

HOLY SEE PRESS OFFICE  
OFICINA DE PRENSA DE LA SANTA SEDE



BUREAU DE PRESSE DU SAINT-SIEGE  
PRESSEAMT DES HEILIGEN STUHLS

# **BOLLETTINO**

SALA STAMPA DELLA SANTA SEDE

N. 0024

Mercoledì 10.01.2024

## **L'Udienza Generale**

### **Catechesi del Santo Padre in lingua italiana**

### **Sintesi della catechesi e saluti nelle diverse lingue**

L'Udienza Generale di questa mattina si è svolta alle ore 9.00 nell'Aula Paolo VI, dove il Santo Padre Francesco ha incontrato gruppi di pellegrini e fedeli provenienti dall'Italia e da ogni parte del mondo.

Nel discorso in lingua italiana, il Papa, continuando il nuovo ciclo di catechesi su "I vizi e le virtù", ha incentrato la sua riflessione sul tema *La gola* (Lettura: *Pr* 23,15.20-21).

Dopo aver riassunto la Sua catechesi nelle diverse lingue, il Santo Padre ha indirizzato particolari espressioni di saluto ai fedeli presenti.

L'Udienza Generale si è conclusa con la recita del *Pater Noster* e la Benedizione Apostolica.

### **Catechesi del Santo Padre in lingua italiana**

*[Il testo qui di seguito include anche parti non lette che sono date ugualmente come pronunciate]*

Cari fratelli e sorelle, buongiorno!

In questo nostro cammino di catechesi che stiamo facendo sui vizi e le virtù, oggi ci soffermiamo sul vizio della *gola*.

Cosa ci dice il Vangelo a questo riguardo? Guardiamo a Gesù. Il suo primo miracolo, alle nozze di Cana, rivela la sua *simpatia nei confronti delle gioie umane*: Egli si preoccupa che la festa finisca bene e regala agli sposi una gran quantità di vino buonissimo. In tutto il suo ministero Gesù appare come un profeta molto diverso dal Battista: se Giovanni è ricordato per la sua ascesi – mangiava quello che trovava nel deserto –, Gesù è invece il

Messia che spesso vediamo a tavola. Il suo comportamento suscita scandalo in alcuni, perché non solo Egli è benevolo verso i peccatori, ma addirittura mangia con loro; e questo gesto dimostrava la sua volontà di comunione e vicinanza con tutti.

Ma c'è anche dell'altro. Mentre l'atteggiamento di Gesù nei confronti dei precetti ebraici ci rivela la sua piena sottomissione alla Legge, Egli però si dimostra comprensivo con i suoi discepoli: quando questi vengono colti in fallo, perché avendo fame colgono delle spighe di grano in giorno di sabato, Lui li giustifica, ricordando che anche il re Davide e i suoi compagni, trovandosi nel bisogno, avevano mangiato dei pani sacri (cfr *Mc* 2,23-26). E Gesù afferma un nuovo principio: gli invitati a nozze non possono digiunare quando lo sposo è con loro; digiuneranno quando lo sposo verrà loro tolto. Ormai tutto è relativo a Gesù. Quando Lui è in mezzo a noi, non possiamo essere in lutto; ma nell'ora della sua passione, allora sì, digiuniamo (cfr *Mc* 2,18-20). Gesù vuole che siamo nella gioia in sua compagnia – Lui è lo Sposo della Chiesa –; ma vuole anche che partecipiamo alle sue sofferenze, che sono anche le sofferenze dei piccoli e dei poveri.

Un altro aspetto importante. Gesù *fa cadere la distinzione tra cibi puri e cibi impuri*, che era una distinzione fatta dalla legge ebraica. In realtà – insegna Gesù – non è ciò che entra nell'uomo a contaminarlo, ma ciò che esce dal suo cuore. E così dicendo «rendeva puri tutti gli alimenti» (*Mc* 7,19). Per questo il cristianesimo non contempla cibi impuri. Ma l'attenzione che dobbiamo avere è quella interiore: dunque non sul cibo in sé, ma *sulla nostra relazione con esso*. E Gesù su questo dice chiaramente che quello che fa la bontà o la cattiveria, diciamo così, di un cibo, non è il cibo in sé ma la relazione che noi abbiamo con esso. E noi lo vediamo, quando una persona ha una relazione non ordinata con il cibo, guardiamo come mangia, mangia di fretta, come con la voglia di saziarsi e mai si sazia, non ha un rapporto buono con il cibo, è schiavo del cibo.

