

# I TEMPERAMENTI

di

PADRE ANTONIO ROYO MARIN O. P.\*

*Professore della Pontificia Facoltà del Convento di Santo Stefano di Salamanca in Spagna*

Oltre le risorse psicologiche di tipo naturale e soprannaturale che abbiamo esaminato, nella nostra santificazione possiamo utilizzare anche il nostro *temperamento*, migliorandone le buone disposizioni e correggendone i difetti. Ciò concorre molto lontanamente alla nostra santificazione, in un piano puramente *dispositivo* e semplicemente naturale; tuttavia ha la sua importanza almeno negativa, poiché rimuove ostacoli (*ut removens prohibens*).

§ 499. **Natura.** C'è una grande diversità d'opinioni tra gli autori riguardo alla natura e alla classificazione dei temperamenti. Noi esporremo la dottrina più comunemente ammessa, dandole un orientamento eminentemente pratico.

Il temperamento è *il complesso di inclinazioni intime che sgorgano dalla costituzione fisiologica di un uomo*. È la caratteristica dinamica di ogni individuo, che risulta dal predominio *fisiologico* di un sistema organico, come il nervoso o il sanguigno, o di un umore, come la bile o la linfa.

Il temperamento è qualche cosa di *innato* nell'individuo. È *l'indole naturale*, ossia, qualche cosa che la natura ci impone. Perciò non scompare mai completamente: «*genio e figura fino alla sepoltura*». Tuttavia una educazione opportuna e soprattutto la forza soprannaturale della grazia possono, se non trasformarlo totalmente, ridurre almeno al minimo i suoi inconvenienti e anche sopprimere del tutto le sue manifestazioni esteriori. Serva di esempio, tra mille altri, San Francesco di Sales, che è passato ai posteri col nome di «Santo della dolcezza» nonostante il suo temperamento fortemente collerico.

---

\* Padre Antonio Royo Marin O. P., *Teologia della perfezione cristiana*. IV Edizione. Edizioni Paoline. 1987. Cinisello Balsamo. Parte II *Mezzi secondari di perfezione*. Capitolo IV *Mezzi secondari interni*. Articolo VII *Miglioramento del proprio temperamento*. §§ 499-506, pp. 957-965.

**§ 500. Classificazione dei temperamenti.** Dopo mille tentativi, i trattatisti moderni ritornano alla classificazione degli antichi, che sembra derivare da Ippocrate. I temperamenti fondamentali sarebbero quattro: il *sanguigno*, il *nervoso*, il *collerico* e il *flemmatico*, secondo che predomina in essi la costituzione fisiologica che il suo nome indica.

Prima di esporre le caratteristiche principali di ognuno di essi, facciamo notare che nessun temperamento esiste «chimicamente puro» nella realtà; generalmente si trovano mescolati e inoltre presentano gradi molto diversi. Così, i flemmatici non sono tali mai del tutto, ma si ritrovano in essi molte tracce di sensibilità; i sanguigni hanno, alle volte, qualità proprie del nervoso, ecc. Si tratta unicamente di qualche cosa di *predominante* nella costituzione fisiologica di un individuo. È necessario tenere ben presente questa osservazione per evitare giudizi prematuri che potrebbero essere molto lontani dalla realtà.

Nella descrizione dei temperamenti seguiremo principalmente Corrado Hock e Guibert, dei quali citeremo, a volte, le parole alla lettera.

**§ 501. A) TEMPERAMENTO SANGUIGNO.** 1) **Caratteristiche essenziali in relazione all'eccitabilità.** - Il sanguigno si *eccita facilmente e fortemente* per qualsiasi impressione. La reazione suole essere anche *immediata e forte*; però l'impressione o la durata suole essere *breve*. Il ricordo di cose passate non provoca tanto facilmente nuove emozioni.

