



*Mons. Salvatore Giovanni Rinaldi*  
*Vescovo di Acerra*

Prot. 24/09/V

## QUARESIMA 2009

### Il digiuno per unirsi a Cristo e per aiutare gli altri nel bisogno

#### 1. Dal digiuno fiorisce la preghiera e l'unione con Cristo

La Quaresima inizia il 25 di questo mese di febbraio. Nel messaggio per la quaresima, presentato il 3 febbraio a Roma, il Santo Padre, invita tutti i cristiani a riscoprire la pratica penitenziale del digiuno.

Il digiuno del cristiano è il segno dell'attesa dello Sposo che non è qui, ma che ritorna: *«quando lo Sposo sarà loro tolto, allora digiuneranno»* (Mt 9,15). La quaresima richiama alla mente i quaranta giorni di digiuno vissuti dal Signore Gesù nella solitudine del deserto, alla soglia della vita pubblica, nella grande prova della tentazione: un vero corpo a corpo con il diavolo, di cui Egli uscì vittorioso. Gesù ha combattuto questo combattimento armato soltanto delle Parole della Sacra Scrittura, che Egli maneggiava come frecce contro le suggestioni del tentatore, vegliando e digiunando. La solitudine, il digiuno, la veglia sulla Parola furono per lui, uomo di questo mondo, la scuola dove apprese a pregare. Possiamo domandarci quale valore e quale senso abbia per noi cristiani il privarci di un qualcosa che sarebbe in se stesso buono e utile per il nostro sostentamento.

La tecnica del digiuno deve essere inserita in una dinamica spirituale per portare, con l'aiuto dello Spirito, *il frutto della preghiera*. Il digiuno cristiano non è in primo luogo una specie di regime dietetico a profitto dell'equilibrio fisico o psicologico. Sarebbe insufficiente. Infatti il digiuno, ai nostri giorni pare aver perso un po' della sua valenza spirituale e aver acquistato piuttosto, in una cultura segnata dalla ricerca del benessere materiale, il valore di una misura terapeutica per la cura del proprio corpo. Il messaggio del Papa è, in qualche modo contraddittorio, con la tendenza moderna di una cura del corpo incline a diventare "idolatria".

*«Trattare bene il proprio corpo, curarlo con sollecitudine, ha spiegato il Card. Cordes, alla presentazione del messaggio papale per la quaresima, è una cosa sensata, anzi lodevole. Ma ai nostri giorni questo desiderio umano ha raggiunto dimensioni gigantesche. Nel 2006, circa otto milioni di italiani hanno fatto uso di questi centri di cura. Col suo insistere sempre di più, coi suoi diritti il corpo diventa un tiranno».*

Ma anche ai tempi di Gesù, Egli ha stigmatizzato l'atteggiamento dei farisei i quali osservavano con scrupolo le prescrizioni imposte dalla legge, ma il loro cuore era lontano da Dio.

*«Il vero digiuno, aggiunge il Papa, è compiere la volontà del Padre celeste, è finalizzato a mangiare il "vero cibo" per fare la volontà del Padre. La fame corporale deve immediatamente orientare verso un'altra fame, quella di Dio. Fame corporale e fame spirituale si alleano armoniosamente nel digiuno che è vissuto nello Spirito. Colui che digiuna deve sperimentare nel suo corpo come l'uomo non viva solamente di pane, ma di ogni Parola che esce dalla bocca di Dio».*

Il digiuno cristiano è diverso dal digiuno come "lotta contro il potere della materia sull'uomo" caratteristica del buddismo e dell'islamismo; esso comporta una "discesa nelle profondità della fede dove incontra Dio. Digiunare giova certamente al benessere fisico, ma per i credenti è in primo luogo una "terapia" per curare tutto ciò che impedisce loro di conformare se stessi alla volontà di Dio.

Il digiuno sfocia normalmente nella preghiera e pregare conduce inevitabilmente ad una astinenza dal bere e dal mangiare. **Come è possibile?**

Prima che il digiuno ritrasformi in preghiera dovrà scavare una nuova dimensione nel cuore dell'uomo. Infatti il digiuno tocca l'uomo in uno dei suoi ritmi più vitali: il ritmo della nutrizione, che si presenta come **Bisogno** e come **Soddisfazione**. Bisogno e soddisfazione, fame e sazietà con la loro caratteristica di sofferenza e di godimento si alternano continuamente. Più l'adulto si sviluppa verso la maturità del suo essere, più profondo diventa anche il bisogno, che non si contenta più della nutrizione materiale. Viene un giorno in cui la fame e la sete del Dio Vivente nascono in lui e sopravanzano la nutrizione materiale facendo proprio la preghiera: *«Come un cerva anela alle fonti, così l'anima mia anela a te, o Dio. La mia anima ha sete di Dio»* (Sal 42, 2; 62,2).

A partire da questo momento solo Gesù può saziare la sua sete: *«Chi ha sete venga a me e beva... diceva questo dello Spirito Santo che dovevano ricevere»* (Gv 7,37-39).

Rifiutare il cibo materiale significa che vogliamo esprimere anche col corpo la nostra fame di Gesù, Pane disceso a noi dal cielo.

