

DIGIUNO

Se volessimo riassumere e formulare in un'unica espressione l'insegnamento e l'attività di Gesù potremmo dire che **l'amore che non si lascia condizionare dalle risposte dell'altro è l'unica maniera che ha l'uomo per sprigionare tutte le proprie potenzialità e capacità.** Quando questo processo diviene nell'uomo continuo e progressivo lo conduce a una pienezza di se stesso che coincide con la pienezza divina. L'uomo **diventa** allora figlio di Dio perché gli assomiglia nella pratica di un amore che continua ad essere fedele all'altro (Gv 1,12; Lc 6,35). Fedeltà che non solo non si arresta di fronte al peccato ma che **proprio per questo** continua a dimostrare la qualità del suo amore (Os 2), in sintonia all'amore di Cristo che **"mentre eravamo ancora nel peccato è morto per noi"** (Rom 5,8).

Opposto alla figura di Gesù il vangelo presenta l'uomo che non volendo a raggiungere la sua pienezza umana mediante la pratica di un amore fedele, tenta di farlo mediante la **pratica religiosa*** elevata da mezzo a fine e che diventa un alibi, un surrogato ed un ostacolo alla sua pienezza divino/umana.

* Con **Religione** intendiamo quell'insieme di atteggiamenti, desideri, aspirazioni dell'uomo rivolti verso la divinità per ottenerne la benevolenza.

Gesù non si stanca di mettere in guardia da atteggiamenti "religiosi" (Mt 23). Questi danno all'uomo l'illusione di aver già raggiunto la sua pienezza ma ne paralizzano di fatto il processo creativo.

Al contrario dei maestri spirituali della sua epoca, Gesù lascia piena libertà ai suoi nella vita spirituale. Mai impone ai suoi delle preghiere o dei comportamenti particolari che distinguano il gruppo. Il "distintivo" della comunità di Gesù non consisterà né in abiti né in oggetti particolari da indossare e né da proibizioni o regole igienico-alimentari.

L'unico distintivo dal quale si riconosce che un individuo appartiene al gruppo di Gesù è un amore che assomigli sempre più a quello di Dio: **"Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli, se avrete amore gli uni per gli altri"** (Gv 13,35). Gesù ponendo - come unico distintivo della sua comunità - la pratica visibile di questo amore, **esclude** ogni altro criterio. L'identità della sua comunità non verterà in osservanze, leggi o culti.

Ciò che **distingue** è in realtà quel che **avvicina** agli altri. Infatti mentre ogni distintivo (sia esso abito, segno di riconoscimento, culto, ecc.) "distingue" cioè separa, l'amore, che è un linguaggio universale, unisce.

E' esemplare in questo senso la descrizione dei cristiani fatta da un anonimo autore nella seconda metà del II sec.:

"I cristiani non si distinguono dagli altri uomini né per territorio, né per lingua, né per costumi. Non abitano città proprie, né usano un gergo particolare, né conducono uno speciale genere di vita... Pur vivendo in città greche o barbare - come a ciascuno è toccato - e uniformandosi alle abitudini del luogo nel vestito, nel vitto e in tutto il resto, danno l'esempio di una vita sociale mirabile..."
Discorso a Diogneto, 5.

Quindi - fatto salvo l'impegno d'amare - il credente può comportarsi in piena libertà (Gal 5,13) usando a sua discrezione quegli strumenti

che crede necessari alla sua crescita nell'amore, tenendo però ben presente che quando questi non vengano intesi come tali, cioè mezzi per conseguire l'unico scopo che è quello di un amore sempre più gratuito e generoso agli altri, ma come fine a se stessi, ostacolano il progetto di Dio sull'uomo, impedendo a questi di raggiungere la sua pienezza.

A questo proposito può essere forse interessante notare come nel NT tutto quel vocabolario sul quale prospera il "religioso" non vi è traccia!

Non si parla di "**virtù**" (gr. aretè) (solo in Fil 4,8, dove non viene riferita ai cristiani, ma ai pagani. Cf. 1 Pt 1,3);

- "**sacro**" (gr. hieros);

- "**sacrificio**" (gr. thysia) Mt 9,13; 12,7; Mc 12,33; Lc 2,24; 13,1: sempre riferito ad ebrei.

- "**culto**" (gr. latreia) (solo Gv 16,2 in senso negativo);

- "**venerazione**" (gr. thrêskeia)

- "**devozione/pietà**" (gr. eusebeia)

- "**pio**" (gr. eusebio) At 10,2.7: per i pagani (Cornelio ed il soldato).

