile, cerchiamo in Lui il rifugio e il riposo per l'anima, e lo troveremo. Ecco come possiamo avere pace e un cuore tranquillo anche in mezzo alle prove più grandi di noi.

Conclusione

Fratelli, voglio notare una cosa qua. C'è qualcosa che manca in questo salmo. Cosa manca in questo Salmo? Di cosa NON leggiamo?

In questo Salmo non vediamo una risposta di Dio alla situazione di Davide. Non vediamo che Dio abbia risolto i suoi problemi, o tolto i suoi nemici. Ma, sicu-

ramente, il cuore di Davide era incoraggiato dopo aver predicato alla propria anima queste verità potenti. Che lezione potente per noi!

Stare veramente bene, avere pace nelle battaglie e nelle prove della vita, non dipende da se Dio ti toglie quella battaglia o prova. La vera pace viene quando ci rifugiamo in Dio, fidandoci di Lui, e lasciando che sia Lui a gestire ogni cosa.

Cosa predichi alla tua anima quando ti trovi in mezzo ad una battaglia con il tuo peccato? O con i pensieri falsi? O con problemi vari? Ti predichi tutti i dettagli dei tuoi problemi, o di quanto è difficile combattere, e che tu non ce la fai?

Oppure predichi alla tua anima le verità di chi è Dio, e qual è il suo cuore per te? Scegli di pensare alle verità di Dio, scegli di ringraziare e lodare Dio per le sue verità, per le sue promesse, per il suo cuore per te e per le sue opere nel passato? Scegli attivamente di pensare a queste cose e di ringraziare Dio per queste cose?

Quando viviamo nel primo modo, guardando solo a noi stessi, ai nostri problemi, alle nostre cadute, saremo scoraggiati. Se, invece, seguiamo l'esempio di Davide, e scegliamo di predicare alla nostra anima e di dichiarare con forza le verità, soprattutto di chi è Dio e del suo cuore per noi, anche se non ce la sentiamo, allora troveremo vera pace, allora troveremo riposo per l'anima, allora avremo un cuore incoraggiato e pieno di speranza. Cosa vuoi tu? Quale strada vuoi seguire?

Seguiamo l'esempio di Davide, mettiamo Dio al centro dei nostri pensieri, e staremo veramente bene, indipendentemente dalle circostanze in cui ci troviamo. Pensiamo a Dio, riempiamoci con le Sue verità, diventiamo predicatori di verità alla nostra anima, e troveremo riposo per l'anima.