

LA PIÙ BELLA DEL REAME La Bulimia



Quante volte da bambini abbiamo ascoltato la famosa fiaba dei fratelli Grimm "Biancaneve ed i sette nani": una regina bella, ma anche gelosa e crudele, tanto da non tollerare neppure il pensiero che potesse esistere al mondo qualcuna più bella di lei. Possedeva uno specchio magico che interpellava ogni giorno, chiedendogli: "Specchio, specchio delle mie brame, chi è la più bella del reame?" E ogni giorno lo specchio rispondeva: "Tu mia regina sei sempre bellissima, ma Biancaneve è più bella di te!". Questa fiaba, poco conosciuta alle nuove generazioni, ci descrive, seppur in parte, l'anelito di molti giovani: essere più belli degli altri. Il raggiungimento di questo target è a volte una chimera, ma porta molti giovani, soprattutto ragazze adolescenti, a gravi disordini alimentari, primo fra tutti la bulimia.

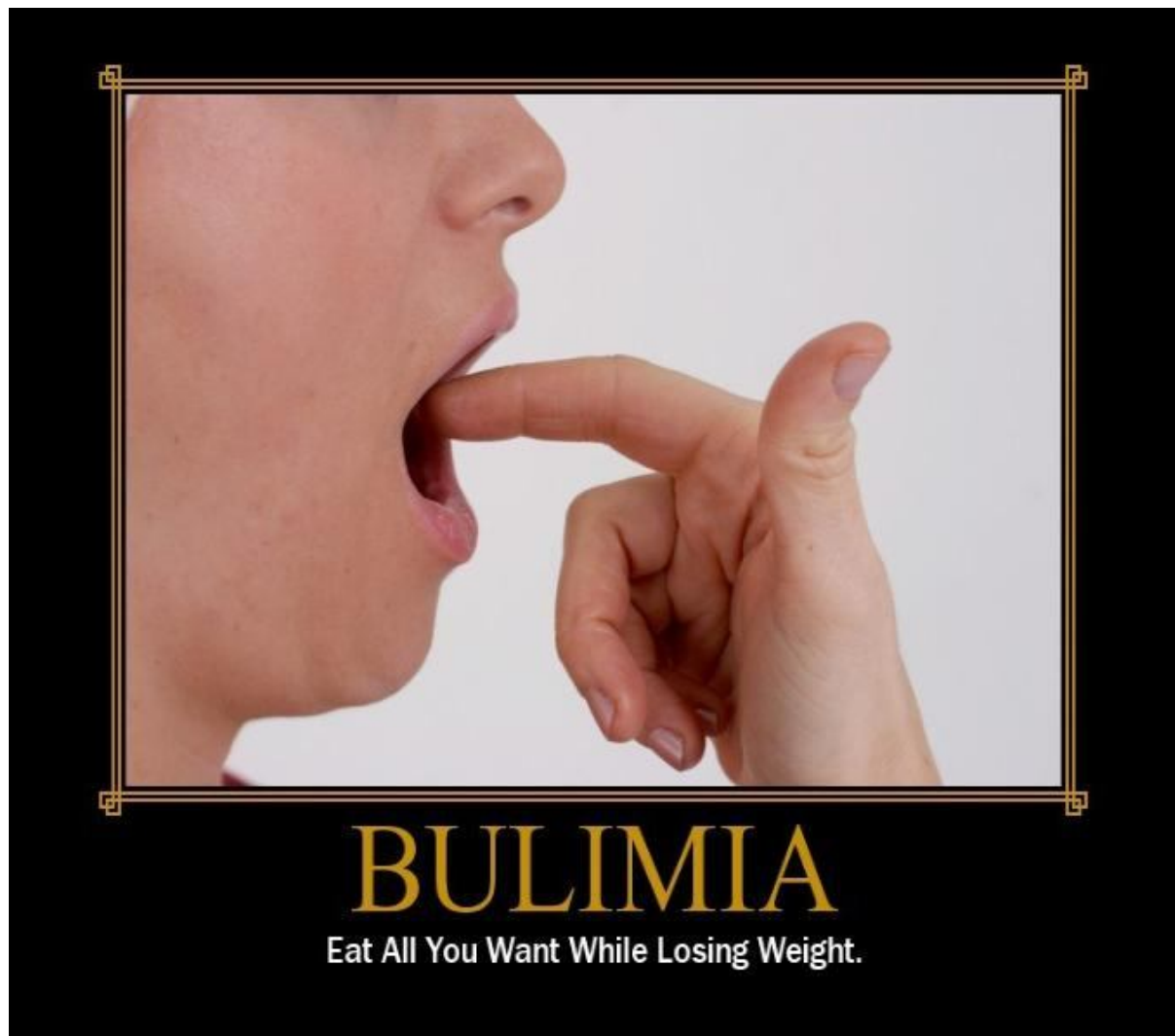
CHE COS'È LA BULIMIA?