- "**obbedienza**" (gr. upakouô) (nei vangeli 5 volte ma mai riferita alle persone: sempre ad elementi nocivi e contrari all'uomo: vento e mare (Mt 8,27; Mc 4,41; Lc 8,25), spiriti immondi (Mc 1,27), o cose: gelso (Lc 17,6).

C'è un aspetto della religiosità che ultimamente sta avendo un notevole revival: il **digiuno** e che desideriamo confrontare con i dati del NT.

E' bene chiarire subito che qui non trattiamo:

- del digiuno volontario di chi si priva di qualcosa per poi devolverlo a chi ne necessita;

-del digiuno che metà dell'umanità è costretto a fare per ragioni economiche... (digiuno che oltre a non essere chic non sembra avere potere di commuovere molto il padreterno...)

- del digiuno per motivi igienico-dietetici.

- del digiuno prescritto dalla Chiesa il venerdì precedente la Pasqua **"in modo da giungere con animo sollevato e aperto ai gaudi della domenica di resurrezione"** (SC 110)

Trattiamo del digiuno inteso come

- atto religioso tendente ad ottenere qualcosa da Dio (il perdono, una grazia, ecc.) o influire nella sua volontà. Digiuno diventato la devozione dietetica di un certo cattolicesimo borghese tanto pio e superalimentato che se lo può permettere unendo così l'utile al dilettevole: si acquista luminescenza alla propria aureola e nello stesso tempo - perché no? - ne guadagna la linea!

Il digiuno ha vissuto la sua epoca d'oro in passato grazie all'interpolazione di un versetto del vangelo di Marco. Ancora oggi - benché ormai da almeno 20 anni il versetto venga reso nella sua forma originale - capita di udire persone che per valorizzare (o obbligare) il digiuno religioso non esitano a citare (tra l'altro estrapolandolo dal suo contesto) Mc 9,29: **"questo genere di demoni non può essere scacciato che col digiuno e la preghiera"**. Citazione inesatta sia perché pone al primo posto il digiuno mentre il testo riporterebbe eventualmente prima la preghiera e poi il digiuno ("**con la preghiera e col digiuno**" nisi in oratione et ieiunio Vulg) sia perché nel testo originale è assente il termine "**digiuno**".

Né la prestigiosa **Bible de Jerusalem** (ed. 1984), né la modesta versione della **CEI**, né la **Novissima** delle Paoline riportano "digiuno". I testi originali del vangelo che sono alla base di tutte le

traduzioni in lingua volgare quale il **Novum Testamentum Graece** che **The Greek New Testament** di Aland terminano con "preghiera", scegliendo la **lectio brevior** attestata da prestigiosi codici quale **Sinaitico, Vaticano** e Clemente Alessandrino.

L'aggiunta posteriore di "**e col digiuno**" si deve all'importanza che questo assunse nel monachesimo medioevale, **ma non si trova nel testo originale.**

Mondo greco

Il **digiuno** nasce nel mondo greco come frutto della superstizione: si credeva che in caso di lutto i dèmoni che avevano causato la morte, potessero avere potere sui parenti mentre questi mangiavano (Plutarco, Is. et Os. 26 (II 361a), "**intanto che l'anima dei morti è ancora vicina, nel mangiare e nel bere si deve temere una infezione demoniaca**". Si digiunava pertanto durante la veglia funebre perché fintanto l'anima del trapassato è nelle vicinanze, c'era sempre il pericolo d'infezione demoniaca.

Antico Testamento

Nell'**At** il digiuno - residuo del culto cananaico dei morti - è estremamente limitato. Non è considerato una pratica ascetica ma una **manifestazione visibile di lutto** e di dolore (1 Sm 31,13; 2 Sm 1,12) e viene comandato un solo giorno all'anno, il giorno dell'espiazione dei peccati di tutto il popolo, e la rinuncia al cibo è limitata al giorno (Lv 16,29ss; 23,27ss; Nm 29,7).

Col **giudaismo** (epoca precedente e contemporanea Gesù) il digiuno volontario, settimanale e mensile, ebbe un forte incremento fino a divenire segno distintivo degli ebrei, ma i profeti non si stancarono di avversare questa pratica:

"Non digiunate più come fate oggi... E' forse come questo il digiuno che bramo... piegare come un giunco il proprio capo, usare sacco e cenere per letto, forse questo vorresti chiamare

diggiuno e giorno gradito al Signore? Non è piuttosto questo il diggiuno che voglio: sciogliere le catene inique, togliere i legami del giogo, rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo? Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri senza tetto, nel vestire uno che vedi nudo..." (Is 58, 4-7; Cf Ger 14,12).

