

## Letture

*Il tentatore allora gli si accostò e gli disse: “Se sei figlio di Dio, dì che questi sassi diventino pane”. Ma egli rispose: ‘Sta scritto: non di solo pane vivrà l’uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.’*

(Mt 4,1-4)

## Gola

È proprio l’interpretazione ebraica della parola gola che ci apre un orizzonte di significato che diversamente verrebbe ristretto al solo concetto di golosità. Il peccato di gola è molto più della semplice golosità.

Essa è un’avidità insaziabile di “risucchiare l’altro”, di “divorarlo”, è una “rapacità” verso l’altro, da cui rapinare tutto ciò che per noi rappresenta: affetto, vita, felicità.

L’uomo colpito dal vizio della gola è un assetato che invece di centellinare la sua sorgente d’acqua, la prosciuga in un colpo solo e così di nuovo disperato parte alla ricerca di una nuova sorgente. L’altro non è che un gigantesco panino da ingoiare, è “cibo” per me.

Depredare l’altro è l’unico obiettivo di questo uomo malato, un uomo immaginabile come una grande “fauce” che divora, come nelle rappresentazioni dell’inferno, luogo della distruzione.

Ancora una volta ogni vizio, in questo caso quello della gola, si rivela una malattia delle “relazioni umane” che inevitabilmente ricade sulla persona.

È un peccato profondo, è una malattia della psiche prima che del cor-

po, che affonda le sue radici ancora una volta nella perversione dell’affettività. La nostra affettività che ripiegatasi su se stessa invece che trovare in Dio la GRAZIA di cui vivere si rivolge perversamente alle creature manipolandole.

### IN EBRAICO

Significativamente in ebraico, la gola, vuol dire anche anima, IO personale, brama, fame, collega tutta la parte affettiva della persona. La bocca è il primo luogo del rapporto con la madre. È un rapporto in cui affetto, cibo, contatto visivo e dei corpi, in una parola la relazione con l’altro, si intrecciano.

Ci si sfama di cibo e di affetto, e con ciò si allontana il fantasma della fame e della morte. Cibo, vita, affetto, corpi, si uniscono in un solo obiettivo: vincere la morte. Il bambino che riceve cibo senza affetto muore psichicamente.

Il bimbo che riceve affetto senza cibo muore fisicamente. Affetto e cibo sono i due nutrimenti indivisibili e indispensabili secondo la dualità (senza dualismo) anima-corpo dell’uomo per poter vivere.

Il rapporto con la vita nel bambino comincia con la suzione del cibo, è non solo necessità di sopravvivenza ma soddisfazione di saziare l’appetito e produce piacere sicurezza, amore di sé, gioia, per questo in ebraico l’idea di “*nefesh*” anima si spinge fino a significare vita, gola, stomaco, desiderio, proprio perché la vita dell’uomo è legata alla sua nutrizione, all’affettività e al desiderio di vivere.

### I FANTASMI

Quando il rapporto con l’altro non ha funzionato bene, anche il rapporto con noi stessi non funziona, ed ecco che si tende a proiettare sul cibo i propri fantasmi, le paure di morte. Il rapporto con il cibo diviene allora rivelativo del nostro rapporto con la nostra affettività: sia divorare o rifiutare il cibo è sempre indice che qualcosa che non è andato e non va.

L’avidità del cibo è un atto simbolico che esprime il bisogno di possedere l’altro, per succhiarne la vita, a tutti i livelli, biologico ed esistenziale.

Al contrario il rifiuto del cibo diviene rifiuto dell’altro e di conseguenza di sé, è rinuncia alla vita, desiderio di autodistruzione, di morte.

Per questo Gesù afferma che “non di solo pane” vive l’uomo, per dire l’altro, e alla schiavitù per amore la donna è stata particolarmente soggetta. Le parole di Gesù liberano l’uomo dalla schiavitù affettiva verso ogni altro uomo.

