

# LE VIRTÙ CARDINALI

## LA TEMPERANZA

### Sereno equilibrio dell'ordine interiore

"Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano e fu condotto dallo Spirito nel deserto dove, per quaranta giorni, fu tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni; ma quando furono terminati ebbe fame. Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, dì a questa pietra che diventi pane». Gesù gli rispose: «Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo». Il diavolo lo condusse in alto e, mostrandogli in un istante tutti i regni della terra, gli disse: «Ti darò tutta questa potenza e la gloria di questi regni, perché è stata messa nelle mie mani e io la do a chi voglio. Se ti prostri dinanzi a me tutto sarà tuo». Gesù gli rispose: «Sta scritto: Solo al Signore Dio tuo ti prostrerai, lui solo a-dorerai». Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul pinnacolo del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, buttati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordine per te, perché essi ti custodiscano; e anche: essi ti sosterranno con le mani, perché il tuo piede non inciampi in una pietra». Gesù gli rispose: «È stato detto: Non tenterai il Signore Dio tuo». Dopo aver esaurito ogni specie di tentazione, il diavolo si allontanò da lui per ritornare al tempo fissato" (Lc 4,1-13).

### Nell'orizzonte della libertà

Con il racconto delle tentazioni nel deserto, Luca dà inizio alla missione di Gesù con quella che potremmo chiamare *la scelta di Dio* nella propria vita, attraverso **il primato della Parola di Dio e l'esercizio del dominio di sé, cioè della temperanza nella fermezza.**

Dopo essere stato battezzato da Giovanni, Gesù si prepara al ministero dell'evangelizzazione. **La missione pastorale di Gesù viene originata non dall'azione ma dalla contemplazione.** Prima di evangelizzare Gesù sente il bisogno di un periodo di riflessione e di incontro personale con il Padre; un **periodo per mettere ordine nelle sue scelte e chiarire a se stesso come vuole essere Evangelizzatore, come essere Messia secondo il cuore del Padre.**

Lo Spirito Santo conduce Gesù nel **deserto, simbolo dello spazio aperto dell'anima e della libertà dell'uomo. Il deserto è anche il luogo in cui si impara a scegliere o a rinnegare Dio, è luogo della estrema solitudine.**

Gesù ha coscienza di essere Figlio di Dio, di essere egli stesso Dio. **Spinto dai morsi della fame vorrebbe trasformare le pietre in pane, ma si autocontrolla - ecco la temperanza - facendo memoria della parola di Deuteronomio: «Non di solo pane vivrà l'uomo» (Dt 8,3).** C'è qualcosa "oltre il pane" che sazia la fame dell'uomo: è la parola di Dio, cibo che sazia perché *libera dentro*. E Gesù sceglie, nonostante la fame, quest'altro cibo.

Come Dio, Gesù sa che può essere un *Messia potente e ricco*: la sua parola è potente più di ogni altro potere umano. Ma Gesù, **nell'esercizio della temperanza, frena l'umano desiderio di potenza e ricchezza; sa che la ricchezza schiavizza e che solo di Dio l'uomo può essere "schiavo": Dio è una ricchezza che libera!** «Solo al Signore Dio tuo ti prostrerai, lui solo adorerai» (Dt 6,13).

**La terza prova di Gesù è molto sottile, è la tentazione tipica dei "credenti navigati":** è vero, non di solo pane vive l'uomo ma della parola di Dio. Ora Gesù sa che la parola di Dio nei Salmi dice: «Ai suoi angeli darà ordine per te, perché essi ti custodiscano... essi ti sosterranno con le loro mani, perché il tuo piede non inciampi in una pietra» (Sal 91,11-12). Qui la tentazione è *piegare la Parola* per soddisfare i propri interessi. Perciò Gesù rispose: «È stato detto: Non tenterai il Signore Dio tuo» (Dt 6,16).

**Nessun uomo riesce a mantenersi fedele alle sue scelte senza una continua lotta.** La tentazione è la situazione abituale di ogni uomo, perché «il vostro nemico, il diavolo, come leone ruggente va in giro cercando chi divorare. Resistetegli saldi nella fede» (1Pt 5,8-9).

**Per liberare l'umanità Gesù ha dovuto liberare se stesso da desideri, attese e pretese non in sintonia con la verità** dell'Amore e, pur sottoposto alla prova, esce vittorioso dal confronto con satana. Perciò, «proprio per essere stato messo alla prova ed avere sofferto personalmente, è in grado di venire in aiuto a quelli che subiscono la prova» (Eb 2,18).

## Moderazione ed equilibrio

«Vivere bene altro non è che amare Dio con tutto il proprio cuore, con tutta la propria anima e con tutto il proprio agire. Gli si dà (con la temperanza) un amore totale che nessuna sventura può far vacillare (e questo mette in evidenza la fortezza), un amore che obbedisce a Lui solo (e questo mette in evidenza la giustizia), che vigila al fine di discernere ogni cosa, nel timore di lasciarsi sorprendere dall'astuzia e dalla menzogna (e questa è la prudenza)» (Sant'Agostino).

