



## Catechesi agli adulti 2013-2014



### I VIZI CAPITALI

*SE LI CONOSCI,  
LI VINCI!*

*LA TRISTEZZA*



# PREGHIAMO INSIEME



O Dio, tu sei il mio Dio. All'aurora ti cerco,  
di te ha sete l'anima mia,  
a te anela la mia carne, come terra deserta, arida, senz'acqua.  
Così nel santuario ti ho cercato, per contemplare  
la tua potenza e la tua gloria.  
Poiché la tua grazia vale più della vita,  
le mie labbra diranno la tua lode.  
Così ti benedirò finché io viva,  
nel tuo nome alzerò le mie mani,  
mi sazierò come a convito, e con voci di gioia ti loderà la mia bocca.  
Nel mio giaciglio di te mi ricordo, penso a te nelle veglie notturne,  
tu sei stato il mio aiuto; esulto di gioia all'ombra delle tue ali.  
A te si stringe l'anima mia. La forza della tua destra mi sostiene.

# Distinguere per comprendere



Come sempre dobbiamo distinguere tra una **tristezza salutare** e il **vizio della tristezza**.



È quel senso di mancanza, afflizione che consiste nella sofferenza per la lontananza da Dio.



È l'ombra che abita in noi, ci paralizza, ci deprime, spegne la voglia di vivere.

# Distinguere per comprendere

La prima conduce alle lacrime  
("Beati quelli che piangono"...) **cioè alla COMPUNZIONE.**



La seconda,  
conduce invece alla morte.

# Il peggio del peggio



La tristezza si insinua in tutta la vita. Se non viene combattuta si insinua come un inquilino stabile e diventa difficile da scacciare.

È il non-piacere per eccellenza, il non-senso della vita,  
fa inaridire il cuore



# L'origine della tristezza



Da dove può avere origine questo sentimento?

- Dalle **sofferenze** ingiustamente patite;
- Dalle **contraddizioni** della nostra vita;
- Dalla **frustrazione** dei nostri desideri.

Tutto questo avviene, ma è un'**illusione** pensare che la vita sia una favola o un mondo dorato.

# Un rapporto distorto con il tempo



Dice *Enzo Bianchi* che il problema vero del triste è il **rapporto distorto con il tempo.**



Si idealizza il **tempo passato**, si è nostalgici di un passato che non c'è mai stato, e spesso si diventa ottusi.

# La tristezza nella S. Scrittura



La nostalgia la troviamo già nel libro dell'Esodo:

*Nel deserto tutta la comunità degli Israeliti mormorò contro Mosè e contro Aronne. Gli Israeliti dissero loro: «Fossimo morti per mano del Signore nel paese d'Egitto, quando eravamo seduti presso la pentola della carne, mangiando pane a sazietà! Invece ci avete fatti uscire in questo deserto per far morire di fame tutta questa moltitudine» (Es 16,3)*

Ci si rifugia in un passato immaginario per non aderire alle realtà, non cogliendo però il **presente di Dio**.



# La tristezza di Gesù



*E disse loro: «La mia anima è triste fino alla morte; restate qui e vegliate con me». Andò un poco più avanti, cadde faccia a terra e pregava, dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi via da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!». (Mt 26, 38-39)*

**Gesù vince la tristezza, ossia quel momento in cui ha dovuto dare un senso alla sua vita, abbandonandosi alla volontà e  
al PRESENTE di DIO!**

# Un riassunto del cammino fatto



La tristezza pervade tutti i vizi che abbiamo incontrato:

- 1. Invidia:** in base alla tristezza è il primo vizio. L'invidioso è triste del bene altrui, non ottiene nulla dal suo vizio.
- 2. Gola :** chi è attaccato al cibo, cerca in esso la sua felicità, ma esso non mantiene ciò che promette. Il goloso è internamente e visibilmente triste.
- 3. Ira:** gli iracondi si lasciano trasportare dalle passioni, arrivando fino all'odio e alla distruzione altrui. In questo rapporto sbagliato con l'altro si rimane soli, e la solitudine produce tristezza.
- 4. Superbia:** il superbo vive di confronto, si sente superiore agli altri, gonfia le proprie parole e la propria immagine. È triste perché non ha compagnia.

# Un riassunto del cammino fatto



**5. Accidia:** il rapporto squilibrato con il tempo, l'ozio, il male di vivere, la nausea di noi stessi, la fuga dal luogo in cui si vive. È la tristezza personificata.

**6. Lussuria:** vivere una sessualità solo di carne, o senza carne, cercare la felicità solo nella corporeità, bypassare la profondità del proprio partner, conduce inevitabilmente a rimanere delusi, svuotati, tristi.

**7. Avarizia:** il rapporto distorto con le cose, l'attaccamento ai beni, è inevitabilmente destinato alla frustrazione: sappiamo infatti che i beni non ci salveranno, e l'avaro sarà doppiamente triste, perché non saprà di esserlo.

# L'unico rimedio



L'unico rimedio alla tristezza di vivere, al vizio che si radica in noi stessi è la

**GIOIA!**

*Ma cos'è la gioia?*

*Non è una disposizione psicologica, emotiva,  
ma uno stato da ricercare con sforzo e impegno.*

# L'unico rimedio



È gioia "nel Signore":

Il cristiano è gioioso perché sa di essere "in Cristo"!

È dono dello Spirito Santo:

Il *Consolatore* asciuga le nostre lacrime, fa alzare gli occhi verso la speranza che dimora in Dio

# ***Il Pastore di Erma***



Rivestiti, dunque, di gioia che è sempre gradita a Dio e gli è accetta. In essa si diletta. Ogni uomo allegro opera bene, pensa bene e disprezza la tristezza. Invece l'uomo triste si comporta sempre male. Prima agisce male perché **contrista lo Spirito Santo** che fu dato gioioso all'uomo, poi, contristando lo Spirito Santo, compie l'ingiustizia di non supplicare Dio e di non confessarsi a Lui. La preghiera dell'uomo triste non ha mai la forza di salire all'altare del Signore".

# ***Il Pastore di Erma***



"Perché, chiedo, la preghiera del triste non sale all'altare?". "Perché, dice, la tristezza risiede nel suo cuore. La tristezza unita alla preghiera non permette che la preghiera ascenda pura all'altare. Come l'aceto e il vino mescolati insieme non hanno lo stesso sapore, così la tristezza frammista allo Spirito Santo non conserva la stessa preghiera. 4. Purificati, dunque, da questa nefasta tristezza e vivrai in Dio. E vivranno in Dio quanti allontanano la tristezza e si rivestono di ogni gioia"