

La gola

Quando parliamo di golosità ci viene in mente l'ingordo, ma è un'immagine solo parziale dell'attitudine della gola “sregolatezza del ventre” ; in realtà ci sono tanti appetiti, tante bocche, non solo quella dello stomaco : "non si sazia l'occhio di guardare, né l'orecchio è mai sazio di udire” Qo 1,8.

Vi è cioè una voracità anche del vedere, ascoltare, sentire , provare... Tutto ciò che produce assuefazione alle cose, ossessività per la salute, ricerca del comfort, ma anche nell'ambito del sapere tutto, finalizzato alla soddisfazione, all'appagamento. Ogni tipo di dipendenza è collegato alla gola. Ciò dipende dalla tirannia del piacere, la ricerca del piacere, che porta alla vita come ad una apnea tra una compensazione e l'altra, una specie di auto-remunerazione, ma potremmo chiederci “che male c'è?”.

Vediamo da dove nasce questa “ fame invadente”: siamo nel campo della sopravvivenza, non siamo autosufficienti, ci occorre assumere qualcosa dall'esterno per vivere, è un tema biologico, irrinunciabile. Ma dove si insinua la suggestione, il loghismo, in questo voler essere soddisfatti, appagati (non solo nutriti)? Avviene una **assolutizzazione**: si vive per nutrirsi! Avviene una potente rassicurazione, non ci si sente solo nutriti. Viviamo per sederci a tavola, per godere delle cose, questo spegne per un momento l'incertezza della nostra vita (es. "come è andato il pellegrinaggio?- abbiamo mangiato bene"!) e dove è il male in questo?

Proviamo a pensare alle dipendenze, provate a mettervi nei panni della madre di un tossico, al figlio di un alcoolista... provate a stare accanto ad una persona ossessionata dalla salute... Allo stesso tempo avviene anche un'altra faccia della assolutizzazione che è la **banalizzazione** (andiamo ad es. alla vicenda di Giacobbe ed Esaù... Gen 25,29-34) "Ecco sto morendo, a cosa mi serve la primogenitura? "Esaù banalizza la sua elezione, la sua grandezza; (Gesù al tentatore risponde in modo diverso...). Ogni goloso si gioca la sua grandezza, c'è sempre qualcosa di importante che si dimentica ogni volta che si sceglie l'intontimento di un piacere. Fondamentalmente così ci sottrae al dolore, dietro ogni peccato di gola c'è la fuga da un dolore, dolore che è inevitabilmente intrecciato con la vita per cui per sfuggirlo si esce dalla realtà. Ecco perché disobbedire alla voracità: c'è in ballo la nostra bellezza, l'amore di cui siamo oggetto e di cui siamo capaci: un vorace non può amare! Deve nutrirsi, non può nutrire, cerca compensazione in ogni atto.

Il dominio di sé

Deriva dal verbo greco "essere forti, verso l'interno": padronanza di sé, capacità di moderare e determinare se stessi; vi comprereste un'auto senza freni?

L'atto che si oppone alla voracità è il digiuno. Che occorre capire bene, per non intenderlo semplicemente come una privazione, un atto di frustrazione fine a se stesso; invece è un atto propositivo: “Non di solo pane...ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio” , così come quando Gesù è al pozzo di Samaria e i discepoli tornano e lo invitano a mangiare"lo ho da mangiare un cibo che voi non conoscete” (Gv 4,31-34): Gesù non digiuna semplicemente, mangia “meglio” .

Non faremo nessun passo spirituale con delle semplici negazioni ma è il bene e la sua gioia che mi possono attirare fuori dal male. Ad es,già in una semplice dieta ci accorgiamo dopo un inizio difficile che il corpo “va meglio" che abbiamo più energia... Mentre il goloso fugge dalla realtà e diventa schiavo, colui che combatte contro la tentazione resta nella realtà, per quanto sia dura, per cui può entrare in qualcosa di più autentico di ciò che la tentazione gli offre.