2) **Buone qualità.** Il sanguigno è *affabile* e allegro, *simpatico* e ossequioso verso tutti, sensibile e *compassionevole* dinnanzi alle disgrazie del prossimo, docile e *sottomesso* dinnanzi ai suoi superiori, sincero e *spontaneo* (alle volte fino all'inconvenienza). È vero che di fronte all'ingiuria reagisce alle volte violentemente e prorompe in espressioni offensive; però dimentica subito tutto, *senza conservare rancore verso nessuno*. Non conosce assolutamente la pertinacia e l'ostinazione. Si sacrifica con disinteresse. Il suo *entusiasmo* è contagioso e trascina; il suo buon cuore cattiva e inamora, esercitando una specie di seduzione intorno a sé.

Ha un *concetto sereno della vita*, è fondamentalmente *ottimista*, non indietreggia dinnanzi alle difficoltà, confida sempre nel buon esito. Lo sorprende molto che gli altri si irritino per uno scherzo poco gradevole, che gli sembrava la cosa più naturale e simpatica di questo mondo. Ha un grande *senso pratico* della vita, è più inclinato a idealizzare che a criticare.

Dotato di un'esuberante ricchezza affettiva, è facile e pronto all'*amicizia*, e vi ci si abbandona con ardore e alle volte appassionatamente.

La sua intelligenza è viva, rapida, assimila facilmente, però senza molta profondità. Dotato di una felice memoria e di una ardente immaginazione, trionfa facilmente nell'arte, nella poesia e nell'oratoria, ma non raggiunge la taglia del sapiente. I sanguigni sarebbero molto frequentemente spiriti superiori se avessero tanta profondità quanto sottigliezza, tanta tenacità nel lavoro quanta facilità nelle concezioni.

3) **Cattive qualità.** Accanto a queste buone qualità, il temperamento sanguigno presenta seri inconvenienti.

I suoi difetti principali sono la *superficialità*, l'*incostanza* e la *sensualità*. La prima si deve principalmente alla rapidità delle sue concezioni. Gli pare di aver compreso subito qualsiasi problema che gli viene posto innanzi e, in realtà, lo ha percepito in una maniera soltanto superficiale e incompleta. Derivano di qui i suoi giudizi affrettati, leggeri, frequentemente inesatti, quando non completamente falsi. È più amico della vastità facile e brillante che della profondità.

L'*incostanza* del sanguigno è frutto della poca durata delle sue impressioni. In un istante passa dalle risa al pianto, dalla esuberante allegria a una nera tristezza. Si pente subito e veramente dei suoi peccati, però vi ricade alla prima occasione che gli si presenti. I sanguigni sono vittime delle impressioni del momento, soccombono facilmente dinnanzi alla tentazione. Sono nemici del sacrificio, dell'abnegazione, dello sforzo duro e continuato. Nello studio sono pigri. Riesce loro quasi impossibile raffrenare la vista, l'udito e la lingua. Nell'orazione si distraggono facilmente. A periodi di grande fervore ne succedono altri di languore e di scoraggiamento.

La *sensualità*, infine, trova un terreno propizio nella natura ardente del sanguigno, il quale si lascia trascinare facilmente dai piaceri della gola e della lussuria. Reagisce prontamente contro le sue cadute, le deplora con sincerità; però gli manca l'energia e il coraggio per dominare la passione quando rialza la testa.

4) **Educazione del sanguigno.** Si può educare un temperamento fomentandone le buone qualità e reprimendone i difetti. Il sanguigno deve dare perciò alla sua esuberante vita affettiva un fine nobile. Se riuscirà a innamorarsi fortemente di Dio, giungerà ad essere un santo di prima categoria. San Pietro, Sant'Agostino, Santa Teresa d'Avila e San Francesco Saverio furono sanguigni al cento per cento.