Similmente leggiamo in quello che possiamo considerare il primo catechismo delle comunità cristiane, **Il Pastore** (100-155) la cui rinomanza può essere paragonata a quella che ebbe l'**Imitazione di Cristo** negli ultimi secoli e che veniva ritenuto ispirato:

"Dio non vuole un digiuno inutile come questo: offrendo un tale digiuno a Dio non fai nulla per la tua santificazione. A Dio devi offrire un digiuno diverso, cioè: non compiere nulla di male nella tua vita..." (Past. 54).

Nuovo Testamento

Il digiuno - oltre ad essere un fenomeno abbastanza isolato nell'At - è pressoché inesistente nel NT. Con Gesù il digiuno è un fatto superato e non abbiamo indicazioni che i cristiani del I sec. si siano imposti un digiuno volontario.

Paolo

Paolo nelle sue lettere non solo non raccomanda mai il digiuno, ma lo denuncia come azione contraria allo Spirito santo, "**pratiche di poco conto**" (Col 2,18), affermando con vigore che "**il Regno di Dio non è questione di cibo o di bevanda, ma è giustizia, pace e gioia nello Spirito Santo**" (Rom 14,17):

"...perché vivete come se la vostra vita dipendesse ancora da certe regole imposte da questo mondo? Perché vi lasciate dire: "Questo non si può prendere; quello non si può mangiare; queste cose non si possono toccare"? In realtà sono tutte cose che scompaiono dopo essere state usate. Quelle sono regole e idee puramente umane. Possono sembrare questioni serie e sapienti perché trattano di religione personale, di umiltà o di severità verso il corpo. In realtà non servono a niente. Anzi servono soltanto a nutrire la nostra superbia." (Col 2,20-23).

In 2 Cor 6,5 e 11,27, Paolo enumera il digiuno tra i **pericoli** corsi durante la sua missione:

"...pericoli di fiumi, pericoli di briganti, pericoli dai miei connazionali, pericoli dai pagani, pericoli nelle città, pericoli nel

deserto, pericoli sul mare; pericoli da parte di falsi fratelli; fatica e travaglio, notti senza poter dormire, fame e sete, costretto a digiunare, freddo e nudità..." (11,27)

ugualmente in 6,5:

"Sono bastonato e gettato in prigione. Sono vittima di violenze. Mi affatico, rinunzio al sonno e soffro la fame..."

e l'unica volta che Paolo invita alla "**mortificazione**" (nel NT si trova il verbo **mortificare** (gr. nekroô solo qui), non parla del digiuno, e non viene associata ad atti tendenti ad ottenere il beneplacito o il perdono di Dio, ma è bensì un invito ad uccidere (fare morti) quegli atteggiamenti che provocano danno al prossimo: fornicazione, immoralità, passioni, desideri cattivi, avarizia (Col 3,5).

Assente completamente nelle altre epistole cattoliche, dalla lettura del NT si ricava l'impressione che, almeno per le comunità ellenistiche, il problema del digiuno non si sia posto, e che questa pratica, ereditata dal giudaismo, non ha avuto alcuna fortuna nella comunità cristiana ed è assente nella catechesi primitiva.

Vangeli

Il tema del digiuno, completamente assente nel **Vangelo di Giovanni**, è solo marginalmente presente nei **Sinottici** e negli **Atti** nei passi che di seguito esamineremo.

Marco

Nel vangelo più antico si parla un'unica volta del digiuno per negarlo:

"I discepoli di Giovanni e quelli dei farisei stavano digiunando. Si recarono da Gesù e gli dissero: i discepoli di Giovanni e i discepoli dei farisei digiunano: per quale motivo i tuoi discepoli non digiunano?" (Mc 2,18-22).

Divenuto un distintivo di vita spirituale, la gente rimane scandalizzata vedendo che il gruppo di Gesù non pratica il digiuno, a differenza degli ascetici discepoli dei farisei e di Giovanni, e si chiede se questo Gesù sia un maestro spirituale attendibile o no, in quanto come responsabile della formazione del gruppo avrebbe dovuto tracciare un programma di vita ascetica per i suoi seguaci.

