



le nostre grandi parole

60. **Digiuno**

“Digiuno” non è un concetto “teologico”, ma piuttosto una “pratica” che, tra le altre possibilità, può assumere anche significati relativi alla vita dello “spirito”. In effetti, tale pratica (soprattutto intesa in relazione al cibo) si trova in diverse tradizioni religiose, ma ha larga diffusione anche nella cultura contemporanea del mondo occidentale come tecnica di controllo corporeo, specialmente nel contesto di “diete” e pratiche di dimagrimento.

Il dossier intende mettere a fuoco il suo significato “spirituale” nella tradizione cristiana e interrogarsi su come tale pratica possa essere oggi “riscoperta” come via per una seria e responsabile “esperienza” di Dio nella vita quotidiana. E tale riscoperta viene proposta, non a caso, proprio all’inizio del periodo quaresimale, quale atteggiamento utile a sintonizzarsi con il cammino che porta, nella chiesa, a rivivere liturgicamente ed esistenzialmente la “passione, morte e risurrezione” di Gesù, il Cristo.

E allora diventa naturale interrogarsi, rispetto all’esperienza del digiuno, se si tratti solamente di un provvisorio e sporadico astenersi dal cibo, come da tradizione, o se questo possa ancor più diventare “segno” di atteggiamenti positivi e permanenti, quali la disponibilità al dono di sé, all’accoglienza e all’impegno per altri, all’apertura della propria vita all’Altro che ci trascende.

Un antico saggio ha riassunto il significato “spirituale” del digiunare in questi termini: «*La fame è il cibo di Dio, con il quale egli vivifica il corpo dei giusti*» (Rumi). Questa affermazione può trasformarsi subito in domanda: che rapporto esiste tra rinuncia a qualcosa (anche il soffrire la fame!) e ricerca di Dio? E la domanda rimanda, altrettanto subito, anche all’esperienza che nei salmi si fa preghiera: «*Di te ha sete/fame l’anima mia...*». Vale a dire: il digiuno ci pone subito all’interno di una dialettica “spirituale” tra bisogno/mancanza e desiderio. Può il digiuno essere compreso e vissuto anche oggi come un utile “mezzo” per avvicinarsi a Dio, sperimentando il proprio limite corporeo nella privazione e nel bisogno di cibo?

La riflessione può poi concentrarsi sul rapporto tra un “digiuno esteriore” e il “digiuno interiore”: quale libertà può dare allo spirito la “disciplina” del proprio corpo? I padri del deserto, ad esempio, non mancano di insistere sul digiuno nei confronti delle “passioni” terrene: digiuno dal mentire, dall’uccidere (in tutte le sue forme), dal calunniare, dalla gelosia, dall’invidia, dall’orgoglio... Per questa strada, allora, il digiuno, secondo lo spirito evangelico di Gesù, ci porta al percorso dalla ingiustizia alla misericordia, una via che ci apre agli altri e, in definitiva, all’Altro.

Dunque, il distacco dalle “cose” può condurre alla rinuncia alla idolatria delle cose e, in positivo, a “vedere Dio in tutte le cose”, che è la forma della fede, dell’abbandonarsi nelle mani di Dio-Padre. La tradizione mistica parla a tal proposito del digiuno come cammino che porta alla «nascita di Dio nell’anima»: possiamo tradurre, ad una nuova consapevolezza di noi stessi e della nostra relazione “religiosa”, ad una presa di coscienza della nostra vera “maturità” nella relazione con Dio.

Di questo hanno bisogno anche i cristiani d’oggi. E tale è lo scopo del presente *dossier*:

1. Digiuno: il significato delle pratiche diffuse a fronte di quello spirituale, di VALERIA BOLDINI. Il contributo compie un’analisi delle diverse forme di comprensione del “digiuno” oggi, proprio a partire dalla sua prevalente pre-comprensione dovuta alla messa in relazione con le pratiche di *fitness*. In questo modo, però, aiuta anche a chiedersi che cosa intendono sotto questa parola i normali frequentatori delle assemblee liturgiche.

2. Significato e pratica del digiuno nelle Scritture, di PATRIZIO ROTA SCALABRINI. Le testimonianze bibliche sono fondamentali per una cor-

retta comprensione di questa esperienza nella vita cristiana. L'autore, perciò, con la sua analisi biblica permette una presa di coscienza del valore che tale pratica può avere anche oggi.

3. **Condizione per digiunare: sapere di che si tratta**, di GIANCARLO BRUNI. Continua qui ad essere sviluppato il discorso del contributo che precede, più sul piano di riflessione teologica e di prassi concreta. Si collegano così meglio i significati che emergono dal cuore del vangelo di Gesù, perciò sempre di attualità per un'autentica esperienza cristiana.

4. **Digiuno: indicazioni per la predicazione**, di CHINO BISCONTIN. Le indicazioni suggerite aiutano ad una corretta comunicazione in ambito pastorale, nella predicazione e nella catechesi, e anche a trovare serie motivazioni per non trasformare il digiuno richiesto in una formalità esteriore del tutto insignificante.

5. **Digiuno: breve antologia d testi**, a cura delle BENEDETTINE DEL MONASTERO «MATER ECCLESIAE» di Isola San Giulio (NO). Una serie di testi dalla tradizione teologica e spirituale cristiana: forniscono contenuti essenziali per cogliere i significati e anche i riferimenti spirituali attraverso i quali tale esperienza è stata vissuta nella tradizione.