Però è necessario che lotti tenacemente contro i suoi difetti, fino a dominarli completamente. Deve combattere la superficialità, acquistando l'abito della *riflessione* e *ponderazione* in tutto quello che fa. Deve rendersi conto dei problemi esaminandoli sotto tutti i loro aspetti, prevedendo le

difficoltà che possono sorgere, dominando l'ottimismo troppo fiducioso e irriflessivo.

Prenderà serie misure contro l'*incostanza*. Non bastano i propositi e le risoluzioni, che, nonostante la sua sincerità e buona fede, infrangerà alla prima occasione. Occorre che leghi la sua volontà a un *piano di vita* — convenientemente riveduto e approvato dal suo direttore spirituale — in cui tutto è previsto e indicato e in cui niente è lasciato all'arbitrio della sua volontà debole e capricciosa. Deve fare molto seriamente *l'esame di coscienza*, imponendosi gravi penitenze per le trasgressioni che sono frutto della sua incostanza e volubilità. Deve affidarsi ad un esperto *direttore spirituale* e obbedirgli in tutto. Nell'orazione deve lottare contro la tendenza alle *consolazioni sensibili*, perseverando in essa nonostante l'aridità.

Infine, dovrà opporsi alla *sensualità* con una vigilanza costante e una lotta tenace. Fuggirà come la peste ogni specie di *occasioni pericolose*, nelle quali soccomberebbe facilmente, poiché la sua sensualità si alleerebbe con la sua incostanza. In modo speciale custodirà la *vista* ricordandosi delle sue dolorose esperienze. In lui, più che in qualsiasi altro, si verifichi il detto: «*Occhio che non vede, cuore che non duole*». Osserverà il raccoglimento e praticherà la mortificazione dei sensi interni ed esterni. Chiederà umilmente e costantemente a Dio il dono della purezza dell'anima e del corpo, che può venire solo dal cielo (Sap. 8, 21).

**§ 502. B) TEMPERAMENTO NERVOSO.** 1) **Caratteristiche essenziali in relazione all'eccitabilità.** Quella del nervoso è debole e difficile al principio, ma *forte e profonda* per ripetute impressioni. La sua *reazione* presenta questi medesimi caratteri. Quanto alla *durata*, suole essere *lunga*. Il nervoso non dimentica facilmente.

2) **Buone qualità.** I nervosi hanno una sensibilità meno viva di quella dei sanguigni, però più profonda. Sono naturalmente inclinati alla riflessione, alla solitudine, alla quiete, alla pietà e alla vita interiore. S'impietosiscono facilmente delle miserie del prossimo, sono benefattori dell'umanità, sanno spingere l'abnegazione fino all'eroismo, soprattutto a lato degli infermi. La loro intelligenza ordinariamente è acuta e profonda, poiché maturano le loro idee con la riflessione e la calma. Il nervoso è un pensatore e ama la solitudine e il silenzio. Può essere un intellettuale secco ed egoista, chiuso nella sua torre di avorio, o un contemplativo che si occupa delle cose di Dio e dello spirito. Sente attrattiva per l'arte e ha attitudine per le scienze. Il suo cuore è di una grande ricchezza sentimentale. Quando ama, si distacca difficilmente dai suoi affetti, perché in lui le impressioni sono molto profonde. Soffre per la freddezza e l'ingratitude. La volontà segue le vicissitudini delle sue forze fisiche; è debole

e quasi nulla, quando il lavoro lo ha esaurito; forte e generosa quando gode salute o quando un raggio di gioia illumina il suo spirito. È sobrio e non sente il disordine passionale, che tanto tormenta i sanguigni. È il temperamento che si oppone al sanguigno, come il collerico al linfatico. Furono temperamenti nervosi l'apostolo San Giovanni, San Bernardo, San Luigi Gonzaga, Santa Teresa del Bambin Gesù, Pascal.

