



Sommario

1	ANORESSIA E BULIMIA	3
2	SOCIAL NETWORK: ISTRUZIONI PER L'USO	8
3	GIOVANI DEPRESSI	14
4	L'OROSCOPO: IL PERICOLO CHE VIENE DALLE STELLE	19
5	HALLOWEEN: LA NOTTE DELLE STREGHE	24
6	LA DONAZIONE DEGLI ORGANI	28
7	LA PASQUA: BIBBIA E STORIA	32
8	LA TELEVISIONE: SVAGO INNOCENTE O ARMA LETALE?	37
9	L'OMOSESSUALITÀ ALLA LUCE DELLA BIBBIA	42
10	IL GIOCO D'AZZARDO: UNA NUOVA DROGA	47
11	LA SCHIAVITÙ DELLO SHOPPING COMPULSIVO	52
12	LA FITNESS DIPENDENZA	57
13	I TATUAGGI E I PIERCING	62
14	CARNEVALE: CHE COSA C'È DIETRO LE MASCHERE?	67
15	LABORTO: UNA PRATICA INDEROGABILE?	72
16	L'EUTANASIA: PADRONI DELLA VITA?	77
17	FESTEGGIARE IL NATALE O CELEBRARE CRISTO?	82
18	LA CREMAZIONE DEI DEFUNTI	87
19	LA MEDICINA, LA MALATTIA E L'ANIMA	92
20	IL CREDENTE E L'USO DI ALCOLICI	98

Classe Biblica "Young" n. 1
Titolo: *Bibbia e Società*

© ADI-Media
Via della Formica, 23 - 00155 Roma
Tel. 06 2251825 - 06 2284970 Fax 06 2251432
Email: adi@adi-media.it | Internet: www.adi-media.it

Servizio Pubblicazioni delle Chiese Cristiane Evangeliche "Assemblee di Dio in Italia"
Ente Morale di Culto - D.P.R. 5.12.1959, n. 1349 - Legge 22.11.1988, n. 517.

Dicembre 2017 - *Tutti i Diritti Riservati*

Stampa: Rotomail Italia S.p.A. - Vignate (MI)

ISBN 978-88-3306-030-9



LEZIONE 1

Anoressia e bulimia

I termini “anoressia” e “bulimia” si riferiscono a quei disordini *compulsivi* [vedi glossario] alimentari, che sono sintomo di un grave malessere interiore (definiti DAP: Disturbi Alimentari Psicogeni). L'anoressia è il persistente rifiuto del cibo, determinato da un'intensa paura di acquistare peso, mentre la bulimia è una patologica avidità di cibo (fame da bue). Queste alterazioni alimentari sono talmente diffuse nella nostra società, da essere considerate una vera e propria epidemia, perché attraversano tutti gli strati sociali e le diverse etnie, sebbene interessino specialmente la fascia giovanile e generalmente le giovani ragazze. Spesso questi disturbi dipendono dalla sopravvalutazione dell'importanza della propria forma fisica e del proprio peso corporeo, dalla necessità di corrispondere ad un canone estetico.

I modelli sociali, falsati dai media (non tutti considerano che con un computer puoi intervenire sui difetti corporei e far apparire i personaggi famosi ben diversi da come sono realmente), richiedono infatti corpi perfetti, smunti ed esili, ed è gratificato chi riesce ad apparire in conformità a quei parametri di immagine e, quindi, di peso.

Chi invece non è abbastanza snello o non ha una corporatura scolpita si sente brutto e poco attraente, per cui il giovane, per essere considerato, si sente spinto a mangiare sempre meno (Proverbi 31:30).

Il mezzo per dimagrire sono appunto i comportamenti anoressici e bulimici.

Alla base di ogni disordine alimentare non c'è soltanto il fatto di sentirsi oggetto di derisione degli altri per la propria forma fisica.

Tutto questo potrebbe dipendere anche da problemi familiari, dall'essere trascurati dai genitori, da eventi traumatici (come la perdita di un caro o una separazione) o da continue frustrazioni nate da un sentimento di incapacità o inadeguatezza.

Quando il giovane inizia a sottoporsi ad una dieta eccessiva, sempre “fai da te” e senza il parere di un dietologo, in principio prova soddisfazione e piacere nel poter controllare completamente la propria astinenza dal cibo. L'autostima e la gratificazione di sé diventano direttamente proporzionali ai numeri che appaiono sulla lancetta della bilancia e a quanto riesce a vederli calare sempre più verso un numero inferiore.

Questo è l'inizio di un vortice incontrollato!

Quella dieta ossessiva, che in un primo momento potrebbe compiacere il giovane, in seguito però diventa la sua prigione, perché mangiare qualcosa in più crea una tale frustrazione che si tenta a tutti i costi di piegare la propria volontà al solo fine di liberarsi dal cibo. Così si comincia a pensare che sarebbe meglio affinare le “tecniche” per svuotare lo stomaco e ci si ritrova a mangiare qualsiasi cosa in quantità enormi per poi provocarsi forzatamente il vomito e così impedire l'assimilazione di quanto mangiato: si mangia e si vomita.

