

P. Miguel Ángel Fuentes, IVE

L'ESAME PARTICOLARE E IL DIFETTO DOMINANTE



Collana Virtus/1

ED. IVI



Collana Virtus

L'ESAME PARTICOLARE E IL DIFETTO DOMINANTE

P. Miguel Ángel Fuentes, IVE

Traduzione all'italiano: Seminario San Vitaliano Papa

Uno speciale ringraziamento a Chiara Adami

del gruppo giovanile Voci del Verbo per la correzione del testo

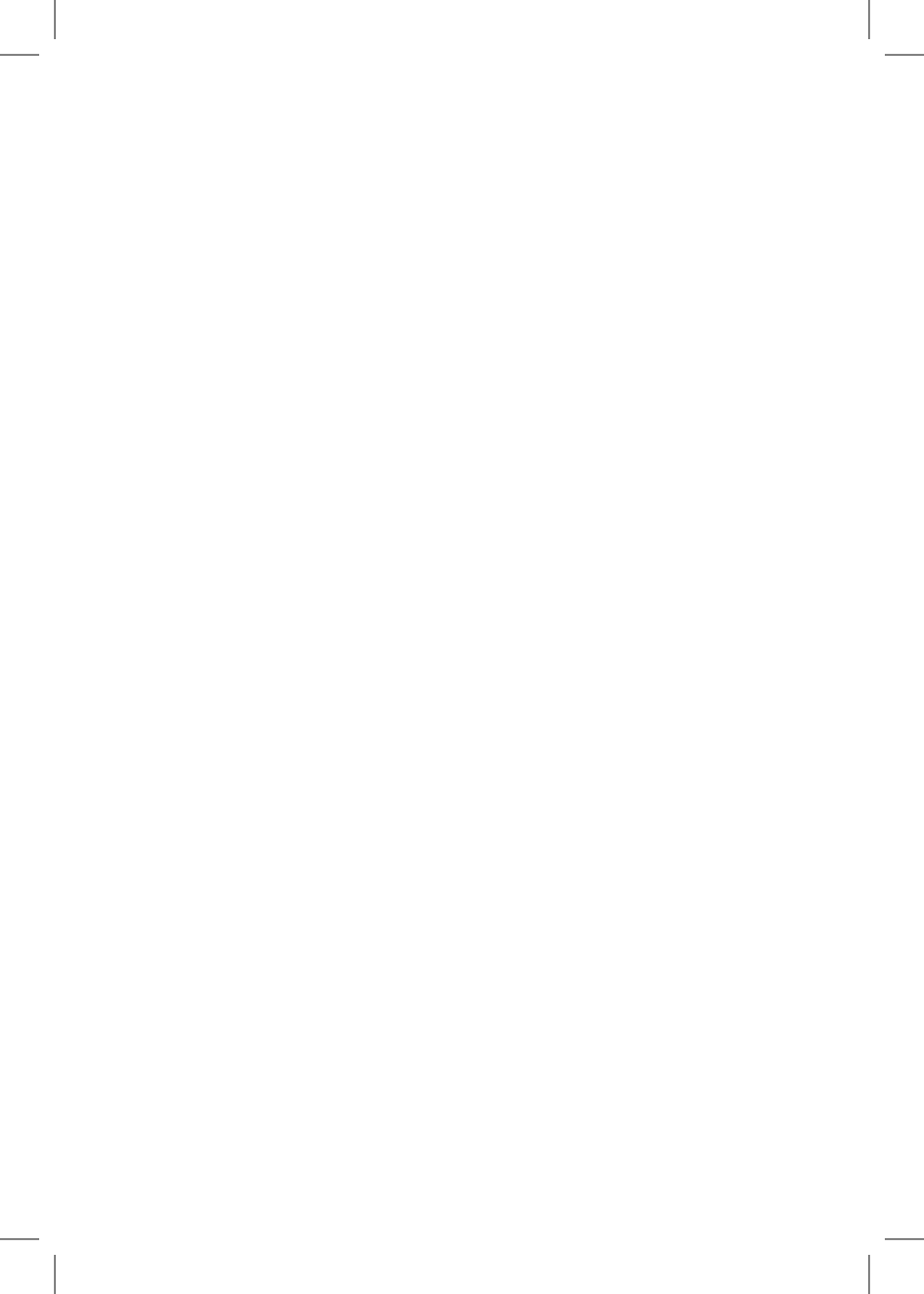


Istituto del Verbo Incarnato
ED.IVI

Questo lavoro è formato da tre parti. Nella prima, presentiamo la natura ed il modo di compiere l'esame particolare di coscienza, vero motore della vita spirituale; nella seconda parliamo del difetto dominante, che sarà, in molti casi, la materia principale dell'esame particolare di coscienza; ed, infine, nella terza diamo alcune idee generali sui temperamenti, con la conoscenza dei quali è più facile trovare la passione dominante di ognuno.

INDICE

| | |
|---|----|
| I. L'ESAME PARTICOLARE DI COSCIENZA | 7 |
| Importanza | 7 |
| In cosa consiste | 10 |
| Modo di praticarlo | 11 |
| Contenuto: su cosa esaminarsi? | 17 |
| Lavoro previo | 20 |
| Il lavoro propriamente detto | 27 |
| Effetti | 28 |
| II. IL DIFETTO DOMINANTE | 30 |
| L'ignoranza del tema nelle persone buone | 30 |
| La sua natura | 31 |
| La necessità di combatterlo | 35 |
| Mezzi per conoscerlo | 36 |
| Modo di combatterlo | 39 |
| Il difetto dominante e i vizi capitali | 41 |
| Conclusione | 45 |
| III. I TEMPERAMENTI O DISPOSIZIONI INNATE | 46 |
| Temperamento e carattere | 46 |
| Tipi di temperamento | 52 |
| (I) L'appassionato | 52 |
| (II) Il collerico | 55 |
| (III) Il sentimentale | 58 |
| (IV) Il nervoso | 61 |
| (V) Il flemmatico | 64 |
| (VI) Il sanguigno | 67 |
| (VII) L'apatico | 69 |
| (VIII) Il linfatico | 71 |
| A cosa ci servono queste descrizioni? | 72 |



I. L'ESAME PARTICOLARE DI COSCIENZA

I classici della spiritualità cristiana, dai monaci del deserto nei primi secoli della nostra era, ma specialmente a partire da Ignazio di Loyola nel XVI secolo, hanno considerato come metodo privilegiato per educare la volontà, cioè per acquisire virtù, estirpare i vizi e correggere i difetti, il lavoro giornaliero su di un punto ben determinato della nostra vita spirituale o affettiva.

Importanza

Lo considero il metodo personale *più utile* per combattere non solo i difetti comuni, ma anche i vizi radicati e i problemi che danno assuefazione (in quest'ultimo caso è essenziale che *allo stesso tempo* si realizzino le terapie necessarie e adeguate). Mi sembra che questo metodo, semplice ma esigente, sia molto conveniente per chi voglia avanzare nella vita spirituale e si renda indispensabile per chi debba risolvere conflitti affettivi. Ogni direttore spirituale – così come il terapeuta – è libero di scegliere i propri metodi di lavoro e a molti questo non piace (“ad ogni maestro il suo libricino”, recita il detto). Rispettando la libertà di scelta di ognuno, propongo questo strumento che ha già dato eccellenti risultati spirituali e psicologici durante i secoli¹. Lo stesso sant'Ignazio,

1 Scriveva Pio XII ai sacerdoti: “Nè ometta il quotidiano

suo grande sistematizzatore e divulgatore, lo praticava attentamente, come riferisce P. Laínez a P. Polanco: “Ha tanta attenzione riguardo la propria coscienza che ogni giorno confronta settimana con settimana, mese con mese, giorno con giorno; e cerca ogni giorno di trarre profitto”². P. Narciso Irala cita le parole del dottor Schleich, protestante, professore della Facoltà di Medicina di Berlino: “Affermo con sicura convinzione – dichiara – che se si adottassero queste norme e questi esercizi, potremmo fin d’ora trasformare manicomi, prigioni e cliniche psichiatriche ed impedire che vi entrino i due terzi di coloro che vi sono ricoverati”³.

Questo metodo è allo stesso tempo misuratore della propria volontà (*volontimetro*) e generatore di volontà (*voluntigero*)⁴; focalizza l’attenzione e le energie della persona in un punto preciso, il che aumenta la capacità della volontà di realizzare gli atti che dovranno culminare nell’obiettivo proposto.

esame di coscienza per conoscere e giustificare se stesso, che è mezzo certamente assai efficace sia per rendersi conto dell’andamento della vita spirituale durante il giorno, sia per rimuovere gli ostacoli che intralciano o ritardano il progresso nella virtù sia infine per conoscere i mezzi più idonei per assicurare al ministero sacerdotale maggiori frutti e implorare al Padre Celeste indulgenza su tante nostre miserie.” (Pio XII, *Menti Nostrae*, 52).

2 Cf. López Tejada, D., *Los Ejercicios Espirituales de san Ignacio de Loyola*. Commento e testi affini, Madrid (2002), 191 (traduzione nostra, d’ora in poi t.n.)

3 Irala, *Il controllo del cervello*, San Paolo, Milano 1997, 170

4 Cf. Irala, *Il controllo del cervello*, 170. Lui usa questi termini (nella versione spagnola, n.d.t.)

È un peccato che siano così poche le persone che ricorrono a questo metodo, vero bastone per camminare nella formazione della volontà, nello sradicamento effettivo dei difetti e nella crescita della virtù. Ed è ancora peggiore la triste realtà che osserviamo negli innumerevoli laici cattolici, religiosi e sacerdoti, i quali, conoscendolo ed essendo consapevoli della sua importanza e necessità, non lo curano, lo realizzano con sorprendente indolenza e infine lo abbandonano... e poi si meravigliano di continuare a radicare vizi e difetti o semplicemente di vivere stagnanti nel cammino spirituale⁵!

Questo si deve, in parte, all'abbandono generale della vita spirituale (da parte dei fedeli e dei pastori), in parte a pregiudizi contro qualsiasi progetto spirituale serio (e indubbiamente questo è un elemento essenziale per un progetto spirituale serio) e in parte, infine, all'ignoranza della sua natura e del suo fine. Quando s'ignora questo punto, come faceva notare Casanovas, l'esame "si converte in un meccanismo complicato e fastidioso, a mo' di penitenza spirituale"⁶.

5 Scrive Royo Marín: "Omettere con frequenza l'esame o essergli materialmente fedele, praticandolo però con uno spirito abitudinario e senza vita, significa condannarlo ad una sterilità quasi assoluta. L'anima che vuole santificarsi veramente deve persuadersi che si frusteranno in gran parte gli altri mezzi di progresso se non vengono sottomessi al controllo dell'esame quotidiano di coscienza praticato con fedeltà" (Royo Marín, A., *Teologia della perfezione Cristiana*, Roma [2003], 923).