È un disturbo alimentare caratterizzato da episodi di "abbuffate" seguiti di solito da comportamenti compensatori. Una persona bulimica si sazia in modo diverso da

quello che avviene normalmente: mangia troppo, perché ingerisce una quantità eccessiva di cibo in un arco di tempo molto stretto e solitamente di nascosto da altri. Successivamente, la persona bulimica si sente in colpa e per ovviare, assume degli atti compensatori ricorrenti ed inappropriati: vomito autoindotto (dita in gola), abuso di lassativi, diuretici o altri farmaci, digiuno o esercizio fisico eccessivo. Questo comportamento ripetuto nel tempo, porta ad un grave disordine alimentare e psicologico nella persona. A lungo andare, un soggetto bulimico entra in una fase di depressione e di repulsione verso se stesso, con conseguenti ripercussioni sulla propria autostima.

LE CAUSE

La bulimia è legata a fattori familiari, sociali e psicologici. Essa è una patologia che mette in luce l'esistenza di un disagio interiore, che affonda le sue radici nel terreno delle relazioni interpersonali soprattutto familiari. Il bulimico detesta l'ambiente nel quale vive e finisce poi con il detestare il proprio corpo.



LA SOLUZIONE

Quotidianamente i mass-media ci propinano immagini di modelle filiformi, prese ad esempio come canone di bellezza dalle adolescenti. È necessario possedere un corpo longilineo per avere successo nella vita. L'anoressia e la bulimia sono dunque il prodotto della società consumistica, che innalza l'immagine a discapito del valore

dello spirito. In un'epoca in cui l'apparire è più importante dell'essere, c'è speranza per una persona che non ama se stessa? C'è speranza per una persona che non si accetta e che detesta il suo corpo? La soluzione è una sola: "Cristo Gesù", Colui che ha la risposta a tutti gli interrogativi umani. Al di là di ogni falso misticismo, che ritiene il corpo la prigione dell'anima, e quindi da poter umiliare ed avvilito, e nei peggiori dei casi da mortificare e castigare, la Bibbia ci informa che Dio ha un'alta considerazione del corpo dell'uomo, al punto di farne nei cristiani "nati di nuovo", il "Tempio dello Spirito Santo": "Non sapete che siete il tempio di Dio e che lo Spirito Santo di Dio abita in voi?" (I Corinzi 3:16). Il piano di salvezza di Dio per l'umanità prevede la piena redenzione delle tre dimensioni costituenti l'uomo: lo spirito, l'anima e il corpo. "Or il Dio della pace vi santifichi egli stesso completamente, e l'intero essere vostro, lo spirito, l'anima e il corpo, sia conservato irreprensibile per la venuta del Signore nostro Gesù Cristo" (I Tessalonicesi 5:23). Dio ci esorta a non "guastare" il nostro corpo, ormai divenuto il "Tempio di Dio" (cfr. I Corinzi 3:17). È facile, nei momenti bui della vita, lasciarsi andare allo scoraggiamento, ma quando Cristo diviene l'ancora di salvezza, anche se la barca della propria vita si troverà in mezzo alla tempesta, Dio la condurrà al porto tanto sospirato: "Egli riduce la tempesta al silenzio e le onde del mare si calmano. Si rallegrano alla vista delle acque calme, ed egli li conduce al porto tanto sospirato" (Salmi 107:29,30).

