



La Santa Sede

PAPA FRANCESCO

UDIENZA GENERALE

Aula Paolo VI

Mercoledì, 31 gennaio 2024

[[Multimedia](#)]

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

Catechesi. I vizi e le virtù. 6. *L'ira*

Cari fratelli e sorelle, buongiorno!

In queste settimane stiamo trattando il tema dei vizi e delle virtù, e oggi ci soffermiamo a riflettere sul vizio dell'*ira*. È un vizio particolarmente tenebroso, ed è forse il più semplice da individuare da un punto di vista fisico. La persona dominata dall'*ira* difficilmente riesce a nascondere questo impeto: lo riconosci dalle mosse del suo corpo, dall'aggressività, dal respiro affannoso, dallo sguardo torvo e corruciato.

Nella sua manifestazione più acuta l'*ira* è un vizio che non lascia tregua. Se nasce da un'ingiustizia patita (o ritenuta tale), spesso non si scatena contro il colpevole, ma contro il primo malcapitato. Ci sono uomini che trattengono l'*ira* sul posto di lavoro, dimostrandosi calmi e compassati, ma che una volta a casa diventano insopportabili per la moglie e i figli. L'*ira* è un vizio dilagante: è capace di togliere il sonno e di farci macchinare in continuazione nella mente, senza riuscire a trovare uno sbarramento ai ragionamenti e ai pensieri.

L'*ira* è un vizio *distruittivo dei rapporti umani*. Esprime l'incapacità di accettare la diversità dell'altro,

specialmente quando le sue scelte di vita divergono dalle nostre. Non si arresta ai comportamenti sbagliati di una persona, ma getta tutto nel calderone: è l'altro, l'altro così com'è, l'altro in quanto tale a provocare la rabbia e il risentimento. Si comincia a detestare il tono della sua voce, i banali gesti quotidiani, i suoi modi di ragionare e di sentire.

Quando la relazione arriva a questo livello di degenerazione, ormai si è smarrita la lucidità. L'ira fa perdere la lucidità. Perché una delle caratteristiche dell'ira, a volte, è quella di non riuscire a mitigarsi con il tempo. In quei casi, anche la distanza e il silenzio, anziché quietare il peso degli equivoci, lo ingigantiscono. È per questo motivo che l'apostolo Paolo – come abbiamo ascoltato – raccomanda ai suoi cristiani di affrontare subito il problema e di tentare la riconciliazione: «*Non tramonti il sole sopra la vostra ira*» (Ef 4,26). È importante che tutto si scioglia subito, prima del tramonto del sole. Se durante il giorno può nascere qualche equivoco, e due persone possono non comprendersi più, percependosi improvvisamente lontane, la notte non va consegnata al diavolo. Il vizio ci terrebbe svegli al buio, a rimuginare le nostre ragioni e gli sbagli inqualificabili che non sono mai nostri e sempre dell'altro. È così: quando una persona è dominata dall'ira, sempre dice che il problema è dell'altro; mai è capace di riconoscere i propri difetti, le proprie mancanze.

Nel "Padre nostro" Gesù ci fa pregare per le nostre relazioni umane che sono un terreno minato: un piano che non sta mai in equilibrio perfetto. Nella vita abbiamo a che fare con debitori che sono inadempienti nei nostri confronti; come certamente anche noi non abbiamo sempre amato tutti nella giusta misura. A qualcuno non abbiamo restituito l'amore che gli spettava. Siamo tutti peccatori, tutti, e tutti abbiamo i conti in rosso: non dimenticare questo! Perciò tutti abbiamo bisogno di imparare a perdonare per essere perdonati. Gli uomini non stanno insieme se non si esercitano anche nell'arte del perdono, per quanto questo sia umanamente possibile. Ciò che contrasta l'ira è la benevolenza, la larghezza di cuore, la mansuetudine, la pazienza.