Di passaggio notiamo che il digiuno eucaristico prende il suo significato da questo processo. La tensione scavata dal digiuno è tolta dalla comunione sacramentale con Gesù e dalla preghiera.

Il bisogno di nutrimento corporale non può essere sublimato, sul piano spirituale con il solo digiuno: esige di più del digiuno. Esige di trasformare ogni bisogno in un desiderio paziente e rispettoso dell'Altro. Esiste, infatti, anche una golosità spirituale simile a quella materiale. Il nostro bisogno di Dio vorrebbe incatenare Dio ai nostri capricci al nostro io; invece attraverso il digiuno e la preghiera esso si trasforma in un'apertura umile e fiduciosa in Dio. Non possiamo mettere le mani su Dio.

Il digiuno e la preghiera operano il passaggio dal BISOGNO al DESIDERIO, all'abbandono incondizionato a Dio. A questo punto Dio ci corrisponderà con tutta la misericordia e i doni suoi gratuiti. Il digiuno diviene la sorgente di una gioia indicibile, la gioia di chi mangia unicamente dalla mano di Dio. Il digiuno ci fa discendere in profondità fino agli strati incoscienti del nostro essere, là dove con la forza dello spirito possiamo affrontare tutti i bisogni e tutte le passioni.

## 2. Dal digiuno sboccia la misericordia

Alla presentazione del messaggio papale ha partecipato anche Josette Sheeran, direttore esecutivo del programma alimentare mondiale delle Nazioni Unite, che nel suo intervento ha affermato che *«il miracolo di un mondo senza fame è un obiettivo raggiungibile»*.

Il digiuno richiama in tutta la sua drammaticità il flagello della fame nel mondo. Quella parte di mondo, che non ha trovato ancora la via dello sviluppo, dall'Africa all'America Latina e alle tante "sacche" di crescente povertà e disoccupazione annidate anche nel nostro Paese.

Il tempo quaresimale vedrà, tra l'altro, un significativo viaggio del Papa in Africa dal 17 al 23 marzo. Scrive il papa: *«scegliendo di privarci di qualcosa per aiutare gli altri mostriamo concretamente che il prossimo in difficoltà non ci è estraneo»*. Perciò, continua il Papa *«incoraggio le parrocchie ed ogni altra comunità ad intensificare in quaresima la pratica del digiuno personale e comunitario, coltivando altresì l'ascolto della Parola di Dio, la preghiera e l'elemosina»*.

Questo è stato, sin dall'inizio, lo stile delle comunità cristiane nelle quali venivano fatte speciali "collette" ed i fedeli erano invitati a dare ai poveri quanto, grazie al digiuno, era stato messo da parte. Scriveva S. Pietro Crisologo: *«Il digiuno è l'anima della preghiera e la misericordia è la vita del digiuno, perciò chi prega digiuni. Chi digiuna abbia misericordia. Chi nel domandare desidera di essere esaudito, esaudisca chi gli rivolge la domanda. Chi vuole tenere aperto verso di sé il cuore di Dio non chiuda il suo a chi lo supplica»*.

### Chi ci rivolge la domanda in questa quaresima?

La Congregazione per le Chiese Orientali ha pressantemente invitato la nostra comunità diocesana, come tutte le altre, a "sostenere la sensibilità a favore dei fratelli cristiani di Terra Santa, i quali insieme agli abitanti di vaste regioni del Medio Oriente, aspirano da lungo tempo alla pace e alla tranquillità ancora tanto minacciate". E poi aggiunge: "la ferita aperta dalla violenza delle guerre acuisce il problema dell'emigrazione dei cristiani dalla Terra Santa, che inesorabilmente priva la minoranza cristiana della migliori risorse per il futuro. La terra che fu culla del cristianesimo rischia di rimanere senza cristiani".

Il Papa nell'udienza generale di mercoledì 1 ottobre 2008 ha espresso la sua premurosa attenzione alle comunità di Terra Santa invitando i cristiani a dividerla con queste parole: *«Tanto grande è il valore che Paolo attribuisce a questo gesto di condivisione che raramente egli la chiama semplicemente "colletta": per lui essa è piuttosto "servizio", "benedizione", "amore", "grazia", anzi "liturgia"» (2 Cor 9)*.

Sorprende quest'ultimo termine che conferisce alla raccolta in denaro un valore anche culturale.

Per opportune informazioni unisco alla presente un documento curato dalla Custodia di Terra Santa e una nota della Congregazione per le Chiese Orientali, che attestano le opere realizzate grazie alla colletta dell'anno 2008.

Al fine di realizzare anche quest'anno questa colletta prescivo che in ogni parrocchia della diocesi, anche nelle comunità dei religiosi, nella domenica quinta di quaresima (29 marzo) si svolga una raccolta di amore per i cristiani di Terra Santa. La raccolta sarà consegnata in curia, con puntualità, presso l'ufficio del Vicario Generale.

Augurando a ciascuno di voi una fervorosa quaresima vi saluto e vi raccomando al Signore.

✠ Mons. Giovanni Rinaldi  
Vescovo

+ Mons. Giovanni Rinaldi