3) **Cattive qualità.** Il lato sfavorevole di questo temperamento è l'esagerata tendenza alla tristezza e melanconia. Quando i nervosi ricevono qualche forte impressione, essa penetra profondamente nella loro anima, dove produce una ferita sanguinante. Non hanno la franchezza del sanguigno, motivo per cui nel fondo del cuore assaporano da soli la propria amarezza. Si sentono inclinati al pessimismo, a vedere sempre il lato difficile delle cose, a esagerare le difficoltà. Per questo sono riservati e timidi, propensi alla sfiducia nelle proprie forze, allo scoraggiamento, all'indecisione, agli scrupoli e a una certa specie di misantropia. Sono irrisolti per il timore dell'insuccesso nelle loro imprese. Il nervoso è sempre indeciso, è l'uomo delle opportunità perdute. Mentre gli altri sono già all'altra sponda del fiume, egli se ne rimane a pensare e a riflettere senza osare di passarlo a guado. Soffrono molto e, senza volerlo — perché in fondo sono buoni — fanno soffrire gli altri. Santa Teresa non li ritiene atti alla vita religiosa, soprattutto quando la loro melanconia è molto radicata<sup>1</sup>.

4) **Educazione del nervoso.** L'educatore deve tener presente la forte inclinazione del nervoso alla concentrazione in sé medesimo; diversamente si espone al pericolo di non comprenderlo e di trattarlo con grande ingiustizia e mancanza di tatto. Il sanguigno è *franco* e *aperto* nella confessione; il nervoso, invece, *vorrebbe* sfogarsi per mezzo di un colloquio spirituale, ma *non può*; il collerico *potrebbe* esprimersi, ma *non vuole*; il flemmatico, infine, *né può né vuole* farlo. Se non si tengono presenti tutte queste cose è facile impiegare procedimenti educativi controproducenti.

Bisogna infondere nel nervoso una grande *fiducia in Dio* e un *sereno ottimismo* della vita. Bisogna ispirargli una somma *fiducia in se stesso*, ossia, nell'attitudine della sua anima alle grandi imprese. Bisogna approfittare della sua inclinazione alla riflessione per fargli comprendere che non c'è nessun motivo di essere suscettibile, diffidente e riservato. Se è necessario, si sottoponga a un periodo di riposo e a una buona alimentazione<sup>2</sup>. Soprattutto bisogna combatterne l'indecisione e la codardia, facendogli prendere risoluzioni ferme e spingendolo a grandi imprese con coraggio e ottimismo.

---

<sup>1</sup> Cf. *Fondazioni* c. 7. Si tenga presente, tuttavia, che la «melanconia» di cui parla non si riferisce al semplice temperamento nervoso, ma alle stravaganze di un carattere capriccioso e nevrastenico.

<sup>2</sup> Santa Teresa curava molte monache melanconiche proibendo loro la lunga orazione, i digiuni e «obbligandole a distrarsi» (cf. *Quarte mansioni* 3, 12-13; *Fondazioni* 6, 14).

**§ 503. C) TEMPERAMENTO COLLERICO.** 1) **Caratteristiche essenziali in relazione all'eccitabilità.** Il collerico si eccita *prontamente e violentemente*. Reagisce all'*istante*. Però l'impressione gli rimane nell'anima per *molto tempo*.

2) **Buone qualità.** Attività, intelletto acuto, volontà forte, concentrazione, costanza, magnanimità, liberalità: ecco le eccellenti doti di questo temperamento ricchissimo.

I collerici, o biliosi, sono i grandi appassionati e volenterosi. Pratici, svelti, si sentono più inclinati a operare che a pensare. Il riposo e l'inazione ripugnano alla loro natura. Accarezzano sempre nel loro spirito qualche grande progetto. Appena si sono proposti un fine, pongono mano all'opera, senza indietreggiare dinnanzi alle difficoltà. Tra loro abbondano i capi, i conquistatori, i grandi apostoli. Sono uomini di governo. Non sono di coloro che lasciano per domani quello che dovrebbero fare oggi, ma fanno oggi quello che dovrebbero lasciare per domani. Se sorgono ostacoli e inconvenienti, si sforzano di superarli e di vincerli. Nonostante i loro impeti irascibili, quando riescono a reprimerli mediante la virtù acquistano una soavità e una dolcezza della miglior lega. Tali furono San Paolo Apostolo, San Girolamo, Sant'Ignazio di Loyola e San Francesco di Sales.

