Peccato e controllo: sull'Ortodossia e i disordini alimentari

di Sarah Sparks
First Things, 21 maggio 2014
Pravoslavie.ru, 23 maggio 2014

Non si può incontrare l'Ortodossia senza incontrare cibo in abbondanza. I fedeli abitualmente non consumano il loro primo pasto fino a dopo aver ricevuto la comunione, e così mangiare insieme giunge a essere un criterio per definire la comunità. Insieme con i tempi della festa, quattro stagioni di digiuno si estendono per un periodo che dura complessivamente da 16 a 22 settimane ogni anno solare, dando origine a popolari libri di cucina ortodossi dotate di ampie sezioni "quaresimali" con ricette studiate appositamente per il digiuno.

Mentre mi rallegro del modo in cui i pasti condivisi possono unire i credenti, come cristiana ortodossa in fase di recupero dalla bulimia, trovo che l'enfasi ortodossa sul cibo sia una sfida impegnativa. I disturbi alimentari sono raramente discussi all'interno delle parrocchie ortodosse. Quando si solleva questo argomento, gli sforzi per garantire la solidità dottrinale inavvertitamente fissano "la risposta ortodossa" ai disturbi alimentari in un modo che sembra in contrasto con i consigli dei professionisti della medicina e della salute mentale.

È particolarmente interessante come la Chiesa ortodossa e i professionisti del trattamento dei disturbi alimentari hanno comprensioni notevolmente dissimili dei concetti di peccato e

di controllo.

La parola 'peccato' viene fuori con una frequenza sorprendente nel contesto del trattamento de disturbi alimentari. I professionisti del trattamento sono abituati a lavorare con persone di ogni parte dello spettro religioso, persone che credono di essere cattive, peccatrici, e in colpa in primo luogo per aver sviluppato disturbi alimentari, etichettando i loro sintomi di disturbo alimentare come esempi concreti del peccato nella loro vita. Alcuni cercano un trattamento dopo essere stati svergognati per i loro disturbi alimentari da parte dei membri delle loro comunità religiose, che usano la semplicistica soluzione "Va' e non peccare più" piuttosto che considerare la miriade di fattori che possono portare a un disturbo alimentare.

Notando questo, molti terapeuti dei disturbi alimentari tentano di modificare questi messaggi del genere "i disturbi alimentari sono peccati" nella loro versione più compassionevole, "i disturbi alimentari sono malattie". Nelle mie esperienze di trattamento, ho notato che i terapeuti separano spesso i concetti di peccato e di malattia, facendo in modo che i due termini si escludano a vicenda.

Senza una formazione forte, un cristiano ortodosso in fase di recupero da un disturbo alimentare può non riuscire a spiegare come il peccato è trattato olisticamente nella tradizione ortodossa. Inoltre, i pastori all'interno della Chiesa ortodossa liquidano troppo facilmente il concetto di peccato come visto dai terapeuti dei disturbi alimentari. La persona in fase di recupero e il direttore spirituale possono andare avanti e indietro tra le idee che ogni essere umano è un peccatore e che un disturbo alimentare è una malattia che richiede cure, senza mai capire appieno il divario linguistico esistente.

Questo ci porta al concetto del controllo. All'interno della tradizione spirituale ortodossa, il controllo è legato a un senso di matura padronanza di sé. Tuttavia, i terapeuti dei disturbi alimentari vedono il controllo quasi esclusivamente come un sintomo della malattia. Molte persone con disturbi alimentari usano il controllo sul cibo come strategia per affrontare esperienze caotiche, come i traumi, le più intense depressioni e i cambiamenti che si verificano nel corpo.

Così, i cristiani ortodossi in fase di ripresa da disturbi alimentari vivono all'intersezione tra la comunità del recupero e la comunità dei credenti ortodossi, trovandosi nella costante necessità di discernere i messaggi esatti che ogni comunità desidera inviare, al fine di perseguire la guarigione, l'integrità, e la *theosis*.

Quando un cristiano ortodosso in fase di recupero cerca di spiegare il motivo per cui i membri della Chiesa Ortodossa digiunano, è estremamente attento a inquadrare la questione in modo appropriato all'interno di una cornice terapeutica. Prendiamo, per esempio, san Basilio che dice: "Niente sottomette e controlla il corpo come la pratica della temperanza. È questa temperanza che serve al controllo delle passioni e dei desideri giovanili". Professionisti del trattamento rispondono sottolineando come sia assolutamente necessario cedere il controllo al fine di guarire dai disturbi alimentare. Mentre il controllo assume significati divergenti, il cristiano ortodosso si sente diviso tra fede e recupero.

Perché un altro sintomo dei disturbi alimentari può essere la ricerca di messaggi che glorificano i comportamenti distruttivi come la restrizione, una persona alle prese con

l'anoressia o la bulimia può interpretare certi consiglio dei Padri sul digiuno come qualcosa che glorifica i comportamenti di disturbo alimentare. Invece di esaltare continuamente l'auto-controllo, i cristiani ortodossi che forniscono cura pastorale farebbero meglio a fare riferimento a san Serafino di Sarov: "Si dovrebbe fare uso di cibo quotidiano nella misura in cui il corpo, fortificato, possa essere l'amico e assistente dell'anima nella pratica della virtù. In caso contrario, l'anima si può indebolire, perché è esaurita".

I cristiani ortodossi in fase di recupero possono educare i propri terapeuti al digiuno come medicina per l'anima, seguendo san Giovanni Crisostomo: "L'onore del digiuno infatti non consiste nell'astinenza dal cibo, ma nel ritiro dalle pratiche peccaminose". Se una persona usa il digiuno come una scusa per impegnarsi in comportamenti da disturbo alimentare, i direttori spirituali possono ricordare a quella persona che il digiuno da solo è incompleto senza le feste.

I direttori spirituali ortodossi dovrebbero sapere come questi concetti siano compresi all'interno della comunità dei terapeuti dei disturbi alimentari, ed è altrettanto vitale che i professionisti del trattamento riconoscere che non tutti gli usi di termini quali peccato e controllo corrispondono alle comuni definizioni occidentali. Come ospedale per le anime, la Chiesa può meglio aiutare le persone in fase di recupero a interpretare in modo corretto entrambi i gruppi di messaggi, nella speranza che i cristiani ortodossi con disturbi alimentari possano trovare il sostegno necessario.