**La temperanza è una virtù che modera l'attrattiva dei piaceri e rende capaci di equilibrio nell'uso dei beni creati.** Essa assicura il dominio della volontà sugli istinti e mantiene i desideri entro i limiti dell'onestà. **La persona temperante orienta al bene i propri appetiti sensibili.** «Per questo mettete ogni impegno per aggiungere alla vostra fede la virtù, alla virtù la conoscenza, alla conoscenza la temperanza, alla temperanza la pazienza, alla pazienza la pietà, alla pietà l'amore fraterno, all'amore fraterno la carità... Quindi, fratelli, cercate di rendere sempre più sicura la vostra vocazione e la vostra elezione. Se farete questo non inciamperete mai» (2Pt 1,5-10).

## Ordine interiore

**Il fine a cui tende la temperanza è la pax animi secondo Tommaso d'Aquino, intendendo con "animo" il centro delle decisioni dell'uomo e con "pace" l'ordinamento interiore e l'equilibrio interno dell'uomo.** È quindi chiaro che non si tratta di una tranquillità soggettiva; non si tratta neppure di quella placidità soddisfatta, che può accompagnarsi con l'angusto orizzonte di una vita facile e comoda; né raffigura l'apatia inerte e fredda dello spirito. **Si tratta piuttosto della pace interiore, quale sigillo e frutto dell'ordine.**

L'elemento distintivo della temperanza (rispetto alle altre virtù cardinali) è il suo esclusivo rapporto all'operante stesso. La prudenza guarda alla realtà concreta di tutti gli esseri; la giustizia regola i rapporti con gli altri; la fortezza è resistenza nella prova. **Temperanza significa prendere di mira se stessi e la propria condizione, dirigere sguardo e volontà su noi stessi.**

**Ora, l'uomo ha due modi di convergere su se stesso: l'uno disinteressato e generoso, l'altro egoistico. Solo il primo è capace di produrre un'auto-conservazione, il secondo è distruttore.** La temperanza è auto-conservazione generosa e disinteressata. L'intemperanza è auto-distruzione, che si attua attraverso il degenerare egoistico delle forze dell'io. La temperanza disciplina e corregge qualsiasi egoistico sovvertimento dell'ordine interiore, sul quale si fonda e vive la persona morale. **«L'uomo temperante è colui che è padrone di se stesso, colui nel quale le passioni non prendono il sopravvento sopra la ragione, sulla volontà e neanche sul "cuore"»** (Giovanni Paolo II).

## Autocontrollo e "cura di sé"

**La temperanza, a livello psicologico, è anzitutto autocontrollo:** non si tratta di non godere (di un bene, una relazione, un sentimento), e nemmeno di godere il meno possibile: non sarebbe virtù ma tristezza, non moderazione ma impotenza; si tratta piuttosto di *godere meglio*. La temperanza è *moderazione* nei desideri, che ha come effetto la garanzia di un piacere più puro e più pieno. E' un gusto *illuminato, dominato e coltivato*. **È quella moderazione grazie alla quale restiamo padroni dei nostri piaceri, anziché esserne schiavi.**

**La temperanza è un mezzo per la libera autonomia.** Essere temperanti è sapersi accontentare di poco, ma non è il poco che conta: è il dominio di sé, è la gioia per ciò che si è e si ha, e di cui si può far dono agli altri. In fondo, si tratta di un lavoro del desiderio su se stesso: una sorta di "cura di sé". **Questo richiamo alla temperanza vale soprattutto per la nostra società opulenta, dove si muore e si soffre più spesso per intemperanza che per carestia o ascetismo.**

## Amore totale e radicale

Vivere bene altro non è che amare Dio con tutto il proprio cuore, con tutta la propria anima e con tutto il proprio agire. Con la temperanza si dà alla vita un amore totale che nessuna tentazione fa vacillare, un amore che obbedisce a Dio solo e vigila al fine di discernere ogni cosa. **Con il peccato, però, l'uomo tende ad amare più se stesso che Dio.** La temperanza perciò disciplina e corregge quest'egoistico sovvertimento dell'ordine interiore, sul quale si fonda la persona umana. Tutte le forme di cupidigia che violano l'ordine interiore - quali il desiderio di soddisfare i propri istinti sessuali, l'alcoolismo, la megalomania, l'iracondia furiosa - sono sempre accompagnate dalla *disperazione del finito*.

L'uomo, che nella sua caparbia sregolatezza mira a soddisfare il proprio compimento nell'ambizione o nel piacere, cammina a grandi passi verso la disperazione. Con ciò non si vuol intendere che il mangiare e il bere, il piacere sessuale e ogni altro istinto al godimento sensibile siano da condannare. Questi istinti in sé sono buoni, ma nel momento in cui sono regolati dalla giusta misura e dall'ordine conveniente.