Questo rapporto sereno che Gesù ha stabilito nei confronti dell'alimentazione dovrebbe essere riscoperto e valorizzato, specialmente nelle società del cosiddetto benessere, dove si manifestano tanti *squilibri e tante patologie*. Si mangia troppo, oppure troppo poco. Spesso si mangia nella solitudine. Si diffondono i disturbi dell'alimentazione: anoressia, bulimia, obesità... E la medicina e la psicologia cercano di affrontare la cattiva relazione con il cibo. Una cattiva relazione con il cibo produce tutte queste malattie.

Si tratta di malattie, spesso dolorosissime, che per lo più sono legate ai tormenti della psiche e dell'anima. L'alimentazione è la manifestazione di qualcosa di interiore: la predisposizione all'equilibrio o la smodatezza; la capacità di ringraziare oppure l'arrogante pretesa di autonomia; l'empatia di chi sa condividere il cibo con il bisognoso, oppure l'egoismo di chi accumula tutto per sé. Questa domanda è tanto importante: dimmi come mangi, e ti dirò che anima possiedi. Nel modo di mangiare si rivela la nostra interiorità, le nostre abitudini, i nostri atteggiamenti psichici.

Gli antichi Padri chiamavano il vizio della gola con il nome di "gastrimargia", termine che si può tradurre con "follia del ventre". La gola è una "follia del ventre". E c'è anche questo proverbio: che noi dobbiamo mangiare per vivere, non vivere per mangiare. La gola è un vizio che si innesta proprio in una nostra necessità vitale, come l'alimentazione. Stiamo attenti a questo.

Se lo leggiamo da un punto di vista *sociale*, la gola è forse il vizio più pericoloso, che *sta uccidendo il pianeta*. Perché il peccato di chi cede davanti ad una fetta di torta, tutto sommato non provoca grandi danni, ma la voracità con cui ci siamo scatenati, da qualche secolo a questa parte, verso i beni del pianeta sta compromettendo il futuro di tutti. Ci siamo avventati su tutto, per diventare padroni di ogni cosa, mentre ogni cosa era stata consegnata alla nostra custodia, non al nostro sfruttamento! Ecco dunque il grande peccato, la furia del ventre: abbiamo abiurato il nome di uomini, per assumerne un altro, "consumatori". E oggi si dice così nella vita sociale: i "consumatori". Non ci siamo nemmeno accorti che qualcuno ha cominciato a chiamarci così. Siamo fatti per essere uomini e donne "eucaristici", capaci di ringraziamento, discreti nell'uso della terra, e invece il pericolo è di trasformarsi in predatori, e adesso ci stiamo rendendo conto che questa forma di "gola" ha fatto molto male al mondo. Chiediamo al Signore che ci aiuti nella strada della sobrietà, e che le varie forme di gola non si impadroniscano della nostra vita.

## Sintesi della catechesi e saluti nelle diverse lingue

### *In lingua francese*

#### **Speaker:**

Chers frères et sœurs,

Dans notre parcours sur les vices et les vertus, nous nous arrêtons aujourd'hui sur la gourmandise. Que Nous dit l'Évangile à son sujet ? Tout d'abord que Jésus est très différent du Baptiste et de son ascèse. Jésus est souvent vu à table, son premier miracle aux noces de Cana nous révèle sa sympathie pour les joies humaines. Vis-à-vis de la loi juive, Jésus fait tomber la distinction entre aliment pur ou impur, en enseignant que c'est ce qui sort du cœur de l'homme et non ce qui entre dans son corps qui le rend impur.

Dans nos sociétés du bien-être, qui voient tant de pathologies de l'alimentation, le rapport serein que Jésus a établi vis-à-vis de l'alimentation devrait être valorisé et redécouvert. Notre alimentation manifeste notre intériorité : équilibre ou démesure, action de grâce ou prétention d'autonomie arrogante, empathie du partage ou égoïsme de l'accumulation. D'un point de vue social la voracité vis-à-vis des biens de la planète met en danger l'avenir de tous. Soyons des personnes eucharistiques, capables de remercier et discrètes dans l'usage de la terre, et non des prédateurs. Que l'Évangile nous guérisse de toute gourmandise.

#### **Santo Padre:**

Saluto cordialmente le persone di lingua francese, in particolare i seminaristi del seminario di Parigi, il Collegio San Giuseppe di Aumale e la Capellania nazionale degli Artigiani della Festa. Il Signore sia la nostra vera unica fame. Dio vi benedica.