6 Casanovas, Ignacio, *Ejercicios Espirituales de san*

In cosa consiste

L'esame è allo stesso tempo uno "stato" e "una operazione dello spirito". È uno *stato dello spirito* nel senso che è "una disposizione generale dell'uomo che lo fa stare sempre attento e vivamente interessato a conoscere, discernere e perfezionare, per quanto gli sia possibile, le reazioni prodotte nella sua anima"⁷. Ho qui il primo vantaggio per una persona con difetti radicati o disordini affettivi: la sua *attitudine* diventa *interesse a cambiare, a migliorare e a vivere coscientemente la sua vita e i suoi moti interiori* (cosa che non è possibile quando la persona è affondata nel pozzo degli affetti senza giudizio). Ed è anche *un'operazione* che "richiede le sue ore determinate e ha leggi precise per la sua esecuzione. L'operazione senza lo spirito termina in una routine noiosa e sterile; lo spirito senza l'operazione manca di efficacia pratica"⁸.

Continua a fare notare Casanovas che "ci sono due classi di persone che sbagliano nella spiegazione dell'esame di sant'Ignazio; quelli che si preoccupano solo di moltiplicare i particolari pratici esigendo il loro compimento in un modo quasi superstizioso, e

Ignacio de Loyola, Balmes, Barcelona 1945, 363. Uno dei più celebri commentatori di sant'Ignazio. (t.n.)

7 Casanovas, Ignacio, *Ejercicios*, 364. (t.n.)

8 *Ibidem.*(t.n.)

quelli che lo disprezzano, considerandolo un sistema di contabilità, inappropriato per i temi spirituali e snervante per i cuori. È allo stesso modo superficiale ed ingiusta la posizione degli uni come quella degli altri”⁹.

Insomma: l’esame “si propone di conservare lo spirito sveglio ed attivo in tutte le ore del giorno, affinché l’uomo raggiunga l’obiettivo che si è proposto, nella maniera più seria ed efficace. Questo è il primo e principale aspetto, perché è come la vita spirituale dell’anima. Quanto viene dopo di questo, è secondario nonostante abbia molta importanza; e lo deve guardare e trattare come secondario chi vuole dare alle cose il loro giusto valore, senza peccare nè per eccesso nè per difetto”¹⁰.

Modo di praticarlo

Il miglior *modo* di praticare questo esame è quello che spiega sant’Ignazio di Loyola nei suoi Esercizi spirituali¹¹. Il santo distribuiva il lavoro in tre momenti fondamentali:

1° Alla mattina, dopo essersi svegliati, tra le prime cose da fare, si deve determinare con precisione l’obiettivo del lavoro, cioè il *proposito o progetto personale spirituale* che si ha tra le mani (quello che

9 Ibidem, 364-365.(t.n.)

10 Ibidem, 365(t.n.)

11 Sant’Ignazio di Loyola, *Esercizi Spirituali*, nn. 24-31.

si vuole correggere, sradicare o acquisire, come un difetto, una virtù, un'abitudine o una consuetudine). È una presa di coscienza. Inoltre, ogni cristiano che sa che l'esito del suo lavoro dipende dall'aiuto di Dio, deve anche chiedere in questo primo momento il suo aiuto per realizzare bene il lavoro. A chi costa molto questo passo può risultare molto utile scrivere una piccola preghiera che menzioni ciò che vuole raggiungere e i motivi. Per esempio, chi volesse lavorare *sull'umiltà*, potrebbe scrivere qualcosa come:

“Signore mio, Gesù Cristo, ti chiedo luce e grazia per fare in questo giorno tutti gli sforzi per guadagnare e crescere nella virtù dell'umiltà. Specialmente oggi voglio essere umile praticando l'umiltà nelle parole, tanto in quello che dico su di me, quanto in quelle con cui mi riferisco al prossimo. Voglio vivere l'umiltà ad imitazione del tuo cuore umilissimo e mite. Ti chiedo questa grazia per intercessione della tua santa ed umile Madre”.

Si noti che in questa possibile preghiera non solo ho indicato la virtù che cerco di acquistare, ma anche l'atto concreto in cui voglio incarnarla in questo preciso giorno. Più avanti vedremo l'importanza e il modo di determinare i possibili atti concreti che dobbiamo praticare *uno alla volta*.

2° A metà giornata (prima o dopo pranzo più o meno, o in ogni caso quando risulti più comodo) si devono fare due cose:

a) Ricordare quante volte si è mancato nel proposito prefissato (o se si sono compiuti gli atti positivi proposti). A tal fine, risulta qualche volta conveniente *ripassare* ciò che si è fatto durante la mattina ora per ora o di luogo in luogo, ed *annotarlo* in qualche libretto o agenda. Alcuni si lamentano della “materialità” di quest’azione e preferiscono non scendere così nel particolare, limitandosi ad affidare questo lavoro alla memoria; ma dimenticano che la finalità di questo sforzo è vincere la *debolezza* e la *pigrizia*; per questo consiglio che si faccia come viene indicato qui, tranne da parte di chi abbia malattie affettive o difetti molto radicati. D’altra parte, conviene non solo *osservare e annotare* quante volte si è mancato, ma i *motivi* per i quali ciò è avvenuto, per correggersi e forgiare la prudenza d’ora in poi.

b) Inoltre si deve tornare a rinnovare il proposito per ciò che resta del giorno.

Sant’Ignazio proponeva il seguente metodo di annotare (che ogni persona può adattare alla modalità che la aiuta di più):

| | |
|----------|--------|
| Giorno 1 | m..... |
| | s..... |
| Giorno 2 | m..... |
| | s..... |
| Giorno 3 | m..... |
| | s..... |
| Giorno 4 | m..... |
| | s..... |
| Giorno 5 | m..... |
| | s..... |
| Giorno 6 | m..... |
| | s..... |
| Giorno 7 | m..... |
| | s..... |

Per ogni giorno ci sono due linee, nella prima si annotano (con qualche segno) le mancanze (o, al contrario, il compimento degli atti proposti) della mattina, nella seconda quelle della sera.

3° Infine, al termine del giorno, si deve tornare a fare l'esame, ripassando questa volta le mancanze che si sono compiute da mezzogiorno fino a quel momento. Di nuovo si deve annotare questo nello spazio corrispondente.

È molto conveniente, insegna lo stesso sant'Ignazio, che quando una persona prende coscienza di aver mancato al suo proposito, faccia qualche gesto esterno, del quale solo egli conosca il significato (come mettere la mano al petto, per esempio) in modo tale che manifesti il suo dispiacere per essere caduto. Lo

stesso vale per quando realizza qualcuno degli atti che si era proposto di fare: deve farlo prendendo coscienza di quello che fa. Fa notare Casanovas che questo *prendere coscienza* dell'atto stesso con cui si cade in un difetto (che ci siamo proposti evitare) o si pratica una virtù (che ci siamo proposti di realizzare) ha un'importanza capitale: “dopo la detta previsione [cioè prevedere quale atto compiremo o eviteremo] non c'è cosa più importante di rendersi conto delle proprie azioni; allo stesso modo non c'è cosa più fatale che l'incoscienza delle cadute o la routine nell'agire (...)

Questa attenzione alle cadute deve essere *interamente cosciente* e deve manifestarsi fino ad un'azione esterna, portandosi, per esempio, la mano al petto. Questo gesto esterno denota il pentimento, se si è caduti nella mancanza, ed è inoltre un rinnovamento del proposito di non cadere. Non è possibile che si abitui alle cadute chi si rende conto di ogni scivolone, si pente all'istante e dalla stessa caduta prende spunto per rinnovare il suo spirito. Se questo rinnovamento si fa come conviene, talvolta lo stesso scivolone serve da stimolo e spinge a fare un salto avanti, come è solito capitare con gli scivoloni materiali”¹². Questo non è molto lontano da coloro che lottano contro problemi gravi e radicati e che chiamano *sani rituali*¹³.

12 Casanovas, *ibidem*, 368-369 (t.n.)

13 Così, per esempio, le persone che hanno un'assuefazione e lottano per liberarsene. Nelle assuefazioni si creano certi “rituali”

Non ignoro che alcuni direttori spirituali (spesso maldestri), considerano questo tipo di lavoro come una *meccanizzazione* della vita spirituale; senza dubbio perfino i buoni psicologi lo considererebbero per lo meno un metodo efficace. Non c'è dubbio che questo, se mal fatto, può far diventare il lavoro spirituale o quello psicologico un'inutile automatizzazione; per questo abbiamo avvertito che è necessario dargli uno spirito; perché la lettera senza lo *spirito* uccide (cf. 2Cor 3,6).

Inoltre, nell'esame della sera, la persona dovrà osservare se ha migliorato la propria condotta rispetto alla mattina; ed ogni giorno (o almeno qualche volta alla settimana) dovrà comparare il proprio lavoro con il giorno o i giorni precedenti, guardando se è migliorato o peggiorato, cercando i motivi (se è migliorato per continuare a lavorare su questa linea; se è peggiorato per correggere quelle cose che lo fanno retrocedere nel lavoro); e di tanto in tanto comparare una settimana con le precedenti, guardando se si avvicina o si allontana dai suoi obiettivi.

Seguendo questo metodo con un lavoro costante, in pochi mesi si possono correggere difetti profondamente radicati. Ma c'è bisogno di perseveranza e tenacia, e

che la persona assuefatta segue strettamente quando precipita il suo ciclo assuefatto. Per questo, gli specialisti fanno notare l'importanza di creare rituali "sani", cioè routines o automatismi non già malatici ma propri di persone sane (cf. Miguel Fuentes, *La trampa rota*, San Rafael [2008], 279-281) (t.n.)

di sufficiente umiltà per tornare a cominciare quando si prende coscienza di essere caduti.

Gli effetti di questo esame sono tanto importanti per correggersi che sono convinto che questo tipo di lavoro debba essere inserito anche nel trattamento delle persone con assuefazioni e disturbi affettivi.

Contenuto: su cosa esaminarsi?

In quanto al *contenuto* dell'esame deve trattarsi sempre di qualcosa di molto preciso e determinato e sufficientemente conosciuto a chi compie questo esercizio.

Innanzitutto, deve essere qualcosa di *ben determinato*. I principali errori nel lavoro della volontà (ed anche in altri campi) derivano dal proporsi piani molto generali (per esempio, “voler essere umile”, o “voler essere generoso”). Sebbene l'umiltà o la generosità siano virtù concrete, si tratta ancora di propositi generali; ma affrontando genericamente le cose non si può avanzare nel cammino spirituale. Per questo il proposito particolare deve essere sempre qualcosa di concreto e tanto più è particolareggiato, meglio è. Se, per esempio, si vuole crescere nell'umiltà, si dovranno puntualizzare i propositi: quali atti concreti d'umiltà (negli sguardi, nelle parole, nei gesti?), o rispetto a chi (superiori, sudditi, coniuge, amici, genitori, o in quali momenti del giorno, ecc). Una volta

che, dopo un periodo di lavoro, si sia conseguita una certa abitudine a questi atti, si può passare a nuovi atti di umiltà. In questo campo vale lo stesso che negli altri: si devono praticare con disinvoltura le piccole cose per poter, in seguito, governare le grandi.