## Passione e resistenza

La temperanza ha una stretta relazione anche con *l'ira*. Spesso si vuole scorgere unicamente in essa l'aspetto d'intemperanza, l'elemento disordinato e negativo. In realtà l'ira rappresenta l'espressione più chiara dell'energia umana nel conseguire un «bene arduo», nel superare una contrarietà, un'avversità. Essa è la vera passione di difesa e di resistenza dell'anima. Quando, però, diventa sregolata e infrange l'ordine di ragione diviene male, si trasforma in collera, astio e spirito di vendetta. La collera oscura lo sguardo intellettuale prima ancora che esso abbia potuto percepire la realtà oggettiva e giudicarla; l'astio e il rancore avvelenano l'animo.

**«La temperanza ci aiuta a dominare nervosismi, ir-ritazioni, scatti d'ira, piccole e grandi vendette, magari anche nell'ambito della famiglia e dell'amicizia»** (C. M. Martini). Perciò la temperanza è *sorella della mansuetudine*, la quale porta l'uomo al massimo grado della padronanza di sé. La mansuetudine, però, non consiste nell'indebolire o nel reprimere l'appetito irascibile, ma nel disciplinarlo e moderarlo.

Il potere distruttore dell'intemperanza sovverte anche le qualità della prudenza, cioè riflessione, giudizio, risoluzione. Alla ponderatezza del consigliarsi con se stesso subentrano avventatezza e leggerezza, un giudizio precipitoso che non sa attendere le valutazioni della ragione, instabilità del cuore che in balia del fluttuare delle emozioni indisciplinate non può pervenire a rette risoluzioni.

## Epifania di Bellezza

La temperanza, in quanto disciplina e tutela l'ordine interiore dell'uomo, manifesta il dono della bellezza, perché di luminosa bellezza risplende il temperante. La bellezza è qui intesa nel suo senso originario, quale splendore del vero e del bene. La bellezza della temperanza ha un volto spirituale e luminoso. L'infantile disordine dell'intemperanza invece, non solo deturpa e rovina la bellezza, ma corrompe il cuore. Infatti, a causa dell'intemperanza, l'uomo diviene incapace e restio a mantenere il "cuore intatto" contro il potere della bramosia del male.

Sul volto di un uomo non è tanto facile leggere i segni della sua giustizia o ingiustizia interiore. Invece la temperanza o l'intemperanza si rivelano chiaramente nel volto e nell'agire di una persona. Come la grazia dello Spirito così la temperanza non resta puramente nell'interiorità. Essa si svela nei tratti del volto, nell'agire e negli atteggiamenti dell'uomo. In essa serenamente si dispiega la luminosa quiete dell'anima. L'uomo o la donna di fede, pur nel travaglio e nella lotta della vita, vive di radiosa speranza fortificata dalla temperanza.

Perciò «nessuna parola cattiva esca più dalla vostra bocca; ma piuttosto parole buone che possano servire per la necessaria edificazione, giovando a quelli che ascoltano. E non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, col quale foste segnati per il giorno della redenzione» (Ef 4,29-30). Coloro che vivono solo per se stessi, invece, sono «accecati nei loro pensieri, estranei alla vita di Dio... Diventati così insensibili, si sono abbandonati alla dissolutezza, commettendo ogni sorta di impurità con avidità insaziabile» (Ef 4,18-19).

**Secondo Giovanni Cassiano, il senso intimo della temperanza è la *purità di cuore* e «ad essa conducono la solitudine, i digiuni, veglie e penitenze». Pertanto, «vigilate attentamente sulla vostra condotta, comportandovi non da stolti, ma da uomini saggi; profittando del tempo presente, perché i giorni sono cattivi. Non siate perciò inconsiderati, ma sappiate comprendere la volontà di Dio. E non ubriacatevi di vino, il quale porta alla sfrenatezza, ma siate ricolmi dello Spirito, intrattenendovi a vicenda con salmi, inni, cantici spirituali, cantando e inneggiando al Signore con tutto il vostro cuore, rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo» (Ef 5,15-20).**

### **Spunti di riflessione**

- Il primato della Parola di Dio è il segreto della vita cristiana e della temperanza: che spazio ha la Parola nella mia vita? E nella vita della mia comunità ?
- La libertà come la intendo ? Anche come libertà di dire di no a desideri, azioni, passioni ?
- Quali sono gli appetiti, gli istinti a cui no so dire di no ?
- Trovo aiuto nella comunità cristiana ?
- C'è un ordine nella mia vita? E' orientato al bene ? E nella mia comunità, c'è un ordine, con priorità vere?
- Si manifesta l'ira nella mia vita?