Lo stolto incrocia le braccia e divora la sua carne

Ecclesiaste 4:5

I disturbi compulsivi alimentari sono la conferma della fragilità umana, perché privano il corpo del fabbisogno necessario e ne compromettono il *metabolismo basale* [vedi glossario].



1. LA BIBBIA E LA CURA DEL PROPRIO CORPO

Genesi 2:16; Salmo 78:24; Matteo 6:26; 15:32

Dal punto di vista fisico l'uomo è una meravigliosa "macchina" che si alimenta ad "aria e cibo". Per compiere tutte le attività, razionali o fisiche che siano, e per mantenere il minimo di funzioni vitali, l'organismo consuma "energia", che viene acquisita dal cibo. Mentre ci si alimenta, il cibo viene trasformato in "mattoni" utili alla crescita fisica. Il Signore ha realizzato l'uomo in modo che nutrirsi sia una precisa e spontanea indicazione naturale, un *istinto* [vedi glossario]. La Bibbia ci insegna ad aver cura del nostro corpo per alcune importanti ragioni.

A. Perché siamo il tempio di Dio

Non sapete che siete il tempio di Dio e che lo Spirito di Dio abita in voi? Se uno guasta il tempio di Dio, Iddio guasterà lui; poiché il tempio di Dio è santo; e questo tempio siete voi

I Corinzi 3:16, 17

Il nostro corpo appartiene al Signore ed Egli ce ne ha affidato l'amministrazione. Ciascuno di noi dunque deve preoccuparsi di curarlo nel modo più opportuno, in quanto esso è "tempio di Dio". Quando ci alimentiamo con equilibrio, allora dimostriamo riverenza e rispetto verso il Signore e la Sua Parola, perché la Bibbia ci esorta a tenere il nostro corpo in onore (cfr. I Tessalonicesi 4:4).

APPROFONDISCI

La dieta è scelta e selezione dell'alimentazione e non certo la privazione del cibo. La Scrittura riporta diverse volte la pratica del digiuno (cfr. Il Cronache 20:3, 4), ma questo non può giustificare i disordini compulsivi alimentari.

1. *La Bibbia insegna la cura del corpo.* Gesù ha insegnato: "Dacci oggi il nostro pane quotidiano". In questo modo Egli ha illustrato il principio della quotidiana provvidenza di Dio e dell'uso legittimo del cibo. Il "pane quotidiano" sarebbe stato sufficiente ad essere consumato in quel giorno, senza però scadere in un qualsiasi eccesso, che sfocia inesorabilmente nel peccato. Il giorno dopo il Signore avrebbe nuovamente provveduto un'altra razione di cibo per alimentarci.
2. *Il digiuno era ed è ancora praticato nell'ambito della preghiera.* Il credente digiuna mentre insiste nella ricerca della volontà di Dio e mentre indica a se stesso che la comunione con il Signore è più importante dell'alimentazione. Il credente digiuna perché resta in preghiera e non perché rifiuta il cibo per fini estetici (Matteo 17:21; Atti 13:2).
3. *Bisogna astenersi dalle esagerazioni sia in eccesso e sia in difetto di cibo.* Le esagerazioni nell'alimentarsi sono peccato, sia in eccesso (Luca 21:34; Romani 13:13; I Pietro 4:3), sia in difetto (cfr. Efesini 5:29). L'anoressia e la bulimia sono un difetto nella cura del corpo fisico.

I credenti di Antiochia digiunavano "mentre celebravano il culto del Signore" (Atti 13:2).

I disturbi compulsivi alimentari sono profondamente dannosi perché determinano conseguenze devastanti per la salute e la vita. Come se non bastasse, compromettono la testimonianza che diamo agli altri di Dio, anche attraverso il nostro corpo (Luca 8:55).



L'apostolo Paolo scrive ai Corinzi di agire in modo che, vedendoli, gli uomini avrebbero potuto lodare il Signore (I Corinzi 10:31).

B. Perché il corpo deve essere protetto dall'insorgere di malattie

Alcune malattie sono causate proprio da un'alimentazione non corretta, per cui dobbiamo essere saggi nello scegliere cibi sani ed idonei alla nostra salute (Genesi 6:21). Evitiamo quegli alimenti che ci danneggiano, ma non certamente quelli che sono essenziali al fabbisogno quotidiano, alla crescita fisica e allo sviluppo intellettuale e morale.

Anoressia e bulimia invece determinano una grave malnutrizione e ciò comporta ulcere, danni permanenti ai tessuti dell'apparato digerente, disidratazione, danni cardiaci e al sistema nervoso, debilitazione fisica, depressione, senso di vergogna e di colpa, difficoltà a mantenere relazioni sociali e familiari, tendenza a comportamenti maniacali.



