

(3) FRUTTO DELLO SPIRITO È MODERAZIONE E AUTOCONTROLLO

Introduzione

Continuiamo le nostre riflessioni sulla morale neotestamentaria — che abbiamo anche chiamato morale *sociale* perché riguarda il vivere insieme, il vivere in comunione secondo il Vangelo - ispirandoci sempre al testo della *lettera* di san Paolo *ai Galati* là dove parla del frutto dello Spirito nella vita quotidiana:

«Il frutto dello Spirito, invece, è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé. Contro queste cose non c'è legge» (5,22-23).

Meditiamo questa volta sull'ultimo di questi atteggiamenti, il **dominio di sé**, che preferisco tradurre con *autocontrollo* (in greco *enkràteia*), e su un altro atteggiamento fondamentale per la vita sociale del cristiano, che è la **moderazione**. Vi accorgete che non compare nella lista della *lettera ai Galati*, ma ricorre per esempio nella *lettera ai Filippesi*:

«Rallegratevi nel Signore sempre; ve lo dico ancora, rallegratevi. La vostra moderazione sia nota a tutti» (4,4-5).

Il termine greco *epieíkeia*, tradotto talora in senso tecnico *epikéia*, *epikía*, viene espresso nella lingua italiana con diversi sostantivi, come vedremo.

Dobbiamo chiedere allo Spirito santo di aiutarci a comprendere questi suoi frutti e a disporci per ottenerli. Finora abbiamo trattato della cordialità (o amore) che è la radice della morale evangelica, e della bontà operosa, la bontà della mano: due atteggiamenti facili a definirsi, pur se possono essere fraintesi.

L'autocontrollo e la moderazione fanno da contorno, da cornice al quadro dell'uomo e della donna nuovi, dell'uomo e della donna che vivono in Cristo; non sono quindi così centrali come i precedenti atteggiamenti, e tuttavia sono importantissimi.

I - FRUTTO DELLO SPIRITO È MODERAZIONE

* La parola *epieíkeia* appare 7 volte nel Nuovo Testamento, con qualche variante, quasi sempre in contesti di carattere morale o esortativo. Nel brano della *lettera ai Filippesi*, che ho sopra ricordato, si traduce con «*moderazione*» o anche con «*affabilità*». Ancora Paolo, nella *seconda lettera ai Corinti* la usa per indicare la «*mansuetudine*» di Gesù:

«Ora io stesso, Paolo, vi esorto per la dolcezza e la mansuetudine di Cristo, io davanti a voi così meschino, ma di lontano così animoso con voi» (10,1).

È interessante notare che *epieíkeia* si trova nel libro degli *Atti degli Apostoli* là dove inizia il grande discorso di Paolo di fronte al procuratore Felice. Paolo vuole difendersi da un'accusa che potrebbe portarlo alla morte, l'accusa di propagare la dottrina nuova di Gesù, e comincia a parlare in maniera retorica dicendo:

«La lunga pace di cui godiamo grazie a te e le riforme che ci sono state in favore di questo popolo grazie alla tua provvidenza, le accogliamo in tutto e per tutto, eccellentissimo Felice, con profonda gratitudine. Ma per non intrattenerti a lungo, ti prego di darci ascolto nella tua clemenza» (24,3-4).

Clemenza o *benevolenza* è un altro modo per tradurre il termine greco, come pure «condiscendenza».

E quindi un atteggiamento che si riferisce ad una realtà complessiva.

* Lo definirei perciò come *il rispetto profondo verso la persona dell'altro da parte di colui che ha una qualunque autorità o potere*.

E allora anzitutto l'atteggiamento del legislatore verso i sudditi, di chi è alla Camera dei Deputati o al Senato, di chi è al Governo; l'atteggiamento del giudice verso l'imputato; quello del funzionario, del burocrate verso i cittadini. È una sorta di attenzione premurosa alla situazione del singolo.

Se ben calibrata, la moderazione rende una società felice; se invece viene a mancare, la società è spigolosa, difficile da vivere, piena di conflitti. Analogamente, questo atteggiamento vale per i genitori nei riguardi dei figli, vale per i maestri nei riguardi degli scolari, vale per i docenti universitari nei riguardi degli studenti (evita le «baronie», i «baroni»).

E l'atteggiamento del Vescovo verso i preti, i diaconi e i fedeli; l'atteggiamento dei preti e dei diaconi verso i laici. È l'atteggiamento di chiunque tratti con un altro di cui ha una certa responsabilità, magari piccola.