Parole che ritroviamo in altri testi: “Non dare potere su di te finché sei in vita... non abbandonarti in potere di nessuno” (cfr. Sir 20,24), “Falsi fratelli si sono intromessi a spiare la libertà che abbiamo in Cristo, allo scopo di renderci schiavi” (Gal 2,4), “Siete stati comprati a caro prezzo, non fatevi schiavi di uomini”. (1 Cor 7,23)

Odiare, ha dunque il senso di amare nella libertà, di odiare ogni rapporto malato che abbiamo con l’altro. Gesù ci chiede di diventare consapevoli di questo dis-orientamento del nostro desiderio, restituendo a Dio “il primo posto, unico assoluto” nella nostra vita. Questa precedenza “riordina” la nostra vita.

L’Amore di Dio, la sua Parola fatta carne, ci nutre e sazia la nostra “fame” definitivamente. Ci libera nella verità, facendoci ritrovare gli altri non più come oggetti da consumare, ma come fratelli da amare e con cui essere felici.

Ci fa ritrovare la creazione, non più come un immenso frigorifero da svuotare, ma come un “giardino” in cui passeggiare godendolo con Dio e i fratelli nella brezza del giorno che spira nella nostra vita.

### Conseguenze sociali

Per l’avidità di pochi, molti muoiono di fame. Il vizio della gola va ben al di là dell’aspetto alimentare. La gola porta al consumismo sfrenato, a depredare il creato, a prezzo di inquinamento, di sofferenze, di pericoli di distruzione.

Ma l’avidità orale porta anche ad altre gravi forme di dipendenza: la dipendenza da fumo, alcol e droghe. Un consumismo che distrugge la persona e la inserisce in una catena criminale di morte.

# Gola

## COSA DICONO I PADRI DELLA CHIESA

### EVAGRIO PONTICO

Materia per il fuoco è la legna, materia del ventre sono i cibi: una grande quantità di legna genera una grande fiamma, e l'abbondanza dei cibi nutre la concupiscenza.

Il desiderio del cibo ha generato la disobbedienza, e il dolce gustare ha scacciato dal paradiso.

Un monaco ingordo è soggetto al ventre, ed esige, da esso sferzato, la tassa quotidiana.

Se ti lasci dominare dal desiderio dei cibi, nulla basterà a render pieno il tuo piacere; infatti il desiderio di cibi è come un fuoco che sempre riceve legna e sempre arde.

*(Trattato pratico sulla vita monastica)*

### GIOVANNI CASSIANO

“Non dobbiamo per nulla ritenere che la moderazione nell'uso dei cibi possa bastare per assicurarsi la perfezione del cuore e la castità del corpo, a meno che non vi si accompagni anche l'astinenza dello spirito”.

*(Le istituzioni cenobitiche, pag. 161)*

“Pertanto è necessario, mentre digiuna l'uomo esteriore, vietare ugualmente il ricorso a cibi nocivi all'uomo interiore”.

*(Idem, pag. 162)*

### SANT'AGOSTINO

“Io non temo l'impurità del cibo, ma l'impurità della cupidigia”.

*(Confessioni, X, 31)*

### SAN GREGORIO MAGNO

“È impossibile erigersi nella battaglia spirituale se prima non è domato il nemico annidato dentro di noi, cioè l'appetito della gola”.

*(Commento morale a Giobbe, XXX, 18)*

### DOROTEO DI GAZA

“Anche per i cibi, potrebbe bastare un po' di verdura o di legumi secchi o un po' di olive, ma non ci accontenta e si va a cercare un altro cibo, più piacevole o più costoso. Tutto questo è agire contro la propria coscienza”.

*(Scritti e insegnamenti spirituali, n. 45)*

### SAN TOMMASO D'AQUINO

“Esaù a causa della gola è detto profanatore, perché in lui vi fu tanto disordine della brama di cibo che vendette per il cibo la primogenitura, onde in un certo modo sembrava bramare il piacere del cibo come fine (supremo)”.