Secondo: come *scegliere* la materia sulla quale si deve lavorare? Riporto un testo del già citato Casanovas: “Generalmente gli autori ascetici sottolineano la necessità che c’è di scegliere abilmente il difetto o la virtù particolare sulla quale si deve fare l’esame particolare; e per assicurare questo punto, stabiliscono la teoria della passione dominante¹⁴, affermando che per primo si deve attaccare il vizio principale, poi i secondari ed infine si deve esercitare una virtù. Tutto questo è molto appropriato, mirato come teoria fondata nel valore dei vizi e delle virtù, *ma se si segue il fine* al quale si ordina l’esame particolare

14 Anche se tratteremo del tema nella seconda parte di quest’opera, andiamo un po’ oltre, per capire bene quello che stiamo dicendo. Per passione o difetto dominante, Casanovas si riferisce alla propensione o inclinazione ad un determinato atto peccaminoso prodotta dalla ripetizione frequente dello stesso atto. Tutti nasciamo con predisposizioni naturali a certi atti buoni e ad altri cattivi che sono parte del nostro temperamento. Se la volontà non si oppone fin dal principio a queste predisposizioni connaturali al male, queste acquisteranno subito maggior forza e diventeranno veri difetti. Il “difetto dominante” nell’uomo è quell’inclinazione il cui impulso è più frequente e più forte, anche se non sempre si osserva esteriormente. È solito essere la fonte degli altri difetti e peccati nei quali ogni persona cade frequentemente.

secondo lo spirito di sant'Ignazio, *talvolta conviene seguire un criterio diverso*. Essendo il fine dell'esame particolare mantenere sempre vivo e molto attivo il desiderio della santità, si deve precisare che ciò che soddisfa il tipo di persona e le circostanze nelle quali si trova, debba essere più efficace per accendere questo desiderio, anche se questo rompe i modelli dell'ordine, obiettivo col quale diamo valore ai vizi o alle virtù.

È tanto grande la diversità nella quale si trovano gli spiriti rispetto ad uno stesso grado di perfezione o imperfezione, e sono tanto varie le disposizioni nelle quali uno stesso spirito si può trovare, che si rende molto difficile decretare a priori quello che è di maggior profitto. Non perdiamo mai di vista, che la santità è una vita e non una teoria, per quanto sia ben pensata; e che l'esame particolare non è un fine in base al quale si deve plasmare la vita dell'anima, ma un mezzo per conservarla e perfezionarla"¹⁵. Pertanto, ciò su cui una persona deve esaminarsi deve essere determinato secondo le necessità di questa persona concreta "qui e adesso". Per tal motivo, per esempio, una persona dominata da un vizio come la lussuria o l'alcool, nonostante la sua passione o vizio dominante siano la lussuria o le bevande, talvolta si esamini, perlomeno in qualche momento della propria vita, sulla fiducia e abbandono in Dio (dato che, senza questi

15 Casanovas, ibidem, 370-371.(t.n.)

atteggiamenti è impossibile riuscire a recuperare), o sull'umiltà (quando c'è qualche complesso d'inferiorità alla radice), o su altri atti diversi quando si prova ad usare l'esame principalmente al fine di rafforzare o elevare la forza di volontà.

Lavoro previo

Sostengo che non si può acquisire una virtù o combattere un vizio o difetto se non si conosce bene il terreno sul quale si va a lavorare. Un buon militare studia meticolosamente il proprio esercito, il suo nemico ed il terreno sul quale si svolgerà la battaglia; se non fa così, ha la sconfitta assicurata. Nel nostro caso succede qualcosa di simile; se una persona vuole acquisire una virtù, deve diventare, in un certo senso, “specialista” di essa. Quando qualcuno mi dice, per esempio, “io credo di dover lavorare sulla mansuetudine perché il mio problema principale è l'ira”, sono solito rispondergli: “mi sembra una buona idea; dimmi quindici atti che metterai in pratica per raggiungere questo obiettivo”. La maggior parte rimangono perplessi; al massimo vengono loro in mente una o due azioni; questo significa che di questa virtù sanno poco e niente; ma in questo modo non è possibile un lavoro serio, perché non potranno rendersi conto delle opportunità che gli si presentano per praticare questa virtù se non sanno bene cosa sia

questa virtù e le diverse situazioni nelle quali opera; lo stesso si dica dei vizi. Chi vuol lavorare sul serio, deve (secondo le proprie possibilità e capacità) studiare l'argomento.

Per questo, per un lavoro serio, raccomando, prima di tutto di leggere quello che dicono i libri classici di spiritualità o morale sulla virtù che si pretende acquisire o sul vizio che si vuole sradicare (per esempio, qualche opera di Antonio Royo Marín, Tanquerey, Garrigou-Lagrange, Merkelbach, Prümmer, ecc.).

Una volta fatto questo, si sarà in condizione di fare una lista, il più esauriente possibile, di tutti gli atti che uno veda legati in modo *diretto* o *indiretto* alla virtù o al vizio che si vuole affrontare, così come si presenta *nella vita quotidiana della persona interessata*. Una lista di quindici o venti atti è ottima. Qui offro, a mo' di esempio, alcuni schemi d'orientamento sulla castità (ed il suo contrario: la lussuria), sull'accidia (ed il suo contrario: la meticolosità) e sull'umiltà (ed il suo contrario: l'orgoglio). Il modo nel quale sono strutturati può suggerire altri possibili schemi:

Esempio 1: materiale per un lavoro sulla castità e sulla lussuria

A. La principale causa dei peccati di lussuria sono le *occasioni di peccato* che si presentano alla *vista*; pertanto:

- Non guarderò mai la televisione quando sarò da solo.

- Deciderò un orario limite per coricarmi e giunto a quest'ora non acconsentirò mai a continuare a guardare la televisione o ad essere connesso ad Internet.
- Non navigherò su Internet in qualsiasi luogo dove non possa essere visto da altri; utilizzerò filtri contro la pornografia e (se sono religioso) programmi che facciano vedere ai miei superiori i siti che visito.
- Non entrerà in "chat" o lo farò esclusivamente alla vista di altre persone o familiari.
- Proteggerò la mia vista da riviste, giornali, ecc.
- Eviterò luoghi ed ambienti pericolosi.
- Interromperò quell'amicizia che è puramente superficiale e frivola.

B. Altra causa principale della caduta nella lussuria è la *sensibilità* (o mollezza dei sensi); pertanto, per vincere questo problema:

- Cercherò di essere mortificato nel mangiare.
- Farò penitenza corporale, nella misura che mi sia possibile, per mantenere il dominio sul mio corpo.
- Mortificherò i miei sensi, privandomi qualche volta di cose buone (per esempio: guardare qualche cosa onesta, sentire un profumo gradevole, toccare qualche cosa di piacevole; non perché sia una cosa cattiva, ma per imparare a rinunciare a qualcosa di lecito: ciò mi renderà più forte quando dovrò dire "no" alle tentazioni illecite).
- Manterrò la mia igiene personale non cercando la comodità, ma di forgiare la mia volontà: mortificando i miei sensi (per esempio, con un colpo di acqua fredda nella doccia), dedicando alla mia igiene personale poco tempo, essendo ordinato nelle mie cose, ecc.

C. Altra fonte di cadute nella lussuria è *l'ozio*; per questo:

- Cercherò di essere sempre occupato, anche quando non abbia obblighi (pertanto, cercherò di avere buone letture, di praticare qualche hobby, di dedicarmi a qualche lavoro manuale, ecc.).
- Cercherò di fare almeno due volte alla settimana qualche esercizio fisico (camminata, sport, ginnastica, ecc.).

D. Molti cadono in peccati di lussuria per il loro *orgoglio*; quindi:

- Dovrò vigilare su questo punto, cercando di essere ogni volta più umile; approfitterò delle occasioni di umiliarmi in lavori ed occupazioni “basse” agli occhi degli altri (e anche ai miei).
- Chiederò a Dio la grazia di accettare con umiltà le mortificazioni alle quali mi sottomettono gli altri.

E. Non posso aspirare alla virtù della castità senza *l'aiuto di Dio*; pertanto:

- Riceverò la Comunione frequentemente (giornalmente, se possibile), e la confessione settimanale.
- Non abbandonerò mai la devozione alla Madonna, in particolare il Rosario giornaliero.

F. Dice la sacra Scrittura che chi considera la natura del peccato e le conseguenze non pecca; pertanto:

- Considererò la malizia del peccato di lussuria, la degradazione che impone al mio corpo.
- Ricorderò giornalmente (soprattutto prima di coricarmi) che un giorno dovrò morire e che ne ignoro il momento, che sarò giudicato per tutti i miei atti e che mi salverò o condannerò secondo ciò che avrò compiuto (bene o male).

G. La castità è una virtù che si acquisisce con atti positivi, benché indiretti; pertanto:

- Sarò modesto nel modo di vestire.
- Onesto nel mio modo di parlare e nei miei gesti (nulla di volgare, di vano, che richiami l'attenzione).
- Prudente ed equilibrato nel comportamento affettivo con gli altri.
- Puro negli sguardi (guarderò ogni persona come voglio che guardino mia sorella o mio fratello e mio padre o mia madre).
- Chiederò la grazia del pudore ed agirò in tutto con pudore.

Esempio 2: materiale per un lavoro sull'accidia e sulla sollecitudine

A. L'accidia è tristezza delle cose spirituali; per questo: chiederò di rallegrarmi delle cose spirituali (Messa, preghiera, prove, malattie, fallimenti). Per questo: Includerò i miei fallimenti giornalieri nel ringraziamento di ogni giorno.

B. L'accidia ci spinge a fare con negligenza, abbreviare od omettere gli atti spirituali, per ragioni futili; pertanto mi propongo di:

- Non abbreviare nessuno degli atti nei quali mi attacca l'accidia (sia atto di pietà che preghiera).
- Non ometterli per nessuna ragione che non provenga dall'obbedienza o dall'urgenza della carità o dai doveri pastorali. Al contrario, cercherò di compiere queste opere con perfezione.

C. L'accidia fa che mi affretti nel terminare ciò che non mi piace. Pertanto:

- Non mi affretterò negli uffici che più mi ripugnano.
- Darò alla preghiera il tempo che merita (ringraziamento dopo la Messa, esame di coscienza, preparazione per la Messa).
- Non farò nessuna delle cose che più mi piacciono quando queste occupino il posto o il tempo di altre che devo fare per dovere di stato.