LA VERA BELLEZZA

Colui che sperimenta Cristo nella sua vita come personale Salvatore, riscopre l'amore per Dio, per la Sua Parola ed anche per se stesso. Il suo corpo non è più una prigione, ma il mezzo attraverso il quale servire il Signore con tutte le sue forze. Inoltre, colui che teme il Signore, scopre che Dio non guarda all'apparenza, ma al cuore: "...infatti il Signore non bada a ciò che colpisce lo sguardo dell'uomo: l'uomo guarda all'apparenza, ma il Signore guarda al cuore" (I Samuele 16:7).

La bellezza interiore, risultato della presenza dello Spirito Santo, fa risplendere il credente in questo mondo di tenebre: "Voi siete la luce del mondo. Una città posta sopra un monte non può rimanere nascosta, e non si accende una lampada per metterla sotto un recipiente; anzi la si mette sul candeliere ed essa fa luce a tutti quelli che sono in casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, affinché vedano le vostre buone opere e glorifichino il Padre vostro che è nei cieli" (Matteo 5:14-16).

Poiché la bulimia, così come l'anoressia, è un problema tipico dei giovani e soprattutto delle donne, le figlie di Dio posseggono quella bellezza interiore, che è il risultato della presenza del Suo Spirito in loro: "Il vostro ornamento non sia quello esteriore, che consiste nell'intrecciarsi i capelli, nel mettersi addosso gioielli d'oro e nell'indossare belle vesti, ma quello che è intimo e nascosto nel cuore, la purezza incorruttibile di uno spirito dolce e pacifico, che agli occhi di Dio è di gran valore" (I Pietro 3:3,4).

Non è necessario dunque possedere un corpo da fotomodella per essere felici e realizzate: Dio è la fonte di ogni nostra gioia. Colui che è "nato di nuovo", realizza giorno dopo giorno l'amore soddisfacente di Dio, grazie al quale riesce ad amare gli altri ed anche se stesso, tanto da poter dire: "Io ti celebrerò, perché sono stato fatto in modo stupendo. Meravigliose sono le tue opere, e l'anima mia lo sa molto bene" (Salmo 139:14).

BELLA... DA MORIRE
L'anoressia



Il concetto di bellezza può essere giustamente definito “singolare”. È evidente, purtroppo, quanto esso sia stato plagiato dalla televisione: modelle magrissime o vallette dai corpi perfetti, sfilando, ci ricordano che la nostra forma fisica non è al “Top”! Ormai essere magri è diventato sinonimo di bellezza e, negli ultimi tempi, questo messaggio è stato fin troppo recepito, per la maggior parte da ragazze adolescenti, che si sentono sempre meno a proprio agio nel loro corpo sottoposto a continui cambiamenti.

L'ANORESSIA

Ma fin dove si è disposti ad arrivare per ottenere una forma fisica impeccabile? Purtroppo molte ragazze, pur di perdere peso per corrispondere a questo canone estetico, ricorrono ad una cattiva e disordinata alimentazione o ad una dieta eccessivamente ferrea. Questi rimedi, nella maggior parte dei casi, provocano una progressiva perdita d'appetito che sfocia in un rifiuto permanente nei confronti del cibo e spesso anche dell'acqua. Ci si ritrova in un tunnel chiamato “anoressia” che, nell'ultimo ventennio, è diventato una vera e propria emergenza per la salute mentale, dati gli effetti devastanti che ha sulla vita degli adolescenti e dei giovani. Una persona diventa anoressica quando, riducendo o interrompendo la propria consueta alimentazione, scende sotto l'85% del peso normale, cioè di quello previsto in base all'età ed all'altezza (indice di massa corporea). Può manifestarsi in persone di diverse età, sesso, provenienza sociale, ma solitamente è più comune in giovani donne in età compresa tra i 15 e i 25 anni. Le associazioni mediche non esitano a definire l'anoressia una vera e propria epidemia che attraversa tutti gli strati sociali e le diverse etnie. Se non trattati in tempo e con metodi adeguati, i disordini alimentari possono diventare una condizione permanente e nei casi più gravi, portare alla morte. Secondo la classificazione internazionale delle malattie (ICD), l'anoressia è uno dei più importanti disturbi del comportamento alimentare.



