

Francisco contra la gula: pidió una mejor relación con la comida

12/01/2024



-Al abordar la tradicional audiencia general de los miércoles el pecado capital de la gula, el papa Francisco pidió una mejor relación con la comida ante “los tantos desequilibrios y patologías», pues «se come demasiado, o demasiado poco y, a menudo, se come en soledad».

«Dime cómo comes, y te diré qué alma posees», señaló el Pontífice antes de sentenciar: “Desde un punto de vista social, es quizás el vicio más peligroso que está acabando con el planeta».

«Porque el pecado de quien cede ante una porción de torta, después de todo, no causa gran daño -explicó-, pero la voracidad con la que nos hemos desatado, desde hace unos siglos, hacia los bienes del planeta, está comprometiendo el futuro de todos».

En idéntica línea, sostuvo que «nos hemos abalanzado, sobre todo, para hacernos dueños de todo, cuando todo había sido consignado a nuestra custodia».

«Nos hemos convertido en depredadores, y ahora nos estamos dando cuenta de que esta forma de gula nos ha hecho mucho daño a nosotros y al medio ambiente», puntualizó.

CONSEJOS

“Es necesario poner atención no respecto al alimento en sí, sino respeto a nuestra relación con él», planteó Bergoglio en el encuentro celebrado en el aula Pablo VI del Vaticano.

También sostuvo que la relación con la comida “debe ser «redescubierta y valorada, sobre todo en las sociedades supuestamente de bienestar, donde se manifiestan tantos desequilibrios y patologías”.

En ese sentido, advirtió sobre la extensión de “los trastornos alimentarios, como anorexia, bulimia, obesidad, a menudo enfermedades muy dolorosas, ligadas principalmente con tormentos de la psiquis y del alma».

«La medicina y la psicología intentan atajar la mala relación con la comida -remarcó-, que es la manifestación de algo interior”.

En cuanto a esos “traumas internos”, mencionó la lucha entre “la predisposición al equilibrio o a la desmesura; la capacidad de dar gracias o la arrogante pretensión de autonomía; la empatía de quien sabe compartir la comida con los más vulnerables, o el egoísmo de quien lo acumula todo para sí mismo».