D. Fa scegliere i compiti in base al piacere che procurano. Pertanto:

- Sceglierò le mie attività secondo l'urgenza, l'utilità del prossimo o le richieste dei miei superiori.

E. Figlia dell'accidia è la disperazione (ripugnanza o fuga da ciò che è difficile). Per questo:

- Devo riempire l'anima della speranza di poter portare avanti le opere che Dio mi chiede, anche quando mi sembrano molto fastidiose o pesanti o impossibili da compiere.

F. Genera pusillanimità nell'affrontare ciò che sembra difficile. Pertanto:

- Affronterò con grande animo e generosità le opere precise della mia santificazione giornaliera.

G. Genera rancore ed amarezza contro coloro che ci comandano o chiedono le cose che ci costano o non ci piacciono. Pertanto:

- Avrò obbedienza e buono spirito verso chi mi comanda (superiore) o mi chiede di fare un lavoro che non mi piace; questo implica: non lamentarmi di ciò che mi è stato comandato, non far notare che mi si chiede qualcosa di pesante o ingiusto (una sorta di “vendetta” che fa sentire il superiore un tiranno).
- Tratterò con carità squisita e pazienza chi mi chiede cose che costano o mandano all'aria i miei piani (chi tratto male per questo, affinché non torni a chiedere o affinché sia breve).
- Genera “divagazione”, curiosità, loquacità, inquietudine corporale... ossia, “palliativi”, “divertimenti” con i quali compensiamo lo sforzo del dovere. In questo ordine farò tutto il possibile per non distrarmi o cercare “fughe” nelle distrazioni. Lascero la ricreazione per quando sia il momento della ricreazione. Durante il tempo di lavoro o preghiera, al contrario, metterò tutto l'impegno per fare bene il mio dovere.

H. Per combattere la desolazione che accompagna alcuni atti spirituali devo meditare sul valore e sull'importanza che questi atti hanno per la mia vita.

- Aumentare ciò che accresce la carità (contro la quale si oppone l'accidia):
- Devozione all'Eucaristia
- Devozione alla Madonna.
- Lettura e meditazione della sacra Scrittura.

I. La tentazione dell'accidia può essere una purificazione divina. Per questo:

- Chiederò a Dio la pazienza... molta pazienza!

Esempio 3: materiale per un lavoro sull'umiltà e sull'orgoglio

A. L'umiltà germoglia dalla corretta conoscenza di me stesso, dei miei peccati, dell'azione di Dio nella mia anima, e questo è una grazia che devo chiedere; per questo, devo:

- Chiedere la grazia di crescere nell'umiltà
- Pregare le litanie dell'umiltà (del Cardinal Merry del Val)

B. E devo anche usare i mezzi per conoscere me stesso; per questo devo:

- Fare memoria dei miei peccati
- Ricordate che tutto ciò che ho di buono, Dio me l'ha dato gratuitamente

C. L'orgoglio mi rende gravosa l'obbedienza, soprattutto a chi mi è pari o inferiore; perciò devo:

- Obbedire docilmente ai miei pari od inferiori.
- Chiedere che un altro mi indichi cosa fare (cercare l'obbedienza).

D. L'orgoglio mi fa sentire ingiuste le burle e le umiliazioni; in questo senso devo:

- Sopportare in silenzio le burle e le umiliazioni.
- "Seguire la corrente" quando si scherza su di me (imparare a ridere di me stesso).

E. L'orgoglio mi porta a credermi superiore degli altri, a giudicarli e a non saper accettare l'aiuto altrui; pertanto, mi sforzerò di:

- Chiedere aiuto ad altri (consiglio, opinione, spiegazione).
- Cercare la compagnia di coloro che sento che "mi fanno ombra".
- Non intrattenermi nel pensare ai difetti altrui.
- Parlare bene degli altri.

F. L'orgoglio mi porta a cercare la vanagloria che danno gli uomini; per questo proverò a:

- Non parlare di me stesso, specialmente se è a mio onore.

- Non ascoltare chi parla bene di me.
- Non dare la mia opinione se non me la chiedono o non è necessaria.

G. L'orgoglio fa che mi costi accettare i miei errori; perciò mi propongo di:

- Accettare in silenzio le correzioni.
- Chiedere perdono personalmente a chi avrò offeso.

H. Cristo è il supremo modello d'umiltà; quindi, devo contemplare l'umiliazione di Cristo nella Passione.

I. L'orgoglio fa che mi piaccia pensare a me stesso, a come gli altri debbano pensare bene di me; perciò non mi intratterrò a pensare alla mia persona.

J. Per crescere nell'umiltà è necessario conoscere cos'è e come si arriva a possederla; per questo leggerò e mediterò su questa virtù.

Il lavoro propriamente detto

Gli schemi anteriori sono solo suggerimenti. Ogni persona può aggiungere o togliere elementi o fare un piano analogo per altre virtù o altri difetti, come si è precedentemente fatto notare. Come si può vedere, per elaborare uno schema su altre virtù o su altri vizi, basta fare una lista degli elementi principali di questa virtù (natura, causa, modo di acquisirla, atti principali, atti secondari, effetti, occasioni per praticarla, vizi che si oppongono...), determinando, in seguito, diversi atti concreti per alimentare quest'aspetto o sradicarlo. Gli esempi detti in precedenza parlano da soli.

Con queste idee davanti, la persona che deve lavorare su questo atteggiamento, dovrà esaminarsi

solamente su uno di questi punti durante il tempo che sia necessario perché rimanga radicato; dopo il ciò, passerà ad un altro. Non deve lavorare su vari punti alla volta, perché questo sarebbe il contrario di quello che cerca di fare l'esame particolare (il cui obiettivo è concentrare l'energia della volontà e l'attenzione dell'intelligenza su di un solo punto focale). Si capisce anche che, quando si passa ad esaminare un nuovo aspetto o atto, *si deve mantener vivo l'esercizio di quegli atti che si sono già acquisiti*. Si deve procedere guadagnando terreno in ogni esame. In questo modo, in poco tempo, una persona può cambiare da apatica ad energica e da viziosa a virtuosa.

Effetti

Il lavoro realizzato in questo modo, non solo conquista o fa crescere la virtù (o vince il difetto) sulla quale si è focalizzata l'attenzione, ma allo stesso tempo ha anche un effetto importante: rafforza la stessa volontà che, con ogni atto fermo ed energico, si rinvigorisce e consolida.

Così, oltre a questo beneficio sulla volontà, ne produce un altro più importante (che è, secondo alcuni autori, il suo frutto principale): conserva vivo e vegeto l'interesse per la propria santità e perfezione.

Soprattutto dobbiamo riconoscere una grande verità: con grandissima frequenza (per non dire "quasi

sempre”), senza un serio esame particolare, tutti i buoni desideri e tentativi, si condannano, presto o tardi, al fallimento totale ed il cristiano finisce imprigionato nella tiepidezza e mediocrità. Per questa ragione, non dargli l'importanza che merita può essere un segno di stoltezza.

II. IL DIFETTO DOMINANTE

Menzionando l'oggetto sul quale si deve realizzare l'esame particolare, abbiamo detto, seguendo P. Casanovas, che non sempre è necessario esaminarsi sul difetto dominante. Per essere più esatti dobbiamo dire che, sebbene ci siano circostanze che possano richiedere in alcuni casi un lavoro più urgente su di un altro punto della nostra personalità, gran parte del nostro impegno consisterà nello sforzo di sradicare il nostro difetto dominante e presto o tardi dovremo occuparcene seriamente.

L'ignoranza del tema nelle persone buone

Nonostante ciò che hanno scritto a riguardo gli autori classici di spiritualità, è notevole l'ignoranza su questa dottrina. O, per parlare con maggior precisione, dobbiamo riconoscere che una notevole quantità di buoni cristiani che conoscono ciò di cui si parla quando si menziona il difetto dominante ignorano, tuttavia, quale domina loro stessi. Lo dimostra la constatazione che fa P. Amadeo Cencini sulle persone consacrate, citando uno studio di L. M. Rulla, che afferma: "All'entrata in teologia o al noviziato, c'era l'86% di chierici che ignorava il proprio conflitto centrale (ciò che un tempo si chiamava difetto dominante), *dopo quattro anni di formazione c'era ancora l'83% che ignorava il punto debole della propria persona* (nei

religiosi all'inizio del noviziato erano l'87% quelli che non conoscevano la propria inconsistenza centrale, e l'82% dopo quattro anni)"¹⁶. E qui si sta parlando di persone che, in teoria, hanno consacrato la propria vita alla ricerca della perfezione spirituale!

Osserviamo che il linguaggio moderno ha smesso di usare, purtroppo, la precisa espressione "difetto dominante", in parte per l'invasione della psicologia nel terreno propriamente spirituale. Nella citazione che abbiamo trascritto leggiamo "conflitto centrale", "lato debole", "inconsistenza centrale"..., termini che senza dubbio descrivono la realtà di cui parliamo, ma che mancano della forza dell'aggettivo che le assegnava la tradizione: dominante. L'usanza classica non ha perso, tuttavia, il suo vigore ed attualità. Oltre all'espressione "difetto dominante", altri autori hanno usato ed usano formule equivalenti, come: "disposizione dominante", "passione dominante", "vizio dominante", ecc.

La sua natura

Cos'è il difetto dominante? In qualche modo si può dire, con un'espressione di Fulton Sheen, che è "ciò che c'è di peggiore in noi"¹⁷. È quello dal quale

16 Cf. Cencini, *Por amor...*, 111; lo studio al quale fa riferimento è: L.M. Rulla-F. Imola- J. Ridick, *Antropología de la vocación cristiana II. Confirmaciones existenciales*, Madrid 1994, 182ss. (t.n.)

17 Sheen, Fulton, *Eleva tu corazón*, Buenos Aires (1966),

nascono tutte o la maggioranza delle mancanze che una persona commette, ed è il maggiore ostacolo che si oppone al progresso spirituale. È il difetto che ci fa commettere più peccati, soprattutto peccati di affetto; quello che in ognuno sveglia i desideri più violenti e tenaci; quello che ci porta, sia ad esagerate allegrie, sia a profonde tristezze; ciò che più ci rimprovera la grazia e quello che conserva la relazione col naturale modo di pensare, di sentire e di operare di ognuno; quello che costituisce il fondo torbido del nostro carattere e conserva un'intima relazione col nostro modo di essere individuale. Ci sono temperamenti naturalmente inclinati alla mollezza, all'indolenza, alla pigrizia, alla gola ed alla sensibilità; altri alla superbia, ecc¹⁸.