3) **Cattive qualità.** La tenacia del loro carattere li rende propensi alla durezza, all'ostinazione, all'insensibilità, all'ira e all'orgoglio. Se si resiste loro o se vengono contraddetti, diventano violenti e crudeli, a meno che la virtù cristiana moderi le loro inclinazioni. Vinti, conservano l'odio nel cuore fino a che suona l'ora della vendetta. Generalmente sono ambiziosi e tendono al comando e alla gloria. Hanno più pazienza del sanguigno, ma non conoscono tanto la delicatezza di sentimenti, comprendono meno il dolore degli altri, hanno nelle loro relazioni un tatto meno fino. Le loro passioni forti e impetuose affogano codeste dolci affezioni e codesti sacrifici disinteressati, che sgorgano spontaneamente da un cuore semplice. La loro febbre di attività e il loro ardente desiderio di raggiungere quanto si sono proposti li spinge a calpestare violentemente tutto quello che li trattiene e appaiono agli altri come egoisti senza cuore. Trattano gli altri con una alterigia che può giungere fino alla crudeltà. Tutto si deve piegare dinnanzi a loro. L'unico diritto che riconoscono è la soddisfazione dei loro appetiti e la realizzazione dei loro disegni.

4) **Educazione del collerico.** Tali uomini sarebbero di un inestimabile valore se sapessero dominarsi e controllare le proprie energie. Con relativa facilità giungerebbero alle più alte vette della perfezione cristiana. Moltissimi santi canonizzati dalla Chiesa possedevano questo temperamento. Nelle loro mani, le opere più difficili giungono a compimento. Per questo, quando

riescono a incanalare le loro energie sono tenaci e perseveranti nelle vie del bene e non retrocedono nel loro impegno finché non hanno raggiunto la méta. Bisogna consigliare loro di essere padroni di se stessi, di non operare precipitadamente, di diffidare dei loro primi moti. Occorre condurli alla pratica della vera umiltà di cuore, a sentire compassione dei deboli, a non umiliare nessuno, a non fare sentire violentemente la loro autorità, a trattare tutti con soavità e dolcezza.

**§ 504. D) TEMPERAMENTO FLEMMATICO.** 1) **Caratteristiche essenziali in relazione all'eccitabilità.** Il flemmatico, o non si eccita mai o si eccita soltanto *debolmente*. Anche la reazione è *debole*, quando non manca completamente. Le impressioni ricevute *scompaiono subito* e non lasciano orma nella sua anima.

2) **Buone qualità.** Il flemmatico lavora adagio, però assiduamente, purché non si richieda da lui uno sforzo intellettuale troppo grande. Non s'irrita facilmente a motivo d'insulti, d'insuccessi o malattie. Rimane tranquillo, discreto e giudizioso. È sobrio e ha un buon senso pratico della vita. Non conosce le passioni vive del sanguigno, né quelle profonde del nervoso, né quelle ardenti del collerico; si direbbe che manca assolutamente di passioni. Il suo linguaggio è chiaro, ordinato, giusto, positivo; più che colorito, ha energia e attrattiva. Il lavoro scientifico, frutto di una lunga pazienza e di coscienziose investigazioni, gli conviene di più che le grandi produzioni originali. Il cuore è buono, però sembra freddo. Se è necessario, si sacrificherà fino all'eroismo; però gli manca entusiasmo e spontaneità, perché la sua natura è indolente. È prudente, riservato, riflessivo, opera con sicurezza, raggiunge i suoi fini senza violenza, perché allontana gli ostacoli invece d'infrangerli. Alle volte la sua intelligenza è molto chiara. Fisicamente, il flemmatico è di viso amabile, di corpo robusto, di andatura lenta. San Tommaso d'Aquino possedette i migliori elementi di questo temperamento e portò a termine un lavoro colossale con serenità e calma imperturbabile.