#### **Speaker:**

Je salue cordialement les personnes de langue française, en particulier: les séminaristes du séminaire de Paris, le Collège Saint Joseph d'Aumale, et l'Aumônerie nationale des Artisans de la Fête. Que le Seigneur soit notre unique véritable faim. Que Dieu vous bénisse.

[00043-FR.01] [Texte original: Français]

### *In lingua inglese*

#### **Speaker:**

Dear brothers and sisters: in our continuing catechesis on the vices and the virtues, we now consider the sin of gluttony. As a guest at the wedding feast of Cana, Jesus taught the goodness of food and drink, and the joy of table fellowship. Rejecting the ritual distinction between pure and impure foods, the Lord turns our attention to our personal relationship with the consumption of food. In societies troubled by eating disorders and which, all too often, waste great amounts of food even as many people in our world go hungry, our eating habits should be moderate and socially responsible. May the prayers we say in thanksgiving for God's gift of our daily bread, inspire us to be mindful of our responsibility towards others and virtuous in our enjoyment of the good things of this earth.

#### **Santo Padre:**

Do il benvenuto a tutti i pellegrini di lingua inglese presenti all'odierna Udienza, specialmente ai gruppi provenienti dalla Corea e dagli Stati Uniti d'America. Saluto inoltre i sacerdoti dell'Istituto di Formazione

Teologica Permanente del Pontificio Collegio Americano del Nord. Su tutti voi e sulle vostre famiglie invoco la gioia e la pace del Signore nostro Gesù Cristo! Dio vi benedica!

**Speaker:**

I greet all the English-speaking pilgrims and visitors taking part in today's Audience, especially those coming from Korea and the United States of America. I also welcome the priests from the Institute for Continuing Theological Education at the Pontifical North American College. Upon all of you, and upon your families, I invoke the joy and peace of Our Lord Jesus Christ. God bless you!

[00044-EN.01] [Original text: English]

*In lingua tedesca*

**Speaker:**

Liebe Brüder und Schwestern, unsere heutige Katechese handelt vom Laster der Unmäßigkeit im Essen und Trinken. Jesus erklärt im Hinblick auf die Speisen: Nicht was in den Menschen hineinkommt, sondern was aus ihm herauskommt, macht ihn unrein (vgl. *Mk 7, 20*). Dadurch macht der Herr deutlich, dass es auf das rechte Maß und die richtige innere Haltung zur Nahrung ankommt; diese geht in den Wohlstandsgesellschaften verloren, wenn entweder zu viel oder zu wenig gegessen wird. Die Unmäßigkeit hat sodann eine soziale Dimension, die in der Ausbeutung der Ressourcen unseres Planeten zutage tritt. Lassen wir uns durch das Evangelium von diesem Laster heilen, bewahren wir in Dankbarkeit die uns anvertraute Schöpfung und teilen wir ihre Gaben mit allen Brüdern und Schwestern.

**Santo Padre:**

Cari fratelli e sorelle, il Signore nell'Eucaristia si è fatto il nostro cibo celeste. Egli ci dia la forza necessaria per progredire nel cammino delle virtù e conformarci a Lui.

**Speaker:**

Liebe Brüder und Schwestern, der Herr hat sich in der Eucharistie zu unserer himmlischen Speise gemacht. Er gebe uns die notwendige Kraft, um auf dem Weg der Tugenden fortzuschreiten und ihm ähnlicher zu werden.

[00045-DE.01] [Originalsprache: Deutsch]

*In lingua spagnola*

Queridos hermanos y hermanas:

En esta catequesis meditamos sobre la gula, la locura del vientre como la llamaban los Padres antiguos. Jesús nos ha enseñado a ser capaces de amar la sana alegría de las bodas de Caná; a sentar a nuestra mesa a los pobres y a los pecadores, en signo de comunión; a no sujetarnos supersticiosamente a reglas de impureza, sino considerar todo como un don de Dios, confiado a nuestra custodia.

Sin embargo, cada vez más nuestra sociedad da muestras de haber perdido el sentido auténtico de la relación con los bienes de la tierra. Muchos trastornos alimenticios expresan el sufrimiento de tantas personas ante esta realidad. Hemos pasado de ser administradores de los bienes divinos, a ser consumidores, detentores de una voracidad insaciable que está destruyendo el planeta.