C. Perché la santità non riguarda soltanto lo spirito e l'anima

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

Il credente deve principalmente perseguire la salute spirituale come anche quella fisica, ma questi due aspetti non si possono sdoppiare. Il Signore a ragione vuole che ogni componente della nostra persona sia santo: lo spirito, l'anima e il corpo. Come dunque ricerchiamo la Parola di Dio e la preghiera per crescere in grazia e nella conoscenza davanti al Signore, così dobbiamo preoccuparci anche del benessere fisico e ciò è dovuto ad una corretta alimentazione. Questo è il risultato sia di sani pensieri e sia dell'ubbidienza alla volontà di Dio (cfr. Efesini 5:28).

2. LA POTENZA DELLA GRAZIA DI CRISTO

Giovanni 21:9, 12; Galati 5:1; I Timoteo 4:4

Questa lezione vuole farti riflettere sul pericolo di precipitare nel vortice incontrollato dei disturbi compulsivi alimentari, manifestazioni segnate anche dall'incapacità di prendersi cura con amore di sé stessi, dalla profonda solitudine e dalla paura continua di non sentirsi amati.

APPROFONDISCI

I dati comunicati in occasione del Congresso dell'Associazione nazionale dietisti confermano la drammaticità del fenomeno: ogni anno muoiono 200 persone ed il 50% dei malati convivono con il disturbo per il resto della vita. Quanti riescono a superare la malattia sono soltanto il 30%.

GLOSSARIO

"Compulsivo" generato da un impulso irrefrenabile o da una costrizione.

"Metabolismo basale" è la quantità di energia, che un organismo vivente consuma in condizione standard di riposo.

"Istinto" è un impulso naturale, congenito e immutabile, ad agire e comportarsi in un determinato modo; il movente naturale di ogni comportamento, finalizzato alla propria conservazione.



Nei paesi industrializzati come l' Italia, 8-10 ragazze su 100 tra i 12 e i 25 anni di età soffrono di disturbi del comportamento alimentare, di queste 1-2 nelle forme più gravi.

In Italia ci sono tre milioni di persone affette dai disturbi compulsivi, e nel 90% dei casi si tratta di donne. Le statistiche riportano inoltre tra le giovani una prevalenza dell' 1% di casi di bulimia, esattamente il doppio delle anoressiche, ma queste cifre sono certamente influenzate dal fatto che per le bulimiche è più facile rivolgersi ad un centro di cura.

Anoressia e bulimia stanno contagiando anche le mamme. Dati certi sulle over 40 non ce ne sono ancora poiché si tratta di una situazione recente, ma si registra un aumento delle richieste di aiuto proprio in questa fascia e in alcuni casi persino dopo i 55-60 anni.

Se avevi pensato di emulare gli altri che praticano l'anoressia o la bulimia perché si credono poco attraenti, evita di finire in questo circolo vizioso a livello spirituale e fisico. Inoltre, ricorda di non crederti tanto capace da provarci per poi uscire indenne solamente con le tue forze. Anche altri hanno creduto di poterci riuscire, ma sono rimasti succubi di queste complesse malattie.

Se poi stai già vivendo problemi di anoressia o di bulimia e, mentre consideri questa lezione, lo Spirito Santo ti convince del bisogno di essere liberato/a da una simile schiavitù, allora hai bisogno di considerare alcune importanti verità.

A. Riconosci la gravità della tua attuale condizione

La Bibbia ci insegna che è il peccato che rovina la nostra vita e ci spinge alla morte (Romani 6:23). Talvolta si identifica il peccato con cose eclatanti come il furto, l'adulterio o qualche altra grave manifestazione sociale. La Bibbia invece ci insegna che anche ciò che ha il potere di alterare la purezza di un istinto, sia in difetto sia in eccesso, è peccato. L'istinto della nutrizione è deturpato quando non si mangia, quando si mangia troppo o quando si mangia male. Hai dunque bisogno che Dio operi nella tua vita, liberandoti anche dalla schiavitù dei comportamenti compulsivi alimentari.

LA TRISTEZZA

Una componente da non sottovalutare, e che spesso cerca di albergare il nostro essere, è quella della tristezza. Come recitava un cantante del secolo scorso: "tristezza ... amica della mia malinconia facciamoci ancor oggi compagnia" (*Buon giorno Tristezza* - Claudio Villa). Un sentimento, un'emozione che non deve prendere il sopravvento, ma che deve essere affidata a Gesù: Colui che può aiutarci davvero, come fece con quei due discepoli sulla via di Emmaus, ai quali si avvicinò e parlò ed ai quali si rivelò. Può farlo anche con te!

B. Devi capire che soltanto il Signore ha la capacità di liberarti

Esistono medici specialisti come lo *psicoterapeuta* [vedi glossario], che possono aiutarti a ricomporre la tua struttura psicologica e possono darti un supporto teorico per affrontare malattie complesse come quelle in esame nella lezione. Il Signore però ha l'autorità di operare istantaneamente e perfettamente (Salmo 147:15). Ricorda che,