Gesù replicò: possono forse digiunare gli amici dello sposo mentre questi è con loro? Fintanto hanno lo sposo con essi non possono digiunare

Il digiuno consiste nel privarsi del cibo fattore di vita, e significa una rinuncia alla vita, un avvicinarsi alla morte. Ciò è incompatibile con la pienezza di vita portata da Gesù. Pienezza che esclude categoricamente qualunque limitazione.

La questione per Gesù non è pertanto sul "**dover**" o no digiunare, bensì sul "**poter**" farlo. I suoi discepoli non digiunano perché **non vogliono**, ma perché **non possono** farlo; e Gesù spiega il perché.

Gli amici intimi dello sposo, partecipi della gioia del loro amico, non possono dar luogo a manifestazioni luttuose.

Il digiuno non è più un'espressione adeguata per quanti vivono la nuova realtà proclamata da Gesù: se il digiuno serviva per ottenere il perdono, questo è già stato concesso (Gv 15,3), e pertanto cessata la necessità di espiazione, scompare il motivo religioso del digiuno e risulta superflua ogni espressione di tristezza e di lutto. La nuova vicinanza di Dio in Gesù toglie al digiuno la sua finalità di assicurare il favore divino che è dato per l'adesione a Gesù, inoltre lo Spirito di Dio **soffia dove vuole** (Gv 3,8), non dove pretendiamo costringerlo col digiuno o con opere del genere.

Nella comunità cristiana, la certezza del perdono e l'esperienza dell'amore di Gesù - che è quello di Dio - escludono ogni motivo di tristezza e con questo la sua espressione nel digiuno.

ma giungerà un giorno nel quale lo sposo sarà loro tolto, allora quel giorno digiuneranno.

Il giorno (singolare) in cui Gesù verrà assassinato, i suoi amici digiuneranno come momentanea espressione del dolore causato dalla sua morte. L'espressione usata dall'evangelista **quel giorno** (gr. ekeinê tē êmera) esclude la ripetizione. E' una manifestazione spontanea di lutto che nasce da un sentimento interiore di tristezza, e non una pratica ascetica imposta per obbligo o stabilita come sistema.

Nessuno cuce una toppa di panno grezzo su un vestito vecchio; altrimenti il rattoppo nuovo squarcia il vecchio e si forma uno strappo peggiore. E nessuno versa vino nuovo in otri vecchi, altrimenti il vino spaccherà gli otri e si perdono vino e otri, ma vino nuovo in otri nuovi.

Gesù indica l'incompatibilità tra un sistema basato sull'ascesi personale e quello che lui viene a proporre. Nella nuova realtà del Regno non possono conservarsi metodi antichi, anche se venerabili: il Regno di Dio crea un modo di vita nuovo e senza precedenti, troppo potente per essere contenuto in strutture del passato, anzi ogni assomiglianza col vecchio appare sospettosa.

Mc 8,3

Ritroviamo un'unica volta ancora il tema del digiuno nell'episodio della... moltiplicazione dei pani:

Sento compassione di questa folla, perché già da tre giorni mi stanno dietro e non hanno da mangiare. Se li rimando digiuni alle proprie case, verranno meno per via..." (8,3)

Gesù - per il quale il digiuno non solo non è un valore, ma è un fatto negativo - non tollera che la gente digiuni e tantomeno per causa sua e... moltiplica i pani!

Matteo 4,2

Nel vangelo di Mt, al cap. 4, si dice che Gesù condotto dallo Spirito nel deserto per essere tentato dal diavolo **dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, ebbe fame** (Mt 4,1-2).

Questi 40 giorni non rientrano nella pratica religiosa del **digiuno**, che, come abbiamo visto sopra è di un solo giorno all'anno o di due volte alla settimana per i più devoti.

Il racconto si richiama al digiuno di Mosè sul Sinai (Es 34,28; Dt 9,9), e potremmo definirlo un "collage" di espressioni del libro del Deuteronomio. Matteo che scrive ad una comunità di giudeo-credenti pone Gesù sulla falsariga di Mosè, sottolineandone però ogni volta la superiorità: a Mosè il digiuno è servito per prepararsi ad accogliere la rivelazione divina; il digiuno di Gesù non è preparatorio né pretende ottenere doni divini. Il dono per eccellenza, lo **Spirito di Dio** gli è stato comunicato col battesimo (Mt 3,16-17) e si prepara a manifestarlo.