Saludo cordialmente a los peregrinos de lengua española. Pidamos al Señor recuperar el sentido eucarístico del

comer, en lo que tiene de acción de gracias a Dios por lo que nos da y de comunión con el hermano, con el compartinos la alegría de la fraternidad. Que Dios los bendiga. Muchas gracias.

[00046-ES.02] [Texto original: Español]

*In lingua portoghese*

**Speaker:**

Falo-vos, hoje, do vício da gula, tanto da gula pessoal como da gula social. Vista do ponto de vista social, a gula é talvez o vício mais perigoso, que está matando a Terra. Pois o pecado de quem cede diante duma fatia de bolo, tudo considerado, não causa grande dano, mas a voracidade, com que nos lançamos sobre o planeta, está a comprometer o futuro de todos. Renunciamos ao nome de homens, para assumir o de «consumidores». Ora, nós fomos feitos para ser mulheres e homens «eucarísticos», capazes de agradecer, morigerados no uso da Terra, e, em vez disso, transformamo-nos em predadores. Não é difícil dar-se conta de que esta forma de «gula» nos faz muito mal a nós e ao ambiente onde vivemos. Deixemos que o Evangelho nos cure do vício da gula.

**Santo Padre:**

Saluto i pellegrini di lingua portoghese, augurando di rendervi sempre conto di quanto la vita sia davvero un dono meraviglioso. Vegli sul vostro cammino la Vergine Maria e vi aiuti ad essere dovunque segno di fiducia e di speranza. Su di voi e sulle vostre famiglie scenda la Benedizione di Dio.

**Speaker:**

Saúdo os peregrinos de língua portuguesa, com votos de que sempre possais dar-vos conta do dom maravilhoso que é a vida. Vele sobre o vosso caminho a Virgem Maria e vos ajude a ser, por todo o lado, sinal de confiança e esperança. Sobre vós e vossas famílias desça a Bênção de Deus.

[00047-PO.01] [Texto original: Português]

*In lingua araba*

**Speaker:**

لاقو، لئاضف لاول لئادزل اعوضوم في هوميل عت راطا في هه ارش لة لذي ذر لى لع موي ل ابا ل اة س ادق م لك ت  
ة ج ع ل ا ع ن ص ف ر م خ ل ا ت ع ر ف ا م د ن ع ل ل ي ل ج ل ا ا ن ا ق س ر ع ي ف ك ل ذ ي ر ن و ، س ا ن ل ا ح ا ر ف ا ع م ه ف ط ا ع ت ع و س ي ر ه ط ا  
ع و س ي ن ا ك و . م ه ص ف ر ي ن ا ك ع م ت ج م ل ا ن ا ل م ه م ع م س ل ج ي ن ا ك ، م ه م ل ك ا ي و ا ط خ ل ا ع م ه د ا م ل ا ي ل ع س ل ج ي ن ا ك و  
ي ف ح م ق ل ل ا ل ب ا ن س ا و ف ط ق ا م ل م ه ر ر ب ف ، ن ي ع ا ج ل ا . و ذ ي م ا ل ت ع م ا م ه ف ت م ن ا ك ه ن ا ا ل ، ا ع ي ر ش ل ا ي ل ع ا ظ ف ا ح م  
ا م د ن ع ، ا س ج ن ل ا ا م ع ط ا ل ا و ا ر ه ا ط ل ا ا م ع ط ا ل ا ن ي ب ز ي م ت ل ا ع و س ي ي غ ل ا : ه ت س ا د ق ل ا ق و . ا و ل ك ا ي ل ل ت ب س ل ا م و ي  
ا ن ه ب ن ي ت ل ا ا ن ن ا م ط م ل ا ا ق ا ل ع ل ا ه ذ ه . و ب ل ق ن م ج ر خ ي ا م ل ب ، ه س ج ن ي ي ذ ل ا و ه ن ا س ن ا ل ا ل خ د ي ا م ل ك س ي ل ل ا ق  
ت س ي ل ه ن ا ا ن ل ل و ق ي ن ا د ي ر ي ع و س ي . ا ه ر د ق ن و د ي د ج ن م ا ه ف ش ت ك ن ن ا ا ن ي ل ع ، ا ا ذ غ ل ا ص و ص خ ب ع و س ي ا ه ي ل ا  
ن ا ن ك م ي ي ت ل ل ا ل ا ذ ر ل ا ر ط خ ا ن م ي ه ه ا ر ش ل ا ا ل ي ذ ر . ا ه ب ف ر ص ت ن ف ي ك ل ب ، ا ل ك ش م ل ا ي ه ا ه س ف ن ا م ع ط ا ل ا  
و ت ا ر ي خ ع م ا ط ا خ ل ا ل ا م ا ع ت ب ب س ب ا ن ب ك و ك ل ت ق ت و ا ن ل ت ق ت .

