

Frutto dello Spirito è ... ***Il dominio di sé***

1. Introduzione

“Il frutto dello Spirito è **il dominio di sé**” (Galati 5,22). Questa espressione mette in evidenza due aspetti importanti. Anzitutto ciascuno di noi assomiglia ad un cavallo bizzarro, ad una macchina senza freni, ad una libertà piena di capricciose voglie, a causa delle devastanti conseguenze del peccato originale e dei peccati personali; per questo abbiamo bisogno del dominio di noi stessi. Inoltre lo Spirito Santo spinge con i suoi doni ad instaurare nel nostro cammino un vero controllo delle facoltà, capacità e aspirazioni, cosicché l'amore donato da Dio nel Sacramento risplenda in tutta la sua luce e forza. Il dominio di sé non è un semplice controllo sugli istinti e sulle aspirazioni, sui pensieri, sui sentimenti ed emozioni, ma è soprattutto un mettersi come sposi a disposizione di Dio e di quell'amore donatoci, affinché esso risplenda in pienezza nella nostra unione.

2. Parola di Dio: 1 Giovanni 2, 15-17

¹⁵Non amate il mondo, né le cose del mondo! Se uno ama il mondo, l'amore del Padre non è in lui; ¹⁶perché tutto quello che è nel mondo – la concupiscenza della carne, la concupiscenza degli occhi e la superbia della vita – non viene dal Padre, ma viene dal mondo. ¹⁷E il mondo passa con la sua concupiscenza; ma chi fa la volontà di Dio rimane in eterno!

3. Approfondimento

Tre Lettere di Giovanni, dette cattoliche, portano il nome dell'evangelista, ma sono state scritte alla fine del secolo I d. C. da autori sconosciuti, della comunità dell'apostolo. La lingua e i contenuti rimandano comunque al Vangelo di Giovanni.

La Prima Lettera è uno degli scritti più elevati e affascinanti del Nuovo Testamento. Non ha la forma epistolare tradizionale, ma le caratteristiche di una lettera circolare; qualcuno pensa che sia una presentazione del quarto Vangelo. E' anche una risposta ad un conflitto, sorto ad Efeso perché un gruppo di persone, identificate come "anticristi", hanno considerato l'annuncio cristiano in modo diverso e pericoloso per la comunità di fede.

E' difficile sapere con esattezza il motivo del disaccordo, ma sembra che i dissidenti non credessero nell'umanità di Gesù, né nella salvezza scaturita dalla sua morte e risurrezione. Perciò l'Autore ricorda che Gesù, udito, veduto e toccato, è "venuto nella carne" ed esalta il potere salvifico del sangue di Gesù. Inoltre, dicendo che "Dio è amore", esorta dissidenti e discepoli ad amare Dio, "che non vedono", dimostrando amore per i fratelli ben visibili, e a non abbandonare la comunità. Con questa Lettera, Dio ci ricorda che le divergenze dottrinali e di condotta possono minacciare l'integrità della fede e la

vita della comunità cristiana, e da una vita di amore e di concordia (La Bibbia 2008 - Ancora, pg 1613).

In questo contesto, molto vicino ai nostri tempi, si inserisce il brano sul quale vogliamo fare il nostro incontro vivo con Gesù vivo, avendo davanti agli occhi il frutto dello Spirito Santo che è il dominio di sé. Giovanni è molto chiaro: Nel mondo e nelle persone, anche credenti, hanno tanto spazio le tre concupiscenze degli occhi, della carne e della superbia, che a loro volta riassumono "i sette vizi capitali": superbia, invidia, ira, avarizia, ingordigia, lussuria, accidia. Esse, spinte da satana, riempiono il mondo e si abbattono sugli sposi. Su di esse deve svilupparsi il frutto del dominio di sé come moderazione e soprattutto come amore a Dio e ai fratelli.

4. Per l'incontro vivo

Mi fermo davanti a Gesù presente nell'Eucaristia, avvolto nel suo silenzio, un Gesù pienamente padrone di sé, che *"prende la ferma decisione di mettersi in cammino verso Gerusalemme"* (Luca 9,51), e di essere fedele alla volontà del Padre. Gesù, siamo qui con te. Parlaci, aiutaci a realizzare il frutto del dominio di sé.