Garrigou-Lagrange lo definisce come “il nostro nemico domestico, all'interno di noi stessi, poichè può, se prende spazio, giungere a devastare totalmente l'opera della grazia, ossia la vita interiore... Il difetto è ancor più pericoloso perché spesso compromette la nostra buona qualità principale, la quale è una felice inclinazione della nostra natura che dovrebbe essere sviluppata e poi nobilitata dalla grazia... In ogni individuo vi è del bianco e del nero, vi è un difetto dominante, ed anche una buona qualità naturale...

113 (c. XI. “Emergencia del carácter”).(t.n.)

18 Cf. Garrigou-Lagrange, *Le tre età...*, Roma (2002) II, 62ss.

Dobbiamo quindi vigilare in modo tutto particolare affinché il difetto dominante non venga a soffocare la nostra principale buona qualità naturale e la nostra attrattiva speciale della grazia. Altrimenti la nostra anima sarà simile a un campo di grano invaso dal loglio o dalla zizzania di cui parla il Vangelo ... È spesso come un verme che mangia dentro un bel frutto ... Nella cittadella della nostra vita interiore, difesa dalle varie virtù, il difetto dominante è come il punto debole non difeso nè dalle virtù teologali nè da quelle morali.

Il nemico delle anime cerca appunto in ciascuno di noi il *punto debole*, facilmente vulnerabile, e lo trova agevolmente”¹⁹.

Il difetto dominante è più legato in ogni persona al *sostrato temperamentale* che ai vizi che si sono acquisiti lungo la vita, inclusi quelli che possono essere degenerati in qualche assuefazione. Per questo non si deve confondere il difetto dominante con altre abitudini che possono essere, per le circostanze, *più gravi* dello stesso difetto e che forse esigono in alcuni casi che vi si lavori *con più urgenza* che con lo stesso difetto. La persona può avere vizi obiettivamente più gravi che il difetto dominante che ha dato loro origine.

Il difetto dominante coincide, se non mi sbaglio, col modo proprio che assume in ogni persona il *fomes peccati*, la labilità morale o tendenza a

19 Garrigou-Lagrange, *Le tre età*, II, 62-64.

scivolare nel terreno morale, eredità del peccato originale, il quale è legato alla diversa conformazione temperamentale²⁰. Da qui viene l'importanza di conoscere la teoria dei temperamenti, con le loro diverse qualità positive e negative. Sebbene nessuna delle tipologie temperamentali – delle quali parleremo nell'ultima parte – si abbia in un stato puro e le forme di concretizzarsi siano realmente numerose, possono stabilirsi linee maestre e difetti che possiamo a loro volta chiamare *maestri*: l'ira esplosiva ed il cattivo carattere del collerico, la superficialità ed instabilità del sanguigno, la tristezza e la tendenza al rancore dell'appassionato, la pigrizia e l'indifferenza del linfatico, ecc.

Tanto importante è il difetto dominante che anche nei casi in cui la carità spinge a lavorare primariamente su un altro vizio che forse sta pregiudicando il prossimo o i nostri doveri di stato, non dobbiamo dimenticare che ogni vizio *porta in qualche modo il segno del*

20 Dice il *Catechismo della Chiesa Cattolica*, al n. 1264: “Rimangono tuttavia nel battezzato alcune conseguenze temporali del peccato, quali le sofferenze, le malattie, la morte, o le fragilità inerenti alla vita come le debolezze del carattere, ecc. E anche un'inclinazione al peccato che la tradizione chiama la concupiscenza, o, metaforicamente, l'incentivo del peccato (“fomes peccati”): “Essendo questa lasciata per la prova, non può nuocere a quelli che non vi acconsentono e che le si oppongono virilmente con la grazia di Gesù Cristo. Anzi, “non riceve la corona se non chi ha lottato secondo le regole” (2 Tm 2,5).

difetto dominante. Non sono uguali le mancanze di carità in chi ha un sostrato collerico e in chi è rancoroso o superficiale; neanche sono identiche la lussuria dell'impulsivo e quella dell'egoista. L'orgoglio ha tracce di dispotismo in un collerico e di rancore in un malinconico... Se questo non si prende in considerazione, gli esami di coscienza saranno sempre astratti ed impersonali; e, pertanto, inefficaci.

La necessità di combatterlo

Sant'Alfonso dice: “Soprattutto dobbiamo esaminare qual è la nostra passione dominante. Chi la vince, ha vinto tutto, e chi si lascia vincere da questa è perso... Alcuni... si astengono da certi difetti di minor conto e si lasciano vincere dalla passione dominante. Se non la sacrificano completamente in ogni cosa, mai arriveranno al porto della salvezza”²¹. E parlando degli “effetti *funesti* della passione dominante”, aggiunge: “rende moralmente impossibile la salvezza, acceca la propria vittima e la fa precipitare in tutti gli eccessi. Se non uccidiamo... la passione dominante, è impossibile che ci salviamo. Quando la passione domina l'uomo, comincia con l'accecarlo, in modo che già non possa vedere il precipizio”²².

21 Sant'Alfonso, *Sermón 41*, Obras ascéticas, Madrid (1954), vol. II, 810.(t.n.)

22 Ibidem, 811.(t.n.)

Mezzi per conoscerlo

È notevole la quantità di buone persone che dopo molti anni di vita spirituale continuano a non individuare quale sia il proprio difetto dominante.

Per scoprire la passione che ci domina, sono necessarie due disposizioni previe.

La prima: chiedere a Dio i mezzi necessari; cioè: la luce soprannaturale per conoscere adeguatamente il nostro mondo interiore ed il sincero desiderio di lavorare con serietà nella nostra propria riforma di vita. Quest'ultimo ha un'importanza vitale; perché capita spesso che siamo disposti a conoscerci, ma non tanto a cambiare; e davanti a tali disposizioni non risulta strano che Dio non conceda neanche le luci, perché non illumina la strada di chi non ha seria intenzione di camminare.

La seconda: dobbiamo cercare il coraggio di chiamare le cose “col loro giusto e brutto nome una volta che si scopre, al contrario denomineremo la nostra mancanza di vigore come “complesso d'inferiorità”, ed il nostro disordinato amore a ciò che è carnale come “una liberazione della libidine”. Giuda perse la possibilità di salvarsi perché mai chiamò la sua avarizia col suo vero nome, ma la mascherò come amore ai poveri”²³. Questa osservazione non manca

23 Sheen, Fulton, *Eleva tu corazón*, 114.(t.n.)

d'importanza, giacché sono pochi quelli decisi ad accettare di avere un fondo profondamente egoista, o sensuale, o avido, o rancoroso. Questo timore di affrontare la verità nella sua nudità è uno degli ostacoli più importanti nella scoperta della nostra passione dominante.

Tra i mezzi per far affiorare davanti alla nostra coscienza il nostro difetto dominante, possiamo segnalare i seguenti.

Prima di tutto, come fa notare Mons. Fulton Sheen, può esserci di aiuto osservare quale difetto ci irrita di più quando ne siamo accusati: il traditore va in collera quando è accusato per la prima volta di essere sleale alla sua patria. Serve anche considerare quale mancanza condanniamo con più frequenza o veemenza nel prossimo, perché, per strani giri della nostra psicologia, questa è solita essere la stessa che colpisce anche noi; così Giuda accusò Nostro Signore di non amare sufficientemente i poveri. Forse questo si spiega perché questa mancanza, osservata negli altri, sembrerebbe accusare noi stessi.

Altro mezzo che ci permette di scoprire il nostro difetto è il modo nel quale gli altri si comportano con noi. Questo ha a che vedere con la legge fisica per la quale ogni azione produce una reazione contraria ed uguale; ciò è valido anche sul piano psicologico. A volte gli altri diffidano di noi, perché noi prima

abbiamo diffidato di loro. Se trattiamo male il prossimo, è probabile che il prossimo ci tratti male. Anche se questo non si può stabilire come principio generale, perché a volte capita che ci trattino male senza che noi abbiamo operato in egual modo, come succede, per esempio, al santo che viene perseguitato. Ma con maggior frequenza possiamo confidare che i comportamenti degli altri verso di noi facciano da specchio alle nostre disposizioni interiori.

Un ulteriore mezzo consiste nel domandarci dove vadano le nostre preoccupazioni ordinarie, cosa sia quello che pensiamo e desideriamo; quale sia l'origine abituale dei nostri peccati; quale sia generalmente la causa delle nostre tristezze ed allegrie. E vale anche la pena di chiederci cosa pensa di questo il nostro direttore spirituale.

Ugualmente si può osservare che questo difetto è solito essere in relazione con le tentazioni che con maggior frequenza il nemico suscita nella nostra anima, perché questo, come insegna sant'Ignazio, ci attacca nel nostro punto più debole.

Infine, si può anche scoprire tenendo in conto che, nei momenti di vero fervore, le ispirazioni dello Spirito Santo accorrono sollecite a chiederci sacrifici nella materia che ci dà più difficoltà morale.

Modo di combatterlo

A nulla ci serve conoscere il nostro difetto dominante se non ci impegniamo a sradicarlo. E questo non è possibile a meno che non lottiamo contro di esso in modo permanente. Il lavoro superficiale, o realizzato per poco tempo, o senza centrare il problema, lascia intatto o questo difetto, od almeno le sue radici. Ed in questo modo, come la Fenice, rinasce una ed un'altra volta dalle sue ceneri, le quali non sono tanto ceneri come sembrano.

I mezzi che la spiritualità classica ha suggerito per questo lavoro sono ben conosciuti.

Il primo è la preghiera: senza pregare non possiamo arrivare a nulla nella vita spirituale; ancor meno a correggere o trasformare il fondo oscuro della nostra personalità.

Il cuore del lavoro ha le radici nella fiducia dell'esame particolare di coscienza, che è stato oggetto della prima parte di questo scritto. È veramente molto difficile, fino a sfiorare l'impossibile, pretendere di sradicare questa passione senza essere fedeli a questo strumento spirituale.

C'è da aggiungere, anche se alcuni lo collocano come parte dell'esame particolare, l'imparare ad imporre a noi stessi una penitenza ogni volta che manchiamo nel proposito che ci siamo prefissati

per la lotta contro il difetto dominante. Avanzere poco se le nostre cadute, perfino ripetute, rimangono impunte. La disciplina ha in questo punto una funzione pedagogica e correttiva di grande valore.

Monsignor Fulton Sheen si appoggia ad un altro elemento importante: far sì che la mancanza predominante sia l'occasione di una crescita nella virtù. Nell'ordine fisico capita con frequenza che quelle parti che sono state danneggiate, una volta riparate, passino ad essere le più forti. Per esempio, il tessuto cutaneo ferito, una volta che si risana, arriva ad essere il più forte di tutta la pelle. In modo simile, un difetto vinto può arrivare ad essere la maggior forza sulla quale una persona conta. Nella vita dei santi vediamo che molti di loro si sono distinti, e li ricordiamo precisamente per quello, per certe virtù che dovettero migliorare per affrontare i loro difetti personali; come il caso, tanto conosciuto, di san Francesco di Sales, che lodiamo per la sua mansuetudine che fu il risultato della sua lotta contro il suo temperamento collerico. In questo senso gli esempi non mancano. "Gli ubriachi, gli alcolizzati, i morfinomani, i materialisti, gli scettici, i lussuriosi, i ghiottoni, i ladri, ecc., tutti possono far sì che l'area della vita in cui sono stati sconfitti si trasformi nell'area della loro maggior vittoria"²⁴.