3) **Cattive qualità.** La sua lentezza gli fa perdere delle buone occasioni, perché tarda troppo a mettersi in cammino. Non s'interessa gran che molto di quello che avviene fuori di lui. Vive per se stesso, in una specie di concentrazione egoista. Non serve a comandare e a governare. Non è affezionato alla penitenza e alla mortificazione; se è religioso, non abuserà dei cilici. È del numero di coloro a cui si riferisce Santa Teresa, quando scrive: «*Le penitenze di queste anime sono così ben misurate come tutta la loro vita... Non abbiate paura che si ammazzino!... In questo i loro occhi sono molto aperti*»<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> Santa Teresa, *Terze mansioni* 2, 7.

Nei casi più urgenti rimangono atoni, dormiglioni e vaghi, completamente insensibili alle voci di ordine superiore che potrebbero smuoverli dal loro letargo.

4) **Educazione del flemmatico.** Si può trarre buon partito dal flemmatico, se gli s'inculcano convinzioni profonde e si esigono da lui sforzi metodici e costanti. A poco a poco giungerà molto lontano. Però occorre scuoterlo dal suo letargo e dalla sua indolenza, spingerlo ad alte mete, accendere nel suo cuore apatico la fiamma di un grande ideale. Bisogna condurlo al pieno dominio di se stesso, non come il collerico — contenendolo e moderandolo — ma, al contrario, eccitandolo e risvegliando le sue forze addormentate.

**§ 505. Conclusione generale sui temperamenti.** Il lettore che ha scorso queste pagine non avrà forse trovato in nessuna di esse i lineamenti completi della sua particolare fisionomia. La realtà è più complessa di tutte le categorie speculative. Frequentemente troviamo nella pratica, riuniti in un solo individuo, elementi appartenenti ai temperamenti più diversi. Ciò spiega, in buona parte, la diversità di teorie e classificazioni tra gli autori che si occupano di queste cose. Tuttavia è fuori dubbio che in ogni individuo *predominano* certi tratti di temperamento che permettono di catalogarlo, con le dovute riserve e precauzioni, in qualcuno dei quadri tradizionali. D'altra parte, senza negare la grande influenza del temperamento fisiologico nel quadro generale della psicologia umana, date le intime relazioni esistenti tra l'anima e il corpo, dobbiamo guardarci dall'attribuirgli un'importanza esagerata — soprattutto in relazione alla moralità dei nostri atti — come fanno certi razionalisti, che attribuiscono al temperamento l'unica responsabilità dei nostri disordini.

**§ 506. Il temperamento ideale.** Se volessimo ora esporre in sintesi le caratteristiche del temperamento ideale, prenderemmo qualche cosa da ognuno di quelli che abbiamo descritto. Chiederemmo al sanguigno, la sua simpatia, il suo grande cuore e la sua vivacità; al nervoso, la profondità e la delicatezza dei suoi sentimenti; al collerico, la sua inesauribile attività e la sua tenacia; al flemmatico, infine, il dominio di se stesso, la prudenza e la perseveranza.



## BIBLIOGRAFIA

FOUILLÉE, *Tempérament et caractères* (1895); *Les caractères* (Paris 1902); MALAPERT, *Les éléments du caractère et leurs lois de combinaison* (1897); GUIBERT, *Il carattere*; FROEBES, *Psicología empirica y experimental t. 2*; TANQUEREY *Compendio di Teologia ascetica e mistica app.*; C. HOCK, *Los cuatro temperamentos* (Buenos Aires 1940); BRENNAN, *Psicología general* (Madrid 1952); BARBADO, *Estudios de psicología experimental t.2* (Madrid 1948).