Epieíkeia è rispetto, affabilità, accessibilità, moderazione, duttilità ed equilibrio nell'applicare le leggi, i regolamenti; è la capacità di saper prevedere anche le opportune eccezioni nei regolamenti. È condiscendenza verso i deboli. Condiscendenza non nel senso negativo del termine, quasi si volesse giocare al ribasso con la legge, col diritto, con l'osservanza. Proprio perché ama la legge, l'osservanza, il diritto, la persona che vive l'atteggiamento della moderazione comprende chi è debole, si rende conto che non ce la fa e vorrebbe aiutarlo a fare di più; si mette dunque sullo stesso gradino dell'altro per sostenerlo in modo che salga un altro gradino, che compia un passo avanti.

Nel caso particolare del diritto, si chiama appunto moderazione o clemenza, a dire la giusta preoccupazione che un uomo o una donna non sia schiacciato dalla legge, ma mediante la legge cresca e fiorisca come persona, società, gruppo. Per questo è un atteggiamento fondamentale nella vita sociale.

E ha delle applicazioni molto importanti per esempio nelle carceri: chi ha *epieíkeia* vorrebbe che il carcere non fosse un luogo che umilia e deprime, bensì uno strumento che riconcilia, riabilita, restituisce il detenuto alla famiglia e alla società. E un atteggiamento che guarda alla legge tenendo conto sì della sua rigorosa osservanza, però soprattutto del fine per cui è nata. Riguarda dunque ogni cittadino, riguarda anche ogni cristiano.

* Potrei portare esempi molteplici di questo frutto dello Spirito che è la moderazione.

Un esempio eroico è Gesù, Figlio del Padre, con la sua condiscendenza nell'Incarnazione, con il suo abbassarsi al nostro livello, con il suo farsi come uno di noi perfino nella morte pur di ricuperarci alla vita.

Stupendo, in proposito, un brano della *lettera ai Filippesi*, che cito nel suo contesto prossimo:

«Rendete piena la mia gioia con l'unione dei vostri spiriti, con la stessa carità, con i medesimi sentimenti. Non fate nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma ciascuno di voi, con tutta umiltà, consideri gli altri superiori a se stesso, senza cercare il proprio interesse, ma anche quello degli altri». E poi spiega perché dobbiamo comportarci così: «Aviate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini» (2,2-7).

Proprio perché Gesù ha spogliato se stesso per divenire uno di noi, siamo invitati all'etica nuova del Vangelo, espressa qui da Paolo nei primi versetti: «Rendete piena la mia gioia... non fate nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma ciascuno di voi consideri gli altri superiori». Questo significa l'atteggiamento della moderazione nella pratica della vita cristiana.

Mi piace inoltre ricordare l'esempio di un uomo che ho conosciuto personalmente e che ha abitato nella casa dove abito io, in questa biblioteca da cui vi parlo: Paolo VI, quando era Arcivescovo di Milano. Paolo VI colpiva immediatamente per la sua affabilità, per l'umiltà, per il rispetto che aveva verso ogni interlocutore, per la sua capacità di mettere ciascuno a proprio agio, per l'atteggiamento sincero di attenzione e di ascolto con chiunque gli parlasse.

Sant'Ambrogio è un altro esempio significativo. Uomo nobile e di grande dignità, era accessibile a tutti, si faceva vicino alla gente e inizia il suo libro su *La penitenza* con le seguenti parole:

«Se il fine essenziale delle virtù è quello di rendere perfetto il maggior numero di persone, la più bella di tutte è la *moderazione*, che non offende nemmeno coloro che giudica colpevoli e suol rendere degni di perdono quelli stessi che ha condannato».

* Quali allora gli atteggiamenti contrari alla moderazione?

Non posso diffondermi nell'elencarli, ma sono molti e, purtroppo, frequenti, dannosi perché rodono il corpo sociale. Pensiamo all'arroganza, alla petulanza, alla rozzezza, alla presunzione, alla supponenza, alla scontrosità, alla maleducazione (nei servizi pubblici, nei rapporti tra persone). Mentre il Vangelo risana e riedifica la società, tutte queste cose la degradano.

II - FRUTTO DELLO SPIRITO È AUTOCONTROLLO

Il dominio di sé o autocontrollo è molto collegato alla moderazione.

* È l'atteggiamento che *esige da sé il rispetto dell'altro e che tiene a bada i propri sentimenti o istinti di potere, di prevaricazione, la voglia di approfittare di chi ci sta intorno quando è un po' più debole, più povero, meno colto di noi.*

L'autocontrollo evita ogni senso di superiorità, ogni violenza non solo fisica ma pure verbale nei rapporti; evita anche ogni violenza morale, ogni violenza subdola, in particolare quella sessuale giustamente tanto deprecata dall'opinione pubblica.