Ma, a proposito dell'ira, c'è da dire un'ultima cosa. È un vizio terribile, si diceva, sta all'origine di guerre e di violenze. Il proemio dell'Iliade descrive "l'ira di Achille", che sarà causa di "infiniti lutti". Ma non tutto ciò che nasce dall'ira è sbagliato. Gli antichi erano ben consapevoli che in noi sussiste una parte irascibile che non può e non deve essere negata. Le passioni in qualche misura sono inconsapevoli: capitano, sono esperienze della vita. Non siamo responsabili dell'ira nel suo sorgere, ma sempre nel suo sviluppo. E qualche volta è bene che l'ira si sfoghi nella giusta maniera. Se una persona non si arrabbiasse mai, se non si indignasse davanti a un'ingiustizia, se davanti all'oppressione di un debole non sentisse fremere qualcosa nelle sue viscere, allora vorrebbe dire che quella persona non è umana, e tantomeno cristiana.

Esiste una santa indignazione, che non è l'ira ma un movimento interiore, una santa indignazione. Gesù l'ha conosciuta diverse volte nella sua vita (cfr Mc 3,5): non ha mai risposto al male con il male, ma nel suo animo ha provato questo sentimento e, nel caso dei mercanti nel Tempio, ha compiuto un'azione forte e profetica, dettata non dall'ira, ma dallo zelo per la casa del Signore (cfr

Mt 21,12-13). Dobbiamo distinguere bene: una cosa è lo zelo, la santa indignazione, un'altra cosa è l'ira, che è cattiva.

Stia a noi, con l'aiuto dello Spirito Santo, trovare la giusta misura delle passioni, educarle bene, perché si volgano al bene e non al male. Grazie.

Saluti

Je salue cordialement les personnes de langue française, particulièrement les jeunes provenant des établissements scolaires de France. Frères et sœurs, apprenons à nous exercer à l'art de la réconciliation et du pardon afin de vaincre le vice de la colère et d'ouvrir des voies de paix dans nos relations quotidiennes. Que Dieu vous bénisse !

[Saluto cordialmente le persone di lingua francese, in particolare i giovani provenienti dagli Istituti scolastici di Francia. Fratelli e sorelle, impariamo a praticare l'arte della riconciliazione e del perdono per superare il vizio dell'ira e aprire vie di pace nelle nostre relazioni quotidiane. Dio vi benedica!]

I greet all the English-speaking pilgrims and visitors taking part in today's Audience, especially those coming from the United States of America. Upon all of you, and upon your families, I invoke the joy and peace of Our Lord Jesus Christ. God bless you!

[Do il benvenuto ai pellegrini di lingua inglese presenti all'odierna Udienza, specialmente ai gruppi provenienti dagli Stati Uniti d'America. Su tutti voi e sulle vostre famiglie invoco la gioia e la pace del Signore nostro Gesù Cristo! Dio vi benedica!]

Liebe Brüder und Schwestern deutscher Sprache, der heilige Johannes Bosco hat vielen jungen Menschen in ihrer Not geholfen und sie mit seinem apostolischen Eifer zu Christus geführt. Bezeugen auch wir der Jugend, dass Christus in unser Leben kommen möchte, um es mit der Freude zu erfüllen, die nur er geben kann.

[Cari fratelli e sorelle di lingua tedesca, San Giovanni Bosco ha aiutato molti giovani nelle loro difficoltà e, con il suo zelo apostolico, li ha portati a Cristo. Testimoniamo anche noi alla gioventù che Cristo vuole entrare nella nostra vita per colmarla di quella gioia che solo Lui può dare.]

Saludo cordialmente a los peregrinos de lengua española. Pidamos al Señor ser conscientes de nuestra debilidad frente a la ira, de modo que cuando surja podamos encauzarla positivamente, para que esta no nos domine, sino que la transformemos en un santo celo por el bien. Que Dios los bendiga. Muchas gracias.

Queridos peregrinos de língua portuguesa, a todos vos saúdo, convidando-vos a pedir ao Senhor uma fé grande para verdes a realidade com os olhos de Deus, e uma grande caridade para vos aproximardes das pessoas com o seu coração misericordioso. Sobre vós e vossas famílias, desça a bênção do Senhor.