24 Sheen, Fulton, *Eleva tu corazón*, 120.(t.n.)

Il difetto dominante e i vizi capitali

Molti autori di spiritualità hanno fatto notare che il difetto dominante coincide con uno dei vizi. In realtà sarebbe più esatto dire che ogni difetto dominante può essere ricondotto a qualcuno dei peccati capitali come alla sua ultima radice. Così si denominano quei peccati capaci di causare altri peccati.

“Capitalità”, quindi, designa un modo particolare di causalità. Non si tratta di una causalità materiale, nel senso che un peccato dà l’occasione di commetterne un altro, come la gola dà occasione di cadere nella lussuria e l’avarizia dà piede alla lite. Neanche di una causalità efficiente, come capita quando un peccato ripetuto forma un’abitudine che lascia che un’inclinazione torni a commettere lo stesso peccato (un vizio), nè nel senso che apre le porte ad altri peccati per distruggere quello che potrebbe essere un freno per il peccato (come, per esempio, un peccato che distrugge il pudore si converte in *causa* di molti altri peccati che la persona commetterà d’ora in poi per aver perso la vergogna).

Si tratta, in realtà, di una causalità finale: il vizio capitale è principio direttivo e conducente (*ductivus*)²⁵; cioè, dà origine ad un certo numero di peccati (principio), li dirige (direttivo) verso il proprio interesse. È radice ed inizio di altri peccati che gli servono per

25 Cf. San Tommaso d’Aquino, *Somma Teologica*, I-II, 84, 4.

raggiungere il suo proprio fine. “Peccato capitale” è quel peccato il cui fine (il piacere sessuale nel caso della lussuria, la vendetta in quello dell’ira, l’esaltazione del proprio io nel caso della superbia) è massimamente gradito da una persona, e per questa ragione spinge la persona a realizzare molti altri peccati che gli permettano di realizzare questo fine. Per esempio, l’avarizia, il cui fine è l’infinito accumulo di ricchezze, muove la psicologia dell’avaro a commettere frodi, inganni, furti, alla durezza del cuore ed alla mancanza di misericordia..., atti tutti senza i quali non potrebbe conseguire il suo fine di accumulare denaro.

Ancor di più, il vizio capitale “plasma” uno stile proprio nei peccati che genera come mezzi per raggiungere il suo fine: “L’oggetto nel quale uno stabilisce il suo ultimo fine *domina* totalmente l’affetto di un uomo: poiché da esso questi prende la norma di tutta la sua vita”, dice San Tommaso²⁶. Dal vizio capitale si prendono le regole sul modo nel quale si vivono e realizzano gli altri peccati generati da questo. Il lussurioso che ruba per ottenere denaro con l’obiettivo di soddisfare la sua concupiscenza, e per lo stesso motivo mente o compie altre azioni, dà a tutti questi atti lo stile della lussuria che lo domina; per questo, Aristotele diceva che chi ruba per commettere adulterio è più adultero che ladro.

26 *Somma Teologica*, I-II, 1, 5 sed contra.

I vizi capitali tracciano, quindi, i diversi quadri psicologici dei peccatori.

La sacra Scrittura non menziona nè il numero nè la lista di questi peccati; ma nei primi sei secoli della Chiesa gli autori spirituali elaborarono tre distinte classificazioni. Cassiano menzionava i vizi principali in quest'ordine: gola, concupiscenza, fornicazione, avarizia, ira, tristezza, accidia o tedio del cuore, vanagloria, superbia; approfondisce sulla vanagloria e l'orgoglio, distingue tra la tristezza e l'accidia ed omette l'invidia²⁷.

San Giovanni Climaco enumera sette vizi principali identificando la vanagloria e l'orgoglio; negli altri coincide con Cassiano ed anche lui omette l'invidia²⁸.

La tradizione più forte fu, al contrario, quella di san Gregorio Magno²⁹, che stabilisce tre livelli collegati:

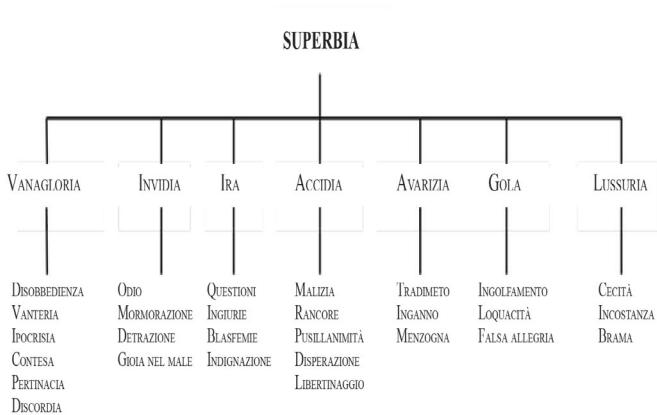
- 1° In cima a tutto la superbia, che è “initium omni peccati” (Sir 10,13), la quale è come un vizio super-capitale, giacchè tutti gli altri si originano da essa;
- 2° Dopo vengono i sette vizi capitali, generati dalla superbia: vanagloria, invidia, ira, accidia, avarizia, gola, lussuria;

27 Cf. Casiano, *De coenobiorum institutis*, l. V, c.1; PL 49,202 ss.; *Collationes* V,X; PL49, 621 ss.

28 Cf. San Juan Clímaco, *Scala paradisi*, grado 12; PG 88, 948 ss.

29 Cf. San Gregorio, *Moralia in Iob*, VI, libro 31, cap. 45, nn° 87-91.

3° Infine, quei peccati che san Gregorio chiama “figli dei vizi capitali”, che sono i peccati che ognuno di questi genera in modo speciale.



Gli autori posteriori (tra i quali c'è da separare san Isidoro di Sevilla, Alcuino e Pietro Lombardo) riproducono queste diverse enumerazioni. San Tommaso preferisce l'enumerazione gregoriana ma modificandola leggermente. Secondo lui, i vizi capitali si originano nei diversi modi nei quali l'appetito o l'affetto si riferisce al bene (cercandolo o fuggendolo):

- a) La ricerca disordinata della propria eccellenza genera la *vanagloria*.
- b) Il desiderio disordinato del benessere fisico origina la *gola*; quello del piacere sessuale, la *lussuria*; e quello dei beni materiali, *l'avarizia*.
- c) Quando al posto di cercare un bene, lo si fugge per paura dello sforzo che implica, abbiamo *l'accidia* (se si tratta di un bene spirituale) o la *pigrizia* (se è un bene qualsiasi).
- d) Se si rifiuta un bene del prossimo perché lo si vede come rivale della propria fama o eccellenza, cadiamo *nell'invidia*; e se inoltre al rifiuto si sommano desideri di vendetta o violenza, *l'ira*.

Conclusione

In conclusione: è impossibile che chi non si conosca possa raggiungere la perfezione, non fosse altro perché si farà illusioni sul proprio stato (cadendo o in un ottimismo presuntuoso o in uno scoraggiamento deprimente). La conoscenza chiara e ponderata di se stessi stimola a tendere alla perfezione ed aiuta a lavorare su un terreno sicuro. Questa conoscenza deve essere completa, abbracciando tanto le nostre qualità e difetti naturali, quanto i doni soprannaturali ed i difetti nel piano spirituale.

III. I TEMPERAMENTI O DISPOSIZIONI INNATE

Facevamo precedentemente notare l'importanza di conoscere il nostro temperamento in quanto il difetto dominante ha un'intima relazione con la base temperamentale negativa di ognuno di noi, così come ci conviene notevolmente far sviluppare le qualità positive che abbiamo ricevuto come dono. Perciò in queste pagine dedico alcuni paragrafi a questo argomento.

Temperamento e carattere

Prima di tutto una chiarificazione dei termini: non tutti gli autori si trovano d'accordo nel vocabolario quando si parla di questioni caratteriali. Alcuni parlano di temperamento e di carattere come di realtà diverse; altri li identificano; alcuni danno ad ognuno di questi vocaboli contenuti diversi, addirittura alcuni chiamano *carattere* quello che altri chiamano *temperamento*³⁰. Io uso il termine *temperamento* in un senso più classico, come l'insieme delle tendenze profonde che derivano dalla costituzione fisiologica degli individui: "L'insieme delle inclinazioni innate, proprie di un

30 Per esempio, Le Senne, la cui tipologia seguiremo più avanti, chiama carattere ciò che io designo qui come *temperamento*: "il carattere significa l'insieme delle disposizioni congenite che formano lo scheletro mentale dell'uomo" (*Tratado de Characterología*, Buenos Aires, [1953], 16). (t.n.)

individuo, risultanti dalla sua costituzione psicologica ed intimamente legate a fattori biochimici, endocrini e neurovegetativi, che imprimono tratti distintivi alla condotta primariamente operativa della persona”³¹.

Gli antichi, come Ippocrate e Galeno, lo facevano dipendere dai *quattro umori fondamentali*: linfa, bile, nervi e sangue; da questa concezione procede la divisione dei temperamenti in linfatico, bilioso, nervoso e sanguigno, secondo l'elemento che predomina in ognuno. Precisamente in latino *temperamentum* è la “combinazione proporzionata degli elementi di un tutto”. Più modernamente si pone in relazione con il funzionamento endocrino³²; in modo simile Lersh lo collega col “fondo endotimico”³³; altri lo collegano ad altri elementi, come la “costituzione fisica”, come

31 Polaino Lorente, A., *Temperamento*, Gran Enciclopedia Rialp, Madrid (1989), tomo 22, 169. J.M. Poveda Ariño dice: “il temperamento rappresenta, il mantello istintivo-affettivo della personalità, qualcosa di suo più vicino alla biologia, più dipendente dal soma” (voce “Carácter” in: Gran Enciclopedia Rialp, Madrid [1989], tomo 5, 50).(t.n.)

32 “Il temperamento dipende in particolare dalle secrezioni pituitarie (dell'ipofisi), della tiroide e delle ghiandole surrenali - in quanto tale secrezione determina la preponderanza dell'impulso alla lotta o ai piaceri” (Bednarski, *L'educazione della affettività*, Milano [1986], 22-23).(t.n.)

