

I padri del deserto dicevano che «se è possibile, bisogna impedire che la collera penetri fino al cuore; se vi è già, fare in modo che non si manifesti nel viso; se vi si mostra, custodire la propria lingua per cercare di preservarla; se è già sulle labbra, impedire di passare negli atti, e vegliare per eliminarla al più presto dal cuore». È proprio qui che si situa quella capacità di pazienza, di sentire in grande, che per l'uomo è l'arte di convivere con l'imperfezione e l'inadeguatezza presente in sé, negli altri e nella realtà; pazienza che significa anche sopportare, cioè sup-portare, sostenere gli altri nelle loro debolezze, che prima o poi sono anche le nostre. Infine una precisazione: si farebbe torto al sentimento dell'ira se si considera soltanto la direzione distruttiva. L'ira (lo sdegno) è anche sana reazione di fronte a situazioni moralmente inaccettabili. In questo senso, la Sacra Scrittura parla dell'ira di Dio; presenta Gesù in preda allo sdegno e alla collera che fustiga il male. L'uomo non è fatto soltanto di fredda razionalità e di calcolata volontà: la passione appartiene alla natura umana e l'ideale morale non consiste nel farla tacere, ma ne darle la giusta direzione. La causa della pace, della giustizia, della salvaguardia del creato, ha bisogno di persone che si appassionino, si sdegnino, protestino quando questi valori sono violati e disprezzati. In presenza della violenza e dell'immoralità, pubblica e privata, occorre scuotere gli animi e risvegliarli dall'indifferenza, apatia, rassegnazione, rinuncia, e suscitare giusta indignazione.

ESPOSIZIONE

**ATTENZIONE! IL PROSSIMO INCONTRO SARA' CON
IL NOSTRO ARCIVESCOVO, GIUSEPPE BETORI, non il 2°
lunedì (perché è pasquetta!) ma l'ULTIMO lunedì del mese**

Il 27 APRILE ore 21.15

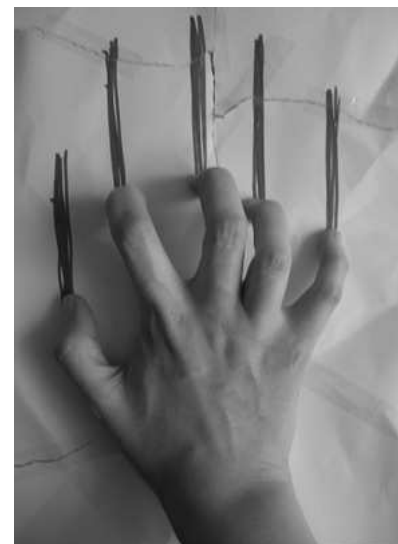
in questa chiesa di S. Frediano al Cestello

**pregheremo per le VOCAZIONI alla vita consacrata
sul tema: "SO A CHI HO DATO FIDUCIA" (2 Tm 1,12)**

Le modalità rimangono le stesse per quanto riguarda la partecipazione alla Messa in Seminario (ore 19.00) e alla cena (ore 20,00), sempre preavvisando.

7 vizi capitali

Pregiera vocazionale con la Comunità del Seminario – 9 marzo 2009



Ira

*“...non tramonti il sole sopra la vostra ira..”,
(Ef 4,26)*

Dal Vangelo di Matteo (5,21-26).

« Avete inteso che fu detto agli antichi: Non uccidero; chi avrà ucciso sarà sottoposto a giudizio. Ma io vi dico: chiunque si adira con il proprio fratello, sarà sottoposto a giudizio. Chi poi dice al fratello: stupido, sarà sottoposto al sinedrio; e chi gli dice: pazzo, sarà sottoposto al fuoco della Geenna. Se dunque presenti la tua offerta sull'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare e va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna ad offrire il tuo dono. Mettiti presto d'accordo con il tuo avversario mentre sei per via con lui, perché l'avversario non ti consegna al giudice e il giudice alla guardia e tu venga gettato in prigione. In verità ti dico: non uscirai di là finché tu non abbia pagato fino all'ultimo spicciolo! »

Quando si parla del **vizio dell'ira** si parla di un'**ira disordinata**, di una passione che ha perso il controllo e che 'si lascia andare' in maniera eccessiva, esagerata e, in ultima analisi, ingiusta. L'ira eccessiva finisce così, paradossalmente, per distruggere quel bene e quella giustizia che avrebbe dovuto contribuire a tutelare. In realtà l'esperienza insegna che non è affatto facile tenere l'ira sotto controllo. Questo spiega forse il perché dell'omonimia fra la passione e il vizio. La difficoltà a moderare l'ira deriva dal fatto che la passione tende a offuscare la ragione. Dopo uno scatto di collera può accadere che ci si pente di quello che abbiamo detto o fatto, perché a mente fredda ci si accorge che non si siamo comportati in maniera ragionevole, ma ormai è troppo tardi. Perdere il controllo nel gestire la propria ira può risultare estremamente umiliante e non poche volte pericoloso, eppure accade di frequente a tante persone. Il peccato d'ira diventa vizio quando l'incapacità di gestire il moto passionale diventa abituale e la degenerazione della passione non è più un episodio, ma una disposizione abituale.