*** "la concupiscenza della carne"**

Questa prima inclinazione malvagia si riferisce a tutte le tendenze cattive, ai desideri disordinati del corpo e a tutte le passioni umane che appartengono al mondo e sono contro Dio (vedi Efesini 2,3; 1 Pietro 2,11).

Sono facilmente da riscontrare tra quelle e altre contenute nell'elenco di Galati 5, 19-21, che fanno da contrapposizione al frutto dello Spirito: *"Sono ben note le opere della carne: fornicazione, impurità, dissolutezza, idolatria, stregonerie, inimicizie, discordia, gelosia, dissensi, divisioni, fazioni, invidie, ubriachezze, orge e cose del genere"*. Queste azioni della carne riguardano l'ambito sessuale, quello comunitario, familiare, e quello personale. Esse sono contro Dio, contrarie all'amore di Dio e del prossimo, e sono anche contro l'uomo e la donna, perché ne offuscano la dignità e la vocazione. In particolare esse sciupano e distruggono quell'amore che è il cuore della relazione sponsale. I tempi attuali sembrano sollecitare questa tendenza, che fa del corpo un idolo, attraverso i social, le riviste, i siti pornografici ... Sottolineo la lussuria, che insieme all'ingordigia, esprimono la voracità del corpo nel campo sessuale e in quello del cibo, delle bevande. La lussuria si insinua nella mente e tocca tutti i cinque sensi; si impossessa del cuore, rende malvagio ogni pensiero, spinge alla pura soddisfazione del corpo, rende l'altro strumento di piacere, quindi non guarda alla persona, e non fa circolare amore... *"Non ti abbandonare alla tua passione"*, scrive il Siracide (6,2). La sessualità è una cosa molto buona e anche il piacere che ne deriva. Siccome l'egoismo invade facilmente quel campo, davvero diventano necessarie per custodire una sessualità serena e gioiosa una rigida vigilanza di sé stessi, un cambiare mentalità alla luce della Parola di Dio, perché l'amore trovi nel dominio di sé e nel rispetto dell'altro il punto di forza per dare alla sessualità di esprimersi in modo sereno e piacevole, muovendosi secondo le finalità volute dal Signore. E invocare lo Spirito Santo, che abita i nostri corpi e li vuole santi in tutte le sue manifestazioni.

Come mi sento di fronte a questa concupiscenza, con tante sollecitazioni malefiche, con la mia debolezza, in un mondo tanto corrotto?

* "la concupiscenza degli occhi"

Questa seconda tendenza cattiva sottolinea, fra l'altro il peccato di orgoglio (cf Isaia 5,15), la cupidigia (cf Sapienza 14,9) e l'ingordigia. Scrivendo ai Romani, S. Paolo mette in risalto come ogni forma di bramosia delle ricchezze o del potere o del possedere è conseguente alla mancanza di fede nel Dio Creatore e Salvatore. L'uomo si fa legge a se stesso, lascia liberi i suoi istinti e si abbandona alle più basse passioni, entrando nella morte del peccato e nella esclusione dal vivere il vero amore.

Paolo mette in guardia i cristiani dal bramare smodatamente i beni e piaceri terreni, ed anche dal vivere cercando senso e valori solo nelle cose effimere, nei beni passeggeri, nelle apparenze, ignorando Dio. *"Sono colmi di ogni ingiustizia, di malvagità, di cupidigia, di malizia; pieni d'invidia, di omicidio, di lite, di frode, di malignità; diffamatori, maldicenti, nemici di Dio, arroganti, superbi, presuntuosi, ingegnosi nel male, ribelli ai genitori, insensati, sleali, senza cuore, senza misericordia"* (Romani 1, 28-31).