L'autocontrollo evita lo sfruttamento della dignità altrui, l'abuso che è sempre brutto e diviene drammatico allorché viene fatto su minori. Dobbiamo però sottolineare che non c'è soltanto l'abuso sui minori; si può ugualmente abusare di un adulto e con apparente consenso da parte sua, sfruttandolo o calpestandone la dignità, magari per denaro.

È perciò fondamentale questo frutto dello Spirito, che evita di cercare il proprio tornaconto, il proprio comodo, il proprio piacere a danno della dignità o dell'interesse di una persona. E, possiamo dire, una *virtù sociale basilare*.

* Ci chiediamo: in che senso allora è frutto dello Spirito, è virtù cristiana ed evangelica?

Una virtù sociale assume la coloritura evangelica quando non si limita alla correttezza esterna - imposta dalle leggi, dalle abitudini, dall'educazione -, ma *scaturisce spontaneamente dal cuore buono*, cioè dalla cordialità e dalla bontà effettiva; e quando vede, nel volto del prossimo, il volto di Cristo Gesù. Vuole quindi sempre e solo il bene dell'altro, mai il suo male.

L'apostolo Paolo, nel testo della *lettera ai Galati* che guida le nostre catechesi, ha un'espressione che può sembrare strana: «contro queste cose» - amore, gioia, pace... dominio di sé - «*non c'è legge*» (5,23).

Significa che quegli atteggiamenti, quel frutto, sono al di là, oltre la legge, superano ogni positivismo giuridico, ogni rigidità. In essi la legge si rivela al meglio e va oltre se stessa.

Dunque, la morale evangelica scaturisce dallo Spirito, non da una legge o da una buona educazione.

Possiamo così penetrare meglio nel pensiero di Paolo e nel pensiero di Pietro ascoltando due brani esemplificativi dell'etica neotestamentaria.

«Voi, fratelli, siete stati chiamati a libertà. Purché questa libertà non divenga un pretesto per vivere secondo la carne, ma mediante la carità siate a servizio gli uni degli altri. Tutta la legge infatti trova la sua pienezza in un solo precetto: amerai il prossimo tuo come te stesso. Ma se vi mordete e divorate a vicenda, guardate almeno di non distruggervi gli uni gli altri! Vi dico dunque: camminate secondo lo Spirito e non sarete portati a soddisfare i desideri della carne». (Gal 5,13-16)

Pietro, dal canto suo, descrive una comunità dove c'è concordia, partecipazione alle gioie e ai dolori degli altri, per poi concludere con un'affermazione stupenda:

«Siate tutti concordi, partecipate delle gioie e dei dolori degli altri, animati da affetto fraterno, misericordiosi, umili; non rendete male per male, né ingiuria per ingiuria, ma, al contrario, rispondete beneducendo; poiché a questo siete stati chiamati per avere in eredità la benedizione. Infatti - ecco la conclusione - chi vuole amare la vita e vedere giorni felici, trattenga la sua lingua dal male e le sue labbra da parole d'inganno». (1Pt 3,8-10)

Notiamo: «amare la vita», la vita propria e altrui. E la sintesi della morale cristiana che insegna appunto ad amare la vita, a vivere giorni felici, a mostrare che la vita è bella.

E una morale che tende a realizzare una società armonica, bella e vivibile.

III - DOMANDE PER UN ESAME DI COSCIENZA

Ritengo utile proporvi **quattro domande** per un esame di coscienza.

1. *Nell'esercizio delle mie responsabilità, dove potrei prevaricare più facilmente?*
2. *Come mi comporto con chi mi fa perdere tempo?*

La nostra è una società molto permissiva, ma molto gelosa del proprio tempo, per cui ci irritiamo facilmente sia con i seccatori — che fanno perdere tempo per definizione - sia con i malati, con gli anziani, con i bambini. Pare a noi che ci tolgano minuti preziosi e quindi ci irrigidiamo, diventiamo rapidi, intrattabili.

Qual è dunque la mia moderazione, la mia benignità, la mia pazienza, la mia affabilità, il dominio di me, l'autocontrollo nei riguardi delle stesse persone di casa che mi fanno perdere tempo? Non dimentichiamo che la pace domestica è un valore fondamentale.

3. *Come esigo l'osservanza dei regolamenti, degli orari, anche degli orari di casa?*

Con negligenza, con sciattezza, lasciando correre tutto oppure con rigidità e con irosità?

E necessario trovare sempre il giusto mezzo nei rapporti tra persone, negli orari, nella vita quotidiana.

4. Infine, la domanda più importante: *come vedo negli altri Gesù Cristo?*

Se vediamo Gesù negli altri abbiamo adempiuto a tutta la legge della vita sociale e cristiana.

Signore Gesù, tu che hai promesso lo Spirito santo per rafforzarci nella fede, speranza e carità, rendici nel mondo testimoni del tuo amore. Amen.