Se l'uomo vive di ogni parola che esce da Dio vuol dire che il Signore ha qualcosa da dirmi, combattere le tentazioni della gola vuol dire creare spazio a questo rapporto (la liturgia mi annoia? Forse c'è uno spazio in cui lavorare!); chi combatte contro il demone dell'ingordigia ritrova le relazioni con Dio, gli altri, se stesso. Il passo di Gesù in croce Mt 27,33-34: *"Giunti al luogo detto Gòlgota, che significa-luogo del cranio-gli diedero da bere vino mescolato con fiele. Egli lo assaggiò ma non ne volle bere". E' molto importante il fatto che Gesù assaggia ciò che gli offrono, capisce di cosa si tratta e rifiuta (chiaramente non perché non gli piacesse!) Qui siamo nel digiuno, astinenza come lotta... Quella bevanda era un aiuto ai crocifissi, una bevanda inebriante per ridurre la lucidità quindi la percezione del dolore...un narcotico... ma uno che soffre non ha diritto ad essere sottratto al dolore? Perché Gesù rifiuta?*

Immaginiamo se si fosse lasciato "sedare"... non avrebbe pronunciato" le parole della croce"...Padre *perdona loro... oggi con me sarai nel paradiso... Donna ecco tuo figlio... Dio mio perché mi hai*

abbandonato... ho sete... Padre nelle tue mani consegno il mio spirito... È il modo che Gesù ha avuto di vivere la croce che ha reso diversa la sua morte, che gli ha permesso proprio lì di farci i più grandi regali... Dare la vita per qualcuno in modo adulto, cioè amare, implica lucidità, saperne spesso vivere il dolore. Non possiamo entrare in preghiera (come abbiamo indicato all'inizio) se non siamo in una attitudine sobria, sveglia, profonda, interiore; altrimenti ci scivola via. Possiamo dire che l'astinenza è il primo passo della vita spirituale; è quel "chiudere la porta" Mt 6,6 per poter lasciare che il Signore ci nutra. Siccome la gola tende a portare fuori dalla via del bene, un atteggiamento importante che le si contrappone è la tenuta, la continuità, il non darci delle compensazioni perché è un demone che porta fuori dalla realtà, dalla vita quando è difficile, che abitua a non fare le cose fino in fondo... Per questo quando pensi di avere il diritto a darti una compensazione, o di mandare tutto all'aria, aspetta, fidati di Dio, non appagarti, non mangiare, non scappare, così potrai fare un salto di qualità, il digiuno è necessario per amare.

La lussuria

La lussuria (porneia) si serve del naturale impulso sessuale per profanare il corpo, l'uomo è anima e corpo, ogni atto umano quindi ha un valore spirituale, profondo così come ogni dimensione spirituale se non coinvolge il corpo non ha peso. Quindi il corpo esprime delle cose che sono autentiche se il cuore dice lo stesso; se tradiamo il senso del corpo, scindendolo dalla persona, allora diventa realtà ambigua, non ne capiamo più il valore (posso salutare sorridendo ma con l'intenzione di liberarmi al più presto dell'altro). Questa è la lussuria, fare del corpo un bene di consumo (es. l'orientamento sessuale della pubblicità come leva per far desiderare e comprare), si serve del naturale impulso sessuale per profanare il corpo (1Cor 6,18-20).

Il termine: deriva da lusso: eccesso, ma anche da lussazione, slogatura, qualcosa fuori posto; qualcosa che scivola sulla superficie, perde di vista l'essenziale ed esagera l'aspetto visibile.

Il lussurioso è un superficiale, la lussuria assolutizza "la pelle" e banalizza il tesoro che c'è in ogni persona, opera una "cosificazione delle persone". Come si innesca, quale pensiero la agisce? Evagrio ne definisce la maternità nella gola, quindi trasforma una pulsione in schiavitù mediante la degenerazione di un appetito naturale. Come si arriva a questa schiavitù? Si sfugge ad una frustrazione reale per mezzo di un piacere, ma la frustrazione rimane e si entra in un loop distruttivo; quindi se la si combatte direttamente senza risalire ai dolori cui funge

da lenitivo non la si risolve pienamente. Ma la lussuria è legata (come provenienza) anche alla superbia, cioè porta nel mondo sessuale l'impulso auto-affermativo della superbia, rendendo la grammatica sessuale linguaggio di violenza, di supremazia, per far agire il **potere** (in modalità diverse ma sia per il maschile che per il femminile). Essa parte da pensieri di possesso e autoaffermazione (di potere quindi) che hanno come leva la curiosità e la fantasia (cose buone ma che la lussuria perverte). La curiosità diviene un cercare di scoprire per possedere, prendere e non per conoscere o crescere, così ciò che non è alla portata diventa desiderio ossessivo. Poi la fantasia inizia ad elaborare l'immagine entrata nel cuore staccandola dalla realtà. Non c'è amore nella lussuria; l'amore chiede di decentrarsi da sé per aprirsi al bene dell'altro, ma la lussuria questo non lo può permettere legata com'è alla soddisfazione dei propri impulsi, crea immaginazione possessiva che è una degenerazione. Se tradiamo il senso del corpo, scindendolo dalla persona, allora diventa realtà ambigua, non ne capiamo più il valore.