33 Lersh chiama “fondo endotimico” la nostra realtà emozionale-affettiva, integrata dagli stati d'animo, sentimenti, emozioni, affetti, istinti e tendenze (Lersh, Philipp, *La estructura de la personalidad*, Barcelona (1974), 478-79).(t.n.)

dice san Tommaso: “Infatti alcuni dalla complessione particolare del loro corpo sono predisposti alla castità, alla mansuetudine o ad altri abiti”³⁴. Faceva notare Sant’Alberto Magno: “Alcuni sono naturalmente disposti alla fermezza, altri alla liberalità ed altri alla castità (...)Ed in modo simile, alcuni naturalmente sono disposti a vizi, come i malinconici all’invidia ed i collerici all’ira,”³⁵. In consonanza con questo, considero il termine *temperamento* come “ciò che è dato dalla natura”³⁶.

Al contrario, considero il vocabolo *carattere* come l’insieme delle disposizioni psicologiche che risultano dal lavoro sul temperamento per mezzo dell’educazione e degli sforzi della volontà, e che dà come risultato un insieme di abiti buoni o cattivi (virtù o vizi). “Comprende l’insieme delle disposizioni psicologiche e del comportamento abituale di una persona, tutto questo modellato dall’intelligenza e dalla volontà”³⁷. Questa è la terminologia più usata

34 San Tommaso d’Aquino, *Somma Teologica*, I-II, 51, 1.

35 Sant’Alberto Magno, *Quaestiones super De animalibus*, I, q. 21.(t.n.)

36 Gladys Sweeny lo definisce, seguendo Caspi e Silva, come “la tendenza dell’individuo a rispondere in modi prevedibili ad eventi nell’ambiente, modi che costituiscono parti emozionali, e del comportamento, con le quali si costruisce la personalità dell’adulto” (cf. Sweeny, G., *La formación sana de la madurez afectiva*. Ecclesia, XXII, n. 2 [2008], 139-158).(t.n.)

37 Poveda Ariño, J.M., *Carácter*, 49.(t.n.)

dagli educatori della virtù³⁸.

Il temperamento, quindi, è il risultato della predominanza fisiologica di un sistema organico. È qualcosa d'innato nell'individuo: è l'indole naturale, ossia, qualcosa che la natura ci impone. Per lo stesso motivo, non sparisce mai completamente: ognuno è “genio e modello fino alla tomba”; ma un'educazione opportuna e la forza soprannaturale della grazia, specialmente se s'individua il difetto dominante e si lotta contro di esso per mezzo dell'esame particolare di coscienza, e si scoprono anche le buone qualità

38 Per esempio, si può leggere nello splendido libro di Tihamer Toth, *El joven de carácter*: “Cosa pensiamo quando diciamo che uno è un giovane di carattere? Con la parola carattere intendiamo l'adattamento della volontà dell'uomo in una direzione giusta; e un giovane di carattere è quello che ha principi nobili e rimane fermo in essi, anche qualora questa perseveranza fedele gli esiga dei sacrifici (...) Con ciò già puoi cominciare a scorgere in cosa consiste l'educazione del carattere. Per prima cosa dovrai acquisire ideali e principi (...) Il secondo dovere è seguire questi principi giusti; cioè, forgiare il tuo carattere. E questo, come abbiamo detto non avviene gratuitamente, ma dobbiamo conquistarlo attraverso una lotta tenace, di anni e decine di anni. L'ambiente, le qualità ereditate, buone o cattive, possono influenzare il tuo carattere; ma, riassumendo, il carattere sarà un'opera tua personale, il risultato del tuo lavoro formativo. Sai in cosa consiste l'educazione? Nell'inclinare la volontà dell'uomo di modo che in qualsiasi circostanza si decida a continuare senza titubanze e con allegria nel bene. Sai cos'è il carattere? Un modo di operare sempre conseguente a principi fermi: costanza della volontà per raggiungere l'ideale riconosciuto come vero; perseveranza nel plasmare questo nobile concetto della vita”.(t.n.)

che ognuno ha e si fanno fruttificare, può, se non trasformarlo totalmente, almeno ridurre al *minimo* i suoi strepiti e addirittura sopprimere del tutto le sue manifestazioni esteriori e potenziare al *massimo* tutte le sue qualità positive.

Diciamo che non “scompare mai” come base tendenziale (uno avrà sempre tali e quali le tendenze secondo la propria costituzione biofisica), ma può essere modificato dall’educazione (e più propriamente dall’autoeducazione), come dice sant’Alberto Magno a continuazione del testo citato precedentemente: “Alcuni sono naturalmente disposti alla forza, altri alla liberalità ed altri alla castità, e *senza dubbio per l’abitudine possono cambiare ed inclinarsi nel senso opposto*. Ed in modo simile, alcuni naturalmente sono disposti a vizi, come i malinconici all’invidia ed i collerici all’ira, e *senza dubbio, col discernimento dell’intelletto possono abituarsi in senso contrario*”. Pertanto, il *carattere* ha, quindi, una parte *data dalla natura* (la base temperamentale) ed un’altra acquisita con l’abitudine e gli atti (gli abiti acquisiti, che possono essere virtù o vizi).

Qui mi limiterò a parlare dei temperamenti o disposizioni naturali profonde, perché, come stiamo dicendo, è tra i difetti costitutivi di ogni persona che incontreremo la passione dominante contro la quale dobbiamo lottare per forgiarci una personalità armonica e virtuosa.

La classificazione più divulgata è quella divisa in quattro parti che risale ad Ippocrate e Galeno, che distinguevano quattro temperamenti fondamentali: sanguigno, nervoso, collerico e flemmatico. Questa è ancora valida ed orientativa, ma troppo ampia.

Oggi se ne usano altre basate su distinti criteri. Approfitto qui di un'altra molto conosciuta, quella di Heymans e Le Senne, che considera otto tipi caratteriologici, secondo le possibili combinazioni di tre variabili³⁹: 1° emotività (grado di apertura agli stimoli esteriori ed interiori); 2° attività (maggiore o minore propensione del temperamento all'azione); 3° risonanza (permanenza dello stimolo nella persona, cioè se le impressioni rimangono poco tempo come capita in quelli chiamati "primari" o molto tempo, come avviene in quelli chiamati "secondari")⁴⁰. Di tutti

39 Altri autori ne segnalano alcune in più: 1° il livello di attività, o il ritmo tipico, o il vigore, delle attività di una persona; 2° l'irritabilità/emozione negativa, cioè, quanto facilmente o intensamente una persona s'infastidisce di fronte agli avvenimenti negativi; 3° la "calmabilità", cioè, la facilità con cui una persona si calma dopo essere stata infastidita; 4° la paura, ovvero, la preoccupazione a riguardo degli stimoli intensi o molto insoliti; e 5° la socievolezza o recettività agli stimoli sociali.

40 Queste descrizioni dei caratteri di Heymans e Le Senne si possono vedere più ampiamente in: Ibáñez Gil, J., *Pastoral Juvenil Diferencial: Tipología e pastoral*, Bs. As. (1970); un riassunto breve può trovarsi in: *Autoeducación: Análisis de los 8 Temperamentos*, pubblicato in: www.jmcordoba.org.ar/formacion/material-para-grupos-de-vida/doc_download/205-8-temperamentos (Movimiento di Schoenstatt); ho preso abbastanza da questa rappresentazione

diamo alcuni tratti generali e le loro principali qualità positive e negative.

Tipi di temperamento

(I) L'appassionato

Si tratta di un temperamento *emotivo* (cioè, impressionabile davanti a qualsiasi tipo di stimolo), *attivo* (con tendenza interiore all'azione, non importa se ha mete definite o no) e *secondario* (cioè, che conserva per molto tempo le impressioni ricevute e rimane molto legato al suo passato).

Caratteristiche generali. All'appassionato, in generale, costa rimanere inattivo; ma non è impulsivo, bensì energico, anche se esteriorizza poco; perciò, quando si lascia andare, è violento e dominatore.

Sa ricordare le lezioni delle esperienze passate ed approfittare di queste nel futuro. La sua iniziativa e capacità di adeguarsi sono molto grandi, anche se tranquille all'esterno, salvo casi eccezionali, e dirette coscientemente a fini lontani e costanti. I suoi sentimenti e passioni sono forti, vanno in profondità e si radicano in lui, influenzando nella sua condotta per molto tempo. Davanti alle offese la sua rabbia

sintetica. Si può anche vedere: Benedit, Magdalena, *Apuntes para la comprensión del carácter*, UCALP, La Plata (2003); Benedit, Magdalena, *Una mirada insustituible. Reconocer el carácter de los hijos*, Bs. As. (2010).

si accende interiormente, anche se in seguito non si mostra all'esterno; se si ripetono, alla fine esplose in una tempesta d'ira durevole che facilmente sfocia nel rancore e nel desiderio di vendetta.

Davanti al pericolo, prima riflette e subito prende una decisione; se decide di attaccare, procede con violenza inaudita fino a vincere o morire; se pensa di dover prendere un atteggiamento passivo è tenace in tale posizione.

Le mancanze proprie ed altrui gli causano grande collera e si propone con fermezza di correggerle. È costante nell'azione, immutabile nei suoi giudizi, a volte fino alla testardaggine. Ha sentimenti stabili e così la sua amicizia è fedelissima anche dopo molto tempo, ma gli costa anche dimenticare un'offesa e perdonare. Ha notevole capacità di organizzazione e comando, non è tanto simpatico ed attraente quanto efficace, vigoroso ed ordinato. Energico e senza un gran pericolo di dispersione, sa essere fermo, sistematico ed orientato verso un fine, al quale si avvicina per tappe ben meditate.

La sua intelligenza è ampia e ben deduttiva; la sua immaginazione feconda e spesso gode di eccellente memoria. Gli interessano i problemi sociali, morali, religiosi e filosofici. È naturalmente onesto e degno di confidenza. Sa essere fedele alla propria parola. Rispetto ai meno dotati adotta spontaneamente un

atteggiamento di protezione ed aiuto compassionevole. Nella vita sociale si mostra disordinato e semplice senza una grande inclinazione per la diplomazia sinuosa, ma neanche per lo scontro brusco; esteriormente è corretto in generale, anche se poco effusivo.

Aspetti positivi. Quando si dirige verso un ideale grande, è capace di una consacrazione, abnegazione ed attività straordinaria. Il suo rigore logico nel pensiero, la sua memoria, la capacità d'invenzione ed efficacia nell'esecuzione lo rendono capace di grandi imprese, sotto la cui guida o alto comando può raggiungere notevoli obiettivi. Prende i propri affari e quelli che gli comandano con molta serietà, e c'è da fidarsi quando impegna la sua parola o promette qualche cosa. Nella guida dei sudditi sa essere preciso anche se a volte gli manca qualcosa di simpatia attraente; alla fine è coerente alla propria naturale rettitudine, s'impone per la sua giustizia e nobiltà. Non dimentica i favori ed è riconoscente. Sono degni di nota la sua capacità di previsione e il suo senso di responsabilità. È un direttore o capo nato, con una tendenza affettiva fondata verso i grandi piani ed obiettivi. Ha aspirazioni generalmente grandi in qualsiasi campo al quale si dedichi. È adatto per quasi tutte le carriere superiori, ma non tanto per l'arte. Se orienta bene la sua vita spirituale ha doti per un fecondo apostolato, e non si accontenterà della mediocrità, ma aspirerà

all'autentica santità. Generoso ed altruista, ricerca il contatto intimo con Dio.