Che cosa di queste miserie ci riguardano come persone e come sposi? Il frutto del dominio di sé ci sollecita a chiederci con umiltà e invocando lo Spirito Santo, su ciascuna di queste *"azioni indegne"*, in che misura esse sono presenti nella nostra vita e nelle nostre relazioni (dato che molte di esse chiamano in causa il nostro modo di rapportarci con gli altri, e quindi con il nostro coniuge). Tutti i sensi sono sollecitati a bramare smodatamente i piaceri. Dice Paolo: *"Il ventre è il loro Dio. Si vantano di ciò di cui dovrebbero vergognarsi e non pensano che alle cose della terra"* (Filippesi 3,19). In particolare gli occhi che cercano istintivamente piaceri in tutto ciò su cui si posano. Riguardo alla relazione sponsale, Gesù sottolinea: *"Chiunque guarda una donna per desiderarla, ha già commesso adulterio con lei nel proprio cuore"* (Mt 5,28). Come è importante la vigilanza, la cura con la parola di Dio e la preghiera per formarci occhi luminosi e sensi moderati, mossi non da pensieri di possesso, ma da desideri che colgono il bello e il buono con libertà di spirito.

Gli occhi sono le finestre aperte sul mondo, sulle persone, sul proprio coniuge. Con quali mezzi custodiamo i nostri occhi dal giudizio, dalla critica, dagli sguardi e dalla curiosità sempre avidi di possesso?

* "la superbia della vita"

Questo terzo vizio ci porta al cuore del male contro cui dobbiamo lottare: l'ostentazione della forza e delle ricchezze, con *"la diabolica tentazione di salvarci da soli"* (Papa Francesco). L'uomo crede di avere in sé capacità e forza di costruirsi la vita, di trovare la gioia, di scoprire purezza e pace per la propria coscienza. È Gesù stesso a smentire con forza. Dopo l'abbandono da parte del giovane ricco, il Maestro afferma ai discepoli: *"Quanto è difficile, per quelli che possiedono ricchezze, entrare nel regno di Dio!"*. Questi restano sbigottiti e si chiedevano *"E chi può essere salvato?"*: Gesù risponde: *"Impossibile agli uomini, ma non a Dio! Perché tutto è possibile a Dio"* (Marco 10, 23.26-27).

Dobbiamo guardarci bene dentro. Ai farisei e alla folla Gesù fa capire che l'uomo, pur chiamato a santità, in sé stesso è pieno di negatività. *"Diceva: «dal cuore degli uomini, escono i propositi di male: impurità, furti, omicidi, adultèri, avidità, malvagità, inganno, dissolutezza, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. Tutte queste cose cattive vengono fuori dall'interno e rendono impuro l'uomo»"* (Marco 7, 20-23).

L'orgoglio nella relazione tra coniugi è spesso causa di tristezza, di delusione, di distruzione dell'armonia e della comunione. L'orgoglio sollecita la domanda su chi è il più grande e su chi comanda, spinge ad un linguaggio prepotente e volgare, ad urlare e pretendere di avere sempre ragione, a non rispondere al bisogno di dialogo, al "farla pagare", all'esigere sottomissione. Se l'orgoglio determina la distruzione dell'amore, l'umiltà ne è la garanzia di fedeltà, di gioia, di stabilità e di ripartenza, perché essa sa dare il perdono e sa chiederlo con sincerità, sa mettersi a disposizione, sa attendere e dare fiducia. Il dominio di sé porta a lottare contro l'avidità, la prepotenza e la superbia, e sollecita a sviluppare atteggiamenti e comportamenti umili e semplici.

L'orgoglio sembra essere la fonte di ogni tristezza e di ogni fallimento, mentre l'umiltà, che ha consentito a Gesù di relazionarsi con noi creature, aiuta a vivere un rapporto sereno fra marito e moglie e costruire l'amore. Con quali impegni cerco di sviluppare l'umiltà nella mia mente e nelle mie relazioni?

5. Conclusione

Vicino a Gesù eucaristico, rileggiamo questa Parola: *"Avete in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù: egli, pur essendo nella condizione di Dio, non ritenne un privilegio l'essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, diventando simile agli uomini. Dall'aspetto riconosciuto come uomo, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce"* (Filippesi 2, 5-8). L'umiltà è il piano giusto per donarsi l'amore, dialogare, e crescere nella comunione. *"Donaci, Signore, l'umiltà del cuore"*.

PER I GIOVANI

Proviamo a fare una revisione onesta circa il giardino della nostra vita, dei nostri comportamenti, dei nostri pensieri, delle nostre scelte, ed anche delle nostre relazioni, dei mezzi social: Su quali aspetti pensi doveroso vigilare con molta più decisione? Quale criterio adotteresti per controbattere quel detto comune: "Che male c'è"?"

Don Piero Pellegrini