LA SOLUZIONE

Le soluzioni al problema, date dagli specialisti dei disturbi dell'alimentazione, sono tante e diverse fra loro; ogni essere umano ha una storia a se e come tale, dinanzi ad una patologia come l'anoressia nervosa, andrebbe studiato in profondità, cosa alquanto improponibile da ogni punto di vista: basti pensare che l'anoressico/a, quasi mai chiede aiuto, anzi tende a chiudersi nei confronti del mondo. Ma senza nulla togliere alla scienza medica, esiste qualcuno che ci conosce meglio di noi stessi e che quindi può in qualsiasi momento intervenire e cambiare radicalmente ogni situazione, senza preclusione alcuna. Come cristiani "nati di nuovo", conosciamo la Persona in grado di risolvere in modo definitivo e radicale anche il problema "anoressia": Cristo Gesù è Colui che ha la risposta a tutti gli interrogativi umani. Il Suo invito è attuale più che mai: "Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo. Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mansueto e umile di cuore; e voi troverete riposo alle anime vostre; poiché il mio giogo è dolce e il mio carico è leggero" (Matteo 11.28).

Nell'Antico Testamento leggiamo che Dio stesso si preoccupò di cibare Elia nel momento più triste della sua vita. Per ben due volte l'Angelo dell'Eterno, teofania del figlio di Dio, provvide del cibo ad Elia, il quale, per la forza che quel cibo gli dette, riuscì a raggiungere Oreb, il monte di Dio (cfr. I Re 19:5-8).

La soluzione dunque è in Dio e nella Sua Parola. La Bibbia ci parla dell' "anoressica" Anna che rifiutò il cibo, perché era sterile e perché Peninna, sua rivale, la mortificava continuamente. A nulla valse l'incoraggiamento del marito: la sua tristezza era profonda: "Anna...piangeva e non mangiava più. Elcana, suo marito, le diceva: «Anna, perché piangi? Perché non mangi? Perché è triste il tuo cuore? Per te io non valgo forse più di dieci figli»? Ma Anna non aveva dimenticato che Dio era l'onnipotente e sebbene avesse l'animo pieno di amarezza, si rivolse a Lui in preghiera e il Signore la esaudì: "Così la donna se ne andò per la sua via, mangiò, e il suo aspetto non fu più quello di prima" (I Samuele 1:18). Anche uno dei salmisti aveva dimenticato, a causa dell'afflizione dell'anima sua, di mangiare il suo pane: "Il mio cuore, afflitto, inaridisce come l'erba tanto che dimentico di mangiare il mio pane" (Salmo 102:4). Tutto questo però svanisce nel momento in cui egli riflette sulla sovranità di Dio nella sua vita e su tutti i regni delle nazioni: "Ma tu, Signore, regni per sempre e il Tuo ricordo dura per ogni generazione" (Salmo 102:12).

Eliù, nel suo discorso rivolto al suo amico Giobbe, parla dello stato di chi nel dolore più profondo, rifiuta persino i cibi più squisiti, sino alla consumazione della carne e l'apparizione delle ossa: "Quand'egli ha in avversione il pane e lo ripugnano i cibi più

squisiti, la carne gli si consuma e sparisce, mentre le ossa, prima invisibili, gli escono fuori” (Giobbe 33:20).

Ma, anche in questo caso, l'intervento di Dio è risolutivo: la carne torna a coprire quelle ossa, divenendo fresca come quella di un bimbo: “Allora la sua carne divenne più fresca di quella di un bimbo; egli torna ai giorni della sua giovinezza” (Giobbe 33:25).

In un'epoca in cui l'apparire è più importante dell'essere, è interessante considerare che “Dio non guarda a ciò a cui guarda l'uomo; questi guarda all'apparenza, Dio riguarda al cuore” (I Samuele 16:7). Dio è la risposta ad ogni problema, anche all'anoressia: «Vi è forse qualcosa che sia troppo difficile per il Signore?» (Genesi 18:14).