**Santo Padre:**

Saluto i fedeli di lingua araba. Per rimanere fedeli alla loro vocazione, i cristiani che nel battesimo si sono «rivestiti di Cristo» (Gal 3,27), sono chiamati a vivere «amore, gioia, pace, magnanimità, benevolenza, bontà,

fedeltà, mitezza, dominio di sé» (Gal 5,22). Il Signore vi benedica tutti e vi protegga sempre da ogni male!

**Speaker:**

ي ف (27، 3 طالغ عجار) "حيسم الا اوس بل" نيدلا نوحييسم الا. اة بربعلا لابل نيقطانلا نينموم الا يي حأ نامي الاوق الخ الا مرك وفطل الا وربص الاو مالسل الاو حرف الاو بحم الا" اوشي عي نا اى لا نووع دم، اة دوم عم الا ارس لك نم امئاد مك امحو اعيمج برل مك كراب. موهت وعدل انم اوق بي يتح (22، 5 طالغ غ) "ف افع الاو ع ادول او

[00048-AR.01] [Testo originale: Arabo]

*In lingua polacca*

**Speaker:**

Drodzy bracia i siostry, w naszym cyklu katechez o wadach i cnotach skupiamy się dzisiaj na wadzie *łakomstwa*. Co na ten temat mówi nam Ewangelia? Otóż Jezus, czyniąc pierwszy cud w Kanie Galilejskiej, obdarował młodą parę dużą ilością dobrego wina. W odróżnieniu od Jana Chrzciciela, często widzimy Go przy stole wśród grzeszników. Co więcej, podporządkowując się prawu żydowskiemu, Jezus nie sprzeciwił się uczniom, którzy w dzień szabatu, podobnie jak król Dawid i jego towarzysze, z głodu, zrywali kłosa pszenicy. Chrześcijaństwo nie skupia się też nad pokarmami czystymi i nieczystymi, lecz *na naszej relacji do nich*. Zostaliśmy stworzeni, aby być mężczyznami i kobietami „eucharystycznymi”, zdolnymi do dziękczynienia, powściągliwymi w korzystaniu z ziemi; my jednak przyjęliśmy postawę drapieżników, która wyrządziła wiele szkód nam i środowisku życia. Pozwólmmy, aby Ewangelia uleczyła nas z łakomstwa osobistego i społecznego.

**Santo Padre:**

Saluto cordialmente i polacchi. All'inizio del nuovo anno, è importante ricordare che la pace, tanto voluta da tutti, nasce nel cuore dell'uomo. Maria, Regina della Pace, vi sostenga affinché i vostri progetti e le vostre decisioni nascano dal desiderio di bene per voi stessi, per le vostre famiglie, per la vostra Patria e per il mondo intero. Vi benedico di cuore.

**Speaker:**

Pozdrawiam serdecznie Polaków. Na początku Nowego Roku ważne jest, aby pamiętać, że pokój, którego tak wszyscy pragniemy, rodzi się w sercu człowieka. Niech Maryja, Królowa pokoju, wspiera was, by wasze plany i decyzje wypływały z pragnienia dobra swojego, waszych rodzin, Ojczyzny i całego świata. Z serca Wam błogosławię.

[00049-PL.01] [Testo originale: Polacco]

*In lingua italiana*

Rivolgo un cordiale benvenuto ai pellegrini di lingua italiana. In particolare saluto i fedeli di Terracina, quelli di Canosa di Puglia e gli studenti di Frosinone.

Il mio pensiero va infine ai giovani, ai malati, agli anziani e agli sposi novelli - sono tanti! -: tutti invito ad operare sempre nella novità di vita che ci indica il Figlio di Dio, incarnatosi per salvare l'uomo.

Rinnoviamo la nostra vicinanza con la preghiera alla cara popolazione Ucraina così provata e a quanti soffrono l'orrore della guerra in Palestina e Israele, come pure in altre parti del mondo. Preghiamo, preghiamo per questa gente che è sotto la guerra e preghiamo il Signore perché semini nel cuore delle Autorità dei Paesi il seme della pace.

A tutti la mia Benedizione!

[00050-IT.02] [Testo originale: Italiano]

[B0024-XX.02]

---