L'antidoto al vizio dell'ira è la virtù della **mansuetudine**. Non è né indifferenza, né incapacità di indignarsi di fronte al male, ma capacità di moderare e disciplinare la passione dell'ira in modo da non perdere mai di vista il vero bene, nostro e degli altri.

Ci si dovrebbe indignare di fronte alle vere ingiustizie e invece, spesso, ci si arrabbia per cose obiettivamente di poco conto che però percepiamo soggettivamente pesanti, quando vengono toccati i 'nostri nervi scoperti', i nostri 'talloni di Achille: i punti deboli della nostra personalità. Dall'incapacità di gestire le 'ferite' nascoste del nostro 'profondo' deriva l'incapacità di gestire l'ira che a volte ci sorprende. Non dimentichiamoci però che il Signore potrà guarire le nostre ferite se lo lasciamo entrare nella profondità del nostro cuore con la fede, la speranza e l'amore.

Di solito s'identifica il vizio dell'ira con la collera, ma in realtà sono tre le tipologie dell'ira indisciplinata: **la collera, l'astio e lo spirito di vendetta** che corrispondono a tre categorie di iracondi individuate da Aristotele: gli acuti, che s'infiammano subito e perdono il controllo della ragione; gli amari, che covano

rancore nel silenzio e si ritrovano come macigno sul cuore; e gli implacabili, che meditano la vendetta da gustare 'come un piatto freddo'.

Le varie tipologie d'ira interagiscono nel nostro vissuto, anche nelle comunità cristiane, nei luoghi di lavoro, nella vita di famiglia, nelle relazioni di amicizia e, non ultimo, nei rapporti di coppia, contribuendo non poco a complicarci la vita. È triste trovarsi a dire cose nel modo sbagliato e al momento sbagliato, è ancora più triste non riuscire a perdonare e a essere perdonati, più triste ancora è una vendetta freddamente pianificata.

Per tutti i mali e per tutti i vizi c'è comunque una via d'uscita, una terapia. E di fronte ai disastri e alle tragedie che l'ira può produrre non ci si deve stancare di affermare le 'ragioni della ragione'.

Personalmente non trovo terapia migliore che quella di collocarsi disarmati di fronte alla parola del vangelo, lasciandosi da questa trapassare il cuore: *« Infatti la parola di Dio è viva, efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, delle giunture e delle midolla e scruta i sentimenti e i pensieri del cuore »* (Eb 4,12).

Uno strumento elementare di lotta contro la collera è costituito dalla capacità di abitare il silenzio e la solitudine in modo profondo e intelligente, consentendo loro di divenire spazio per placare i nostri fantasmi interiori; la solitudine e il silenzio sono necessari per lottare contro le compulsioni del falso «io», che, sempre minacciato dalla possibilità dell'insuccesso e della non affermazione sugli altri, si apre alla collera. Solo chi sa stare in silenzio e in solitudine a lungo sarà anche capace di spegnere la collera che lo abita. La presa di distanza da ciò che si fa, dall'ambiente in cui si vive, è un'occasione per ritrovare la pace, per far tacere la collera che tende a diventare una presenza nascosta e costante, una rabbia che si accumula e ci dà un volto, un modo di fare che non suscita simpatia in chi ci circonda: «infatti le conseguenze della collera sono sempre più gravi della causa che la ispirano», osservava Marco Aurelio. Più in profondità, però, per sconfiggere la collera occorre la capacità di porsi una semplice ma decisiva domanda: chi è l'altro per me? È una persona con cui entrare in relazione, di cui essere custode, oppure è qualcuno da dominare a mio piacimento, fino a negare la sua stessa esistenza? Il grande Seneca consigliava: «Mettiti al posto di chi ti fa adirare e vedrai che è una falsa valutazione di te stesso a renderti collerico, cioè il non volere subire cose che vorresti fare». Concretamente, si tratta di giungere ad assumere comportamenti improntati a dolcezza e mitezza: esercitarsi alla mansuetudine per noi comporta almeno la necessità di porre un limite all'ira che ci assale, in modo da evitare di giungere a parole o atti che possano ferire chi ci è accanto.