Ciò ci apre già alla strada per combatterla, che si sposta sul piano della vita reale, dalla curiosità alla conoscenza, dalla fantasia alla realtà. La lussuria si combatte con il reale, la relazione, il dialogo...

La purezza della mente

L'attitudine che si oppone e che permette l'amore adulto è la castità.

Intanto non è una negazione della sessualità, né semplice astinenza... L'etimologia ci rimanda ad un termine che ha la radice nel punire, nel tenere in ordine, cioè nel governare.

Se l'anima ed il cuore sono casti vuol dire che sono governati, che la persona non è in balia degli appetiti e pulsioni, è padrona di se stessa. Il limite è esperienza fondamentale e necessario alla vita. (pensiamo ad un giovane che cresca senza limiti, con genitori "assenti" o per la bambinoneria o per l'invadenza eccessiva trovandosi poi in confusione esistenziale in preda alle pulsioni). L'inganno del dover fare quello che "sentiamo" , senza limiti, ha portato a non capire più chi si è; il piacere che si cerca nella lussuria non sarà mai abbastanza.

Non si vince la lussuria solo con la buona volontà, con l'impegno, ma con l'aiuto della Grazia. È il Signore che ci salva. La sfida è allora quella di integrare la sessualità nella personalità " la castità esprime la raggiunta integrazione della sessualità nella persona e conseguentemente l'unità interiore dell'uomo nel suo essere corporeo e spirituale" (CCC 2237). Così come il digiuno cristiano non consiste solo nel "non mangiare" ma nel mangiare meglio, la castità non può essere solo disciplina.

Evagrio parla di "mente pura e sana" "*sofrosyne*" che solo in seconda battuta diviene moderazione, temperanza; si parte dalla mente e poi diviene libertà. "Qualità di *pensare secondo ciò che salva*", un pensiero che libera, che ha a che fare con il Salvatore. Nel figliol prodigo si parla di come vivesse in modo "dissoluto" cioè "senza una soluzione, una salvezza, una speranza". Il male è un pensiero chiuso su se stesso, ripetitivo, non creativo, ossessivo. Il bene è un pensiero che si apre alla salvezza, ha una direzione; la lussuria è un'ossessione, il "pensiero che salva" è una luce verso il bene, una via di uscita, un pensiero luminoso su se stessi e sul prossimo. Ritornando al caso del figliol prodigo il pensiero che salva non gli "dice" -che schifo, non ti vergogni?-invece-ma cosa ci fai qui? Ti sei dimenticato chi sei?-È come quel pensiero che ci dice "il Figlio di Dio è morto e risorto per me e la mia salvezza, io ho cose belle da fare, non perdere tempo con sta robaccia". Il pensiero dello Spirito che vince la lussuria è il dono della conoscenza di chi noi siamo, è la stella, che orienta il cammino dei Magi.

Dio è Padre che ti può tirare fuori da qualsiasi vizio, gli interessi tu, non i tuoi peccati. Si possono prendere cattive abitudini che si incrostano in noi, ma le sinapsi del nostro cervello fanno sempre apprendere, creare connessioni nuove, si può cambiare direzione. Ma per entrare in una evoluzione spirituale occorre lavorare seriamente (es. digiuno). Evagrio nelle sue "confutazioni" cioè come rispondere, con la scrittura, ai pensieri del male, scrive "Contro i pensieri che, trascurando la fatica del digiuno, cercano di coltivare la terra spirituale" e cita Genesi 49,14-15 Issacar che aspira al bello, trova una buona terra e si mette al lavoro, diviene un bracciante, Evagrio commenta che se vedi una cosa bella per quella dovrai lavorare; la lussuria si combatte con la sobrietà (come per la gola) tirarsi fuori dai pensieri cattivi attraverso il senso di realtà. Ci si sottrae alle occasioni di pensieri mossi da curiosità e fantasia, e così ci si libera da ciò che porta alla lussuria.