L'evangelista aggiungendo **quaranta notti** (di per sé non necessario alla comprensione del testo) sottolinea inoltre che non è un digiuno rituale o devozionale (in quanto tale sarebbe cessato al tramonto). Matteo vuol far comprendere ai giudei che Gesù non è inferiore a Mosè, e anche se fisicamente esausto vince senza difficoltà a satana. Pertanto Gesù non compie un'opera ascetica (mai si dirà in futuro che Gesù abbia digiunato un sol giorno, neanche quando è obbligatorio o devozionale!), ma è fedele alla sua missione anche in circostanze estreme.

(Luca nel medesimo episodio (Lc 4,1ss), evita persino il termine tecnico religioso ""digiuno" e preferisce ricalcare l'espressione del libro dell'esodo (34,28) **"non mangiò nulla in quei giorni"** (Lc 4,2). L'evangelista con questa espressione intende sottolineare che il sostentamento della vita di Gesù era la sua fedeltà all'impegno che lo avrebbe condotto alla morte).

Ritroviamo il tema del digiuno nel cap. 6: **Mt 6,16-18**

"...quando digiunate, non assumete aria melanconica come gli ipocriti, che si sfigurano la faccia per far vedere agli uomini che digiunano. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Tu invece, quando digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo tuo Padre che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà."

Per comprendere rettamente il messaggio di Matteo occorre sempre tenere ben presente che la sua è una catechesi rivolta a dei giudeo-credenti che deve con delicatezza e decisione staccare dal mondo dei loro padri per farli aderire al Regno del Padre proclamato da Gesù.

I grandi ed influenti maestri di spiritualità del mondo giudaico erano i farisei. Gesù intende preservare la sua comunità dal **"loro lievito"** (Mt 16,6), l'egocentrismo pietistico che tutto inquina:

perché vi dico che se la vostra fedeltà non è superiore a quella dei letterati e dei farisei, non entrate nel regno di Dio.

E' insufficiente il legalismo che s'accontenta di osservare precetti, e per questo Gesù attacca quello che era considerato il triplice caposaldo della spiritualità farisaica e definito la **"buona opera"** per eccellenza: **elemosina - preghiera - digiuno.**

Gesù non consiglia né proibisce ai suoi la pratica di queste opere, bensì -lasciando pienamente liberi i suoi di scegliere gli strumenti spirituali che credono - corregge la tendenza farisaica del "dare l'esempio" e la pratica di queste opere pie per guadagnare il prestigio di fronte agli uomini (Mt 6,1-6; 16-17) Elemosina

All'elemosina, vista quale atto degno di grandi meriti presso Dio, Gesù contrapporrà la condivisione dei beni (Mt 19,21). Dare elemosina significa mantenere una distanza ed una dipendenza tra chi dona e chi riceve. La condivisione annulla questa distanza e instaura un rapporto tra pari, di fratellanza.

Gesù denuncerà di ipocrisia lo scandalizzato sdegno dei suoi discepoli nei confronti della donna che a Betania lo ungerà con un costosissimo profumo (Mt 25,6ss): **"lo si poteva vendere a caro prezzo per darlo ai poveri!"** I suoi discepoli non hanno ancora compreso che ai poveri non c'è da dare cose ma sé stessi!

Gesù - che mai ha fatto elemosina nei vangeli - non invita i suoi a farla*, ma - lasciando piena libertà - chiede di evitare l'applauso della gente.

*(L'espressione che si trova nel vangelo di Luca **"Piuttosto date in elemosina quel che c'è dentro..."** (11,41) non è rivolta ai discepoli ma ai **Farisei** come invito ad essere coerenti almeno con quello che essi credono essere una pratica gradita a Dio. L'espressione apparentemente simile - e questa volta diretta ai discepoli -in Lc 12,33 **"Vendete i vostri beni e dateli in elemosina"** è un invito a sbarazzarsi (vendete) completamente dei propri averi e donarli ai poveri e non un gesto occasionale di carità).

Preghiera

Ugualmente per la **preghiera**: Gesù che mai nei vangeli prega nelle sinagoghe o nel tempio, e mai inviterà i suoi a farlo, chiede che quando costoro pregano non lo facciano pubblicamente per ostentare la propria santità e suscitare così l'ammirazione degli uomini.

Digiuno

Infine il **digiuno**. Gesù che - come abbiamo già visto - non ha mai praticato il digiuno devozionale e mai ha invitato i suoi discepoli a farlo, afferma che chi intende digiunare non lo faccia come esibizione della propria ascesi per essere lodato dalla gente.

Quindi sono le tre opere di pietà della spiritualità farisaica che Gesù corregge ma non propone ai suoi.

(Mt 9,14 è il passo parallelo a Mc 2,18-22 che abbiamo già visto sopra).

Luca

Nel vangelo di Luca il digiuno appare già al suo inizio (Lc 2,36--37) come una pratica della spiritualità giudaica e pre-cristiana: digiuna Anna, figlia di Fanuèle, la profetessa che non s'allontanava mai da quel tempio che Gesù - senza mezzi termini -definirà "**spelonca di ladri!**" (Lc 19,46).

Lc 5, 33-39:

l'episodio è parallelo a Mc 2,18-22 ed è valida la spiegazione sopra riportata.

Lc 18, 12-14.

L'unica volta che Gesù parla del digiuno nel vangelo di Luca è in un contesto completamente negativo: è il borioso fariseo della parabola che si vanta di digiunare ben due volte la settimana, pratica che assieme all' altra vantata (pagamento della decima) è tutta rivolta alla propria santità e non al bene del prossimo e quindi completamente inutile per Gesù.

L'evangelista torna a trattare il tema del digiuno negli **Atti degli apostoli**, ai capitoli 13 e 14.

13,2: Stavano celebrando il culto del Signore e digiunando quando lo Spirito disse...

Il primo dato risulta insolito negli Atti: in nessun'altra occasione si menziona una "liturgia" delle comunità. Il termine "liturgia" è apparso una sola volta in Luca (1,23) riferendosi a quella celebrata da Zaccaria; il termine ha pertanto una connotazione giudaica. Il digiuno ugualmente è una tradizione giudaica e la comunità cristiana primitiva **palestinese** ha mantenuto l'uso di sottolineare col digiuno la serietà della preghiera... (l'usanza è completamente assente nelle comunità ellenistiche). La comunità di Antiochia quantunque abbia ricevuto nel suo seno ai credenti procedenti dal paganesimo, conserva ancora alcuni usi propri della religione ebraica. Al gruppo - centrato nel presente di Gerusalemme e in continuità con gli usi giudaici, lo Spirito santo interrompe la celebrazione (l'aoristo eipen interrompe l'azione in corso) e la spinge verso il futuro della missione:

Riservate per me Barnaba e Saulo per l'opera alla quale li ho chiamati...

Come nella finale del suo vangelo, per sottolineare con acuta ironia che i discepoli non hanno capito nulla del messaggio di Gesù, Luca scrive che **se ne tornarono pieni di gioia al Tempio...** (Lc 24,53), a quel tempio che Gesù aveva denunciato e maledetto (Lc 19,46) e che aveva sostituito colla sua persona! Così qui, nonostante lo Spirito abbia interrotto la celebrazione fatta di preghiere e digiuno, Luca per sottolineare l'incomprensione del messaggio scrive che:

allora, dopo aver digiunato e pregato, imposero loro le mani e li accomiatarono...

per **14,23** vedi sopra.

CONCLUSIONE

Pressoché assente nei vangeli e nel resto del NT il digiuno conoscerà la sua fortuna quale atteggiamento religioso nei secoli successivi, al punto da venire introdotto per interpolazione nel testo del vangelo di Marco (e di riflesso in Matteo 17,21). Fatto questo che

rivestiva il digiuno di un carisma di autorevolezza che prima non aveva: era Gesù stesso che raccomandava oltre alla preghiera il digiuno per combattere i "demoni".

Ribadendo con l'apostolo Paolo che **"il Regno di Dio non è questione di cibo o di bevanda, ma è giustizia, pace e gioia nello Spirito Santo"** (Rom 14,17), e che l'unico comandamento di Gesù è quello di amarci gli uni gli altri come lui ci ha amato (Gv 13,34), il digiuno rientra nell'ambito della libertà del cristiano di disporre di quei mezzi e strumenti che crederà opportuni per la crescita della sua capacità d'amare. Mezzi che potrà proporre qualora li ritenga validi ma mai imporre (come del resto li potrà accettare ma non subire), nel rispetto delle **varie** sensibilità, culture e spiritualità che caratterizzano i credenti, tendenti all'**unità** mediante la pratica di un amore simile a quello che Dio ha manifestato in Gesù, ma nella **diversità** dei mezzi usati per raggiungerla.

Ciò che costituisce l'identità delle comunità cristiane è la stessa qualità d'amore divino tradotto in servizio all'uomo, come uno è lo Spirito ricevuto. I mezzi per costruire e alimentare questa qualità d'amore si differenzieranno secondo le culture e le razze.