[Nel salutarvi tutti, cari pellegrini di lingua portoghese, vi invito a chiedere al Signore una fede grande per guardare la realtà con lo sguardo di Dio, e una grande carità per accostare le persone con il suo cuore misericordioso. Su di voi e sulle vostre famiglie, scenda la benedizione del Signore.]

يَذَّلُّا وَكُسُوبِ أَنْ حَوِي سِي دِقْلَا رَاكَ ذَاتِ يَفِ مَوِي لَّا. ةِّي بَرَعَلَا ةَ لَلْبَابِ نِي قِطَانَلَا نِي نَمُومَلَا يِّي حُأ
مِهَوِي شَنْتُونَامِي لَالَا يَلَعَبَابِشَلَا اُوْبَرْتَفِ، وَبِ اُوْدَتَقَتْنَا اِلْمَكُوعِدَا، بَابِشَلَا اَرِي ثَكْمَتَهَا
ءُوخَالَا اُوْمَالَسَلَابِ ةِّي رَشَبَلَا مَعْنَتِ هِي لَضَفَالْبِقْتَسْمَلَجَا نَمِ، نَهْمَلَا اُوْمَوْلَعَلَا فَلَ تَخْمِ يَلَع
!رَشَلْكَ نَمِ اَمَّءَادِ مَكَامَحَوَا عِي مَجْبُرَلَا مَكْكَرَابِ. ةَنِي نَامُطَلَا اُو

[Saluto i fedeli di lingua araba. Oggi, nella memoria di San Giovanni Bosco, che ebbe molta cura dei giovani, vi invito a imitarlo, educando i giovani alla fede e formandoli nelle diverse scienze e professioni, per un futuro migliore, in cui l'umanità possa godere di pace, fratellanza e tranquillità. Il Signore vi benedica tutti e vi protegga sempre da ogni male!]

Serdecznie pozdrawiam polskich pielgrzymów. Nowy Rok rozpoczęliśmy od zaproszenia do budowania pokoju na świecie, w Ojczyźnie, w rodzinie, w swoim sercu. Pamiętajcie, że pokój można budować tylko na prawdzie. Niech troska o wspólne dobro, właściwe panowanie nad gniewem i wzajemne przebaczenie, jeden drugiemu, pomogą wam budować cywilizację miłości w waszej obecnej sytuacji. Z serca błogosławię wam i waszym rodzinom.

[Saluto cordialmente i pellegrini polacchi. Abbiamo iniziato il Nuovo Anno con l'invito a costruire la pace nel mondo, nella vostra Patria, nelle vostre famiglie, nel vostro cuore. Ricordate che la pace può essere costruita solo sulla verità. La sollecitudine per il bene comune, il giusto controllo dell'ira e il perdono reciproco, uno con l'altro, vi aiutino a costruire la civiltà dell'amore nella vostra situazione attuale. Benedico di cuore voi e le vostre famiglie.]

* * *

Domani, in Italia, si celebra la *Giornata Nazionale Vittime Civili di Guerra*. Al ricordo orante per quanti sono deceduti nei due conflitti mondiali, associamo anche i tanti – troppi – civili, vittime inermi delle guerre che purtroppo insanguinano ancora il nostro pianeta, come accade in Medio Oriente e in Ucraina. Il loro grido di dolore possa toccare i cuori dei responsabili delle Nazioni e suscitare progetti di pace. Quando si leggono storie di questi giorni, nella guerra, c'è tanta crudeltà, tanta! Chiediamo al Signore la pace, che è sempre mite, non è crudele.

Rivolgo un cordiale benvenuto ai pellegrini di lingua italiana. In particolare saluto i sacerdoti che partecipano al corso di formazione promosso dalla Pontificia Università della santa Croce, i fedeli della parrocchia Cristo Divino Lavoratore di Ancona, gli alunni dell'Istituto Caetani di Cisterna di Latina, la banda musicale di Villa Santo Stefano.

Il mio pensiero va infine ai giovani, ai malati, agli anziani e agli sposi novelli. Invoco su di voi la protezione di San Giovanni Bosco, che oggi la Chiesa ricorda, affinché possa rendere feconda la vocazione di ciascuno nella Chiesa e nel mondo. A tutti la mia Benedizione!