

...con temperanza

Rm 1,19-23

Ciò che di Dio si può conoscere è loro manifesto; Dio stesso lo ha manifestato a loro. Infatti le sue perfezioni invisibili, ossia la sua eterna potenza e divinità, vengono contemplate e comprese dalla creazione del mondo attraverso le opere da lui compiute. Essi dunque non hanno alcun motivo di scusa perché, pur avendo conosciuto Dio, non lo hanno glorificato né ringraziato come Dio, ma si sono perduti nei loro vani ragionamenti e la loro mente ottusa si è ottenebrata. Mentre si dichiaravano sapienti, sono diventati stolti e hanno scambiato la gloria del Dio incorruttibile con un'immagine e una figura di uomo corruttibile, di uccelli, di quadrupedi e di rettili.

Prima di partire alla scoperta di questa virtù e di questa pagina di san Paolo, fermati un istante in silenzio e, dopo aver fatto con attenzione il segno della croce, chiedi al Padre di mandare su di te il dono dello Spirito Santo. Puoi usare queste parole: *Signore, poni la tua mano sul mio capo, soffia su di me il tuo Santo Spirito. Donami sensi umili per ascoltarti in questa tua Parola, sensi puri per vederti nella mia vita, sensi d'amore per servirti nelle mie giornate, sensi di fede per abitare in te.*

Ed ora, eccoci qua! La parola chiave del fumetto e di questo numero di *Fiaccolina* è "temperanza". Non so cosa ti possa richiamare: sicuramente l'azione di temperare la matita, cioè tagliarne, scolpirne un'estremità per renderla appuntita e quindi utilizzabile; e poi, a scuola, la prof di Geografia parla spesso di clima "mite e temperato", riferendosi a quei luoghi in cui non fa né troppo caldo né troppo freddo. Beh, se ti vengono in mente questi due significati, non sei così lontano dal capire cosa sia la virtù della temperanza.

Potremmo dire che la temperanza è un altro nome della sobrietà, della semplicità: è la virtù che ti dà il senso della misura e ti rende capace di rinunciare agli eccessi, specialmente nell'uso dei beni materiali, di resistere agli istinti e di dare il giusto peso alle emozioni che senti nel cuore, aiutandoti a diventare una persona semplice ed essenziale.

I versetti della Lettera di san Paolo ai Romani che abbiamo appena letto possono

aiutarci a comprendere meglio tutto questo. Cominciamo dall'inizio: «Ciò che di Dio si può conoscere è loro manifesto; Dio stesso lo ha manifestato a loro». Di chi sta parlando Paolo? Di ciascuno di noi, parla di te e ti dice che Dio, la sua presenza, la sua opera, è visibile nella tua vita, la puoi pian piano scoprire.

Paolo ci suggerisce di cercare Dio guardando le sue creature. Pensaci un po': sicuramente ti capiterà spesso di rimanere a bocca aperta davanti ad un tramonto rosso fuoco, o ad un cielo trapuntato di stelle, o alla distesa del mare, o alle montagne che ti fanno sentire piccolo piccolo, o ad un prato pieno di fiori profumati, o ad un cibo che ti piace da morire, o magari davanti ad una ragazza o ad un ragazzo particolarmente attraente... Insomma, la bellezza ti circonda, quotidianamente. Ed ecco dove cercare Dio: in ciò che è davvero bello.

Paolo ci mette però in guardia da un rischio in cui è estremamente facile cadere: fermarsi a bocca aperta davanti alle creature (per quanto stupende!), senza riuscire a riconoscere in essere la grandezza del loro Creatore, che con cura le ha plasmate e con amore le ha donate a te e a ciascuno di noi. «Hanno scambiato la gloria del Dio incorruttibile con un'immagine e una figura di uomo corruttibile, di uccelli, di quadrupedi e di rettili». Sì, è proprio così: tante volte, guardandoci attorno, ci viene da pensare che sia tutto qui e che sia tutto nostro! E allora davanti al tramonto rosso fuoco sappiamo fermarci solo per pochi secondi, preferendo



NELL'ARTE

Normalmente la virtù della temperanza è raffigurata, nell'arte cristiana, come una giovane donna che mescola il vino con l'acqua (stemperandolo, appunto), per renderlo meno forte.



scattare una foto da postare subito nelle storie di *Instagram*. Sotto un cielo trapuntato di stelle non ci viene neppure da alzare lo sguardo, perché tanto è sempre lo stesso. In riva al mare, in mezzo alle montagne, o su un prato pieno di fiori profumati ci sentiamo liberi di fare ciò che ci pare, sporcando, trattando male, trascurando. Davanti ad un cibo che ci piace tanto, non riusciamo proprio a contenerci e ne mangiamo senza misura, senza considerare gli effetti negativi che questo eccesso potrebbe causare al nostro corpo e alla nostra salute. E, davanti alla ragazza o al ragazzo che troviamo attraente, non riusciamo a vedere oltre il suo bel corpo.

In tutti questi modi, con superficialità, perdiamo l'occasione di scoprire la presenza di Dio attorno a noi. E proprio quando non riconosciamo Dio, ecco che non riusciamo a vivere la virtù della temperanza, cadendo in tutti i suoi contrari: sregolatezza, spreco, squilibrio, esagerazione, eccesso.

Allora potremmo dire che, per essere temperanti, occorre temperarsi, proprio come una matita: rendere il proprio sguardo più fine, acuto, sottile per cogliere la presenza e l'opera di Dio in ciò che ci circonda e dunque farne uso con sobrietà e moderazione, qualche volta imponendosi delle regole.

Imparare, pian piano, a fare tutto questo, non vorrà dire solamente stare meglio, ma anche e soprattutto riuscire a riconoscere Dio in tutte le cose belle delle nostre giornate.

Francesco Alberti



DOMANDE PER RIFLETTERE

Riconosci di vivere alcuni eccessi o sprechi? Magari nel modo di mangiare o di vestire, nel modo di guardare il tuo corpo o quello degli altri, nel gestire le tue emozioni, nell'uso del tempo, delle cose e dei beni naturali? In questi ambiti della tua vita, ti sembra di riconoscere la presenza del Signore? Hai mai tentato di moderarti, di "temperarti"?



GESTO

Se vivete il momento di preghiera insieme, come gruppo chierichetti o come gruppo preadolescenti, suggeriamo un piccolo ma prezioso gesto: in cappellina o in chiesa, ciascuno riceve una matita e un bigliettino su cui scrive l'impegno che ha scelto per sé. Una volta a casa, lo custodirà accanto al proprio letto, o sulla propria scrivania, come stimolo e promemoria.



PREGHIERA

Padre, ti prego di aprire il mio sguardo all'azione dello Spirito Santo: Spirito di moderazione e di sobrietà, Spirito di semplicità e di essenzialità, perché mi insegni a vivere nella libertà le mie relazioni con le cose e nella comunione le mie relazioni con i fratelli. Conducimi verso l'alto, con temperanza! Amen.

IMPEGNO

Prova a pensare a ciò che più fai fatica a vivere con libertà e moderazione (il cibo, la televisione, i videogiochi, i social, il corpo tuo e degli altri...) e inizia a darti una regola, anche con orari precisi, che ti aiuti ad evitare eccessi e sprechi che fanno male a te e agli altri. Chiedi ad un amico, ad un fratello o una sorella più grandi, alla mamma o al papà di pregare per te e per questo tuo cammino, correggendoti quando non rispetti la regola che ti sei dato.