Aspetti negativi. Ha grandi passioni che non si cancellano facilmente. Gli costa la sottomissione ad un superiore. Può essere suscettibile, critico, diffidente, così come diventare scontroso. Quando odia lo fa con tutto il cuore ed è difficile farlo riconciliare col suo nemico. Tende spontaneamente al rancore, alla vendetta ed anche alla testardaggine.

La sua passione, con frequenza, gli oscura il giudizio, perciò le sue critiche sono severe, e molte volte ingiuste. È notevole anche il suo amor proprio, giacché non accetta di essere vinto nè superato da nessuno. Non è strano che si noti in lui impazienza per i difetti altrui e diffidenza verso alcune persone. Nell'azione pecca spesso per eccesso di energia, ciò lo porta ad essere duro ed esigente con gli altri.

Indipendente all'eccesso, molto orgoglioso, gli costano il lavoro e le umiliazioni. Nei suoi compiti cerca di agire da solo.

(II) Il collerico

È *emotivo* (cioè, impressionabile davanti a qualsiasi tipo di stimolo), *attivo* (con tendenza interiore all'azione, non importa se ha mete definite o no) e *primario* (cioè ha reazioni immediate, ma con un veloce ritorno al suo stato precedente, ossia facile da calmare).

Caratteristiche generali. Come caratteristiche generali facciamo notare prima di tutto la sua attività esuberante ed il suo modo impulsivo. Cerca compiti dove scaricare il suo impeto vitale. È combattivo ed entusiasta; intraprendente e di grande iniziativa. In generale ottimista ed allegro ed anche se passa facilmente e con rapidità da un sentimento ad un altro, il suo grande spirito di adattamento gli somministra continuamente entusiasmo e fucosità per lo sviluppo delle sue attività. Molte volte quest'attività è febbrile, senza grande costanza in una stessa direzione nè profondità nel suo lavoro.

I suoi sentimenti sono abbondanti, forti, espansivi in sommo grado. Ha un'inclinazione innata per comunicare quello che pensa e sente, per questo l'aiuta la sua notevole facilità di parola. Tutte le sue passioni hanno una sfumatura di estremo; è adatto per le grandi imprese, giacché non può rassegnarsi nè a vedute ristrette né a mezzi termini.

Davanti alle offese reagisce violentemente con la parola e passa alle opere senza aspettare ripetute incitazioni. Nei momenti di pericolo si esalta e si riempie di entusiasmo, lanciandosi all'assalto senza fermarsi molto a calcolare le conseguenze. Quando ha commesso una mancanza si riempie d'indignazione verso se stesso. Davanti alle mancanze degli altri li riprende e cerca di far sì che si correggano. Ha istinto di

comando e dominazione e non si accontenta del posto di suddito. La sua intelligenza è rapida e penetrante, intuitiva, non poche volte di vasta capacità. Il suo portamento esteriore è solito essere d'accordo col suo modo di essere: fattezze virili, sguardi decisi, passo fermo e movimenti energici.

Aspetti positivi. La sua naturale forza, audacia e valore lo rendono capace di grandi imprese. È un uomo di ideali elevati. Ha capacità per incarichi d'importanza per la vita sociale. Possiede una volontà decisa ed un'ampiezza di sguardi molto grande. Questo è stato il carattere peculiare di molti capi famosi.

Adatto per la politica, l'insegnamento, la guida, ha un gran talento per l'improvvisazione e qualità di oratore. Con frequenza organizza abilmente le attività del gruppo sociale al quale appartiene ed in quello sa convincere col suo ottimismo comunicativo.

Appassionato di sport e molto adatto per praticarlo. Nella vita spirituale può arrivare ad un notevole grado di santità, aiutato dalla grazia divina.

Aspetti negativi. Vive l'istante presente interessandosi esclusivamente dei risultati immediati. Ha un gran pericolo di dispersione e dissipazione della sua grande forza vitale, comincia molte cose senza finirle o si impegna in più compiti di quelli che potrà realizzare o ha simultaneamente varie occupazioni senza compierne bene nessuna.

Essendo impulsivo, può prendere facilmente decisioni rischiose, senza prevederne le conseguenze.

La sua ricchezza psicologica ed il riconoscimento della sua superiorità nell'azione lo possono portare facilmente all'orgoglio o alla vanità. Confida in se stesso e vuole sempre imporre la sua volontà agli altri. Gli costa riconoscere i suoi difetti e facilmente critica quelli degli altri. È indulgente con se stesso ed esigente con gli altri. Può arrivare a difendere i suoi difetti come se fossero buone qualità e addirittura gloriarsi delle sue mancanze. Può essere tanto irascibile da non ammettere la più piccola contraddizione senza scatenarsi nella collera, arrivando a volte fino alla crudeltà.

Altro pericolo nel suo agire è che, desiderando vivamente i suoi fini, per conseguirli, arrivi ad usare mezzi indegni.

(III) Il sentimentale

È *emotivo* (cioè impressionabile davanti a qualsiasi tipo di stimolo), *non attivo* (non tende interiormente all'azione) e *secondario* (cioè che conserva per molto tempo le impressioni ricevute e rimane molto legato al suo passato).

Caratteristiche generali. Come note generali si indicano la profondità e perseveranza dei sentimenti, i quali, tuttavia, si manifestano poco esteriormente. È

molto sensibile ad ogni classe di emozioni o impressioni esterne, ma la reazione intima si concentra nel fondo dell'anima e lì si fissa tenacemente e perfino si accentua ogni volta di più. Per esempio, quando riceve un'offesa non è strano che appaia esteriormente come poco impressionato ma, una volta solo, assaggerà il suo risentimento, ingrandendo l'offesa nella sua immaginazione. Se si ripetono le ingiurie arriverà un momento in cui esploderà violentemente, avendo molta difficoltà a riconciliarsi, per la profondità che assume la ferita nel suo spirito. D'altra parte, nell'amicizia è fedele e costante. Non è solito avere molti amici e preferisce un piccolo gruppo di intimi. Ricorda e gradisce qualsiasi favore ed attenzione che si è avuto nei suoi confronti. Non è molto propenso al riso ed all'espansività, ma alla serietà, alla malinconia ed agli scrupoli.

Il suo forte non è l'attività fisica nè intellettuale, bensì l'affettività. Si commuove facilmente per i mali altrui e vedendo tante miserie nel mondo vorrebbe risolverle. Può soffrire più che altri per i difetti altrui, e può arrivare ad essere suscettibile.

È molto propenso alla riflessione e all'analisi di sé stesso. È indeciso, ritorna mille volte sui suoi sentimenti o azioni. Ciò, insieme al suo profondo senso morale, gli impedisce in molte occasioni di andare avanti ed agire; ha sempre paura di non aver fatto le cose bene

ed in un modo retto. Nell'azione è piuttosto lento e non è solito intraprendere opere d'iniziativa propria. Nei momenti di pericolo si mostra sconcertato e preferisce piuttosto un atteggiamento passivo che attivo nella difesa. Davanti alle proprie mancanze si scoraggia con facilità e dispera di correggersi. Davanti a quelle altrui si solleva interiormente, anche se molte volte non riesce a porvi rimedio. Non ha un gran senso pratico; è sognatore, e può avere doti letterarie. È sensibile ai cambi metereologici.

Ha una seria concezione della vita ed in generale ama tutto ciò che è grande e profondo. Il suo atteggiamento ordinario è di dolcezza e amabilità esteriore. Anche se non è solito offrirsi spontaneamente, aiuta quando è richiesto. È molto adatto per le opere che esigano consacrazione, silenzio e carità. La sua perseveranza è una caratteristica marcata. Esecutore del suo dovere, si rende conto delle sue responsabilità e cerca di seguirle con attenzione. È di apparenza semplice e poco amico dell'ostentazione.

Aspetti positivi. È buono ed onesto; incapace di essere crudele o aspro con gli altri anche se esternamente il suo riserbo sembri apatia. Frequentemente gradisce la cura dei malati. Compensa la sua scarsa tendenza all'azione con la sua facilità alla preghiera. In generale, trova consolazione e pace interiore nel rapporto intimo con Dio. Semplice, umile e degno di fiducia,

poco incline alla sensibilità. Propenso ad aiutare gli altri. Perseverante; profondo lavoratore, esecutore dei suoi obblighi. In questo tipo abbondano i moralisti, pedagoghi, psicologi, ecc., così come i letterati ed i critici d'arte.

Aspetti negativi. Può peccare per indecisione. Tende allo scoraggiamento e a sottostimare le proprie qualità, con ciò può arrivare ad un pessimismo, amarezza o timidezza fastidiosa per se stesso e per gli altri. E come compensazione può abituarsi a giudicare e qualificare interiormente il prossimo con mancanza di carità. Non è strano il pericolo dell'orgoglio e della superbia interiore affettiva, come compensazione al sentirsi inferiore rispetto agli altri le cui azioni ed apparenze siano più brillanti. Trova grande difficoltà nel perdonare le offese e quando odia lo fa intensamente. Per un'offesa ricevuta si sente disprezzato ed odiato, diffida di tutti e pensa che gli vogliano fare del male. Corre il rischio di inacidire il suo carattere se cede eccessivamente alla sua tendenza alla solitudine, cosa che può renderlo egoista.

(IV) Il nervoso

È *emotivo* (cioè impressionabile davanti a qualsiasi tipo di stimolo), *non attivo* (non tende interiormente all'azione) e *primario* (cioè ha reazioni immediate, ma con un veloce ritorno al suo stato precedente).

Caratteristiche generali. In generale ha una grande variabilità di sentimenti; la sua vitalità è tumultuosa, poco coerente ed ordinata. S'interessa principalmente della sua vita personale, ricca e complessa: uomo di problemi interiori, tensioni, gioie intense e dolori che si susseguono l'uno all'altro e lo fanno riflettere molto su se stesso. Può conservare le impressioni per lungo tempo.

La sua immaginazione è vivissima ed il suo ingegno è vivace; ha qualità artistiche e talento musicale. Per lo stesso motivo è estremamente suggestionabile, curioso, ama ciò che gli causa il piacere momentaneo, quello che impressiona. Sente vivamente le ingiurie e lo mostra con cambiamenti di carattere, anche se passeggiere. Questa eccitabilità può renderlo molto indisciplinato, ribelle e rude negli atteggiamenti verso chi l'ha ferito (o lui crede che l'abbia offeso). Mancando, si abbatte facