

## Quan el dejuni és molt més que deixar de menjar

Dv, 26/02/2021 per Catalunya Religió



(Glòria Barrete -CR) Dejuni. Forma de penitència quant a menjars i begudes, comuna a moltes tradicions religioses. Aquesta és la definició [que fa l'Optimot](#) del mot dejuni. Però el dejuni és i pot ser molt més que privar-se voluntàriament d'ingerir aliments, per això el [Consell Evangèlic de Catalunya](#) ha declarat l'any 2021 com a [any de pregària i dejuni](#) per a la gent jove.

Per a promoure i difondre aquesta iniciativa, el CEC organitza un [concurs de vídeos](#), de no més d'un minut de durada, que busqui incentivar i informar sobre l'any declarat, amb un possible premi pel vídeo guanyador de dos-cents euros i difusió a tots els canals de comunicació del Consell Evangèlic de Catalunya.

**Guillem Correa**, secretari general del Consell Evangèlic de Catalunya, explica que des d'una perspectiva històrica, "el dejuni ha format part de l'espiritualitat cristiana des del temps de Jesús". Aquest dejuni, però, ha tingut diverses manifestacions en el decurs de la història. "Hi ha hagut moments en què ha estat més important com a pràctica espiritual, i d'altres moments en què ha anat a la baixa", reconeix.

Avui dia, afirma, "ens trobem que el dejuni forma part també d'una pràctica cristiana en bona part de l'Església i es viu en diverses generacions de persones". La pregària i el dejuni, explica Correa, "és una experiència d'espiritualitat que no només té una dimensió històrica, sinó que és absolutament vigent i la practica molta gent amb certa regularitat".

Avui dia per a la majoria de persones quan es parla de dejuni li ve al cap la privació d'aliments. Correa advoca per la pràctica del dejuni integral que consisteix no només en deixar de menjar en un període determinat de temps o d'hores sinó que abasta altres aspectes de la nostra vida. "Fins i tot parlem de dejuni tecnològic, de dejuni televisiu, de dejuni d'oci o lleure".

Parlen al final “d’experimentar i viure un temps d’aprofundiment en la nostra relació d’intimitat amb Déu”, tot allò que allunya d’aquesta proximitat cercada, explica, “és una qüestió susceptible per dejunar”.