*(Vizi capitali, quest. XIV)*

## COSA DICE LA BIBBIA

<i>Gen 2,17</i>	“Dell'albero della conoscenza del bene e del male non devi mangiare, perché quando tu ne mangiassi, certamente moriresti”.
<i>Sir 37,27-31</i>	“Figlio, nella tua vita prova te stesso, vedi quanto ti nuoce e non concedertelo. Difatti non tutto conviene a tutti e non tutti approvano ogni cosa. Non essere ingordo per qualsiasi ghiottoneria, non ti gettare sulle vivande, perché l'abuso dei cibi causa malattie, l'ingordigia provoca coliche. Molti sono morti per ingordigia, chi si controlla vivrà a lungo”.
<i>Mt 5,6</i>	“Beati coloro che hanno fame e sete di giustizia”.
<i>Mt 4,4; Deut 8,3</i>	“Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni Parola che esce dalla bocca di Dio”.
<i>Mt 26,26</i>	“Prendete e mangiate questo è il mio corpo”.
<i>Mt 6,11</i>	“Dacci oggi il nostro pane”.
<i>Lc 12,33</i>	“Vendete ciò che avete e datelo in elemosina: fatevi borse che non invecchiano, un tesoro inesauribile nei cieli, dove i ladri non arrivano e la tignola. Perché dove è il vostro cuore là è il vostro tesoro”.
<i>Lc 16,19-31</i>	“L'episodio del ricco Epulone”.
<i>Gv 6,1-15</i>	“La moltiplicazione dei pani”.
<i>Gv 6,48 segg.</i>	“Io sono il pane di vita”.
<i>Gv 6,27</i>	“Procuratevi non il nutrimento che perisce, ma il nutrimento che resta per la vita eterna”.
<i>Gv 4,34</i>	“Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato”.
<i>Rom 13,14</i>	“Non seguite la carne nei suoi desideri”.
<i>Mt 9,15</i>	“Gli invitati a nozze non possono essere il lutto finché lo sposo si trova in mezzo a loro”.
<i>Fil 3,19</i>	“Hanno come Dio il loro ventre”.
<i>1 Cor 9,26-27</i>	“Faccio il pugilato, ma non come chi batte l'aria, anzi tratto duramente il mio corpo e lo trascino in schiavitù”.
<i>Ed 12,16</i>	“Non vi sia nessun fornicatore o profanatore come Esaù”.

## Gola

### La terapia

#### CHIEDI ALLO SPIRITO SANTO

- Il dono della FEDE, la ritrovata fiducia in Dio, unico vero assoluto, unico frutto-cibo di vita eterna, che rende l'uomo libero, felice perché capace di stabilire relazioni umane nella verità e nell'amore.

- Il dono della SPERANZA perché tu possa credere che Colui che tutto può, guarirà il tuo cuore, ti riempirà con i suoi doni spirituali, ricostruirà le tue relazioni.

- Il dono della CARITÀ, l'Amore di Dio è l'unico frutto, l'unico cibo che ridà all'uomo la capacità a sua volta di amare. Questo Amore che è Dio, si è incarnato nel Figlio, si offre a noi per mezzo dello Spirito che grida dentro di noi “abbà padre”; questo Amore sazia, ristora, disseta, il nostro povero cuore affamato.

- Il dono della CONTINENZA, la continenza è possibile solo se siamo invasi dall'Amore di Dio. Diversamente è un esercizio filosofico che lascia più soli e più superbi di prima.

- Il dono della MEMORIA (“Non di solo cibo... Mt 4) ci guidi il ricordo delle tentazioni di Gesù, vero uomo, che come il suo popolo nel deserto, conobbe la “fame” umana, ma non cadde nelle illusioni del tentatore e al contrario si fece lui stesso “cibo” per i fratelli.

- “Mio cibo è fare la volontà di Dio”: Gesù si fa DIVORARE dagli altri, donando il suo corpo e il suo sangue, nell'EUCARESTIA, perché la sua forza e il suo nutrimento venivano da Dio.

- Il dono della PREGHIERA e del DIGIUNO, dell'ASCOLTO DELLA PAROLA per nutrirci di Dio. La Parola fatta carne sia il nostro cibo ogni giorno nella *Lectio* e nella *Liturgia delle ore*.