
Papa Francesco: "Dimmi come mangi e ti dirò che anima possiedi"

“Rinnoviamo la nostra vicinanza con preghiera alla cara popolazione Ucraina così provata e a quanti soffrono l’orrore della guerra in Palestina e Israele, come pure in altre parti del mondo. Preghiamo, preghiamo per questa gente che è sotto la guerra, e preghiamo il Signore perché semini nel cuore delle autorità dei Paesi il seme della pace”. E’ l’ennesimo appello di **Papa Francesco** per la pace, pronunciato al termine dell’udienza di oggi in Aula Paolo VI, durante il saluto ai fedeli di lingua italiana. “Dimmi come mangi, e ti dirò che anima possiedi”, ha detto il Papa durante la catechesi, dedicata al vizio della gola: “il problema non è il cibo, ma la nostra relazione con esso”. “In tutto il suo ministero Gesù appare come un profeta molto distinto dal Battista: se Giovanni è ricordato per la sua ascesi – mangiava quello che trovava nel deserto –, Gesù è invece il Messia che spesso vediamo a tavola”, l’esordio di Francesco: “Guardiamo a Gesù. Il suo primo miracolo, alle nozze di Cana, rivela la sua simpatia nei confronti delle gioie umane: egli si preoccupa che la festa finisca bene e regala agli sposi una gran quantità di vino buonissimo”. “Il suo comportamento suscita scandalo, perché non solo egli è benevolo verso i peccatori, ma addirittura mangia con loro; e questo gesto dimostrava la sua volontà di comunione e vicinanza con tutti”, ha commentato il Papa: “Ma c’è anche dell’altro. Mentre l’atteggiamento di Gesù nei confronti dei precetti ebraici ci rivela la sua piena sottomissione alla legge, egli però si dimostra comprensivo con i suoi discepoli: quando questi vengono colti in fallo, perché avendo fame colgono delle spighe, lui li giustifica, ricordando che anche il re Davide e i suoi compagni avevano preso i pani sacri”. “Ma soprattutto Gesù, con una bella parabola, afferma un nuovo principio”, ha spiegato Francesco: “gli invitati a nozze non possono digiunare quando lo sposo è con loro; digiuneranno quando lo sposo verrà loro tolto. Gesù vuole che siamo nella gioia in sua compagnia; ma vuole anche che partecipiamo alle sue sofferenze, che sono anche le sofferenze dei piccoli e dei poveri. Gesù è universale”.

“Gesù fa cadere la distinzione tra cibi puri e cibi impuri, che era una distinzione fatta dalla legge ebraica. E Gesù dice chiaramente che il problema non è il cibo, ma la nostra relazione con esso”,

l’argomentazione centrale dell’udienza odierna: “Quando qualcuno non ha una relazione ordinata con il cibo, guardate come mangia: di fretta, con la voglia di saziarsi, e mai si sazia”, l’esempio a braccio: “non ha un rapporto buono con il cibo, è schiavo del cibo”. “Gesù valorizza il cibo, il mangiare, anche nella società, dove si manifestano tanti squilibri e patologie”, la tesi di Francesco: “Si mangia troppo, oppure troppo poco. Spesso si mangia nella solitudine. Si diffondono i disturbi dell’alimentazione: anoressia, bulimia, obesità... E la medicina e la psicologia cercano di affrontare la cattiva relazione con il cibo”. “Una cattiva relazione col cibo produce tutte queste malattie”, ha proseguito il Papa a braccio: “Si tratta di malattie, spesso dolorosissime, che per lo più sono legate ai tormenti della psiche e dell’anima: c’è un collegamento tra lo squilibrio psichico e il modo di prendere cibo”. “Questa domanda è tanto importante: d

dimmi come mangi, e ti dirò che anima possiedi”.

“L’alimentazione è la manifestazione di qualcosa di interiore”, ha spiegato infatti Francesco: “la predisposizione all’equilibrio o la smodatezza; la capacità di ringraziare oppure l’arrogante pretesa di autonomia; l’empatia di chi sa condividere il cibo con il bisognoso, oppure l’egoismo di chi accumula tutto per sé”. “Nel modo di mangiare si rivela il nostro mondo interiore, le nostre abitudini, i nostri atteggiamenti psichici”, la tesi del Papa, che ha ricordato come “gli antichi Padri chiamavano il vizio della gola con il nome di ‘gastrimargia’, termine che si può tradurre con follia del ventre”. “La gola è una follia del ventre”, ha ribadito Francesco, che poi ha proseguito a braccio: “C’è questo proverbio: noi dobbiamo mangiare per vivere, non vivere per mangiare. La follia del ventre è un vizio

che si innesta proprio in una nostra necessità vitale, come l'alimentazione. Siamo attenti a questo". **“Se lo leggiamo da un punto di vista sociale, la gola è forse il vizio più pericoloso, che sta uccidendo il pianeta”**, il monito: “Perché il peccato di chi cede davanti ad una fetta di torta, tutto sommato non provoca grandi mali, ma la voracità con cui ci siamo scatenati, da qualche secolo a questa parte, verso i beni del pianeta sta compromettendo il futuro di tutti”, ha denunciato il Papa. “Ci siamo avventati su tutto, per diventare padroni di ogni cosa, mentre ogni cosa era stata consegnata alla nostra custodia, no al nostro sfruttamento”. “Ecco dunque il grande peccato, la furia del ventre:

abbiamo abiurato il nome di uomini, per assumerne un altro, consumatori”,

il grido dall'arme: “E oggi si parla così nella vita sociale: i consumatori. Non ci siamo nemmeno accorti che qualcuno ha cominciato a chiamarci così”. “Siamo fatti per essere uomini e donne eucaristici, capaci di ringraziamento, discreti nell'uso della terra, e invece ci siamo trasformati in predatori, e adesso ci stiamo rendendo conto che questa forma di gola ha fatto molto male al mondo”, la denuncia finale: “Chiediamo al Signore che ci aiuti nella strada della sobrietà, che tutte le forme di gola non si impadroniscano della nostra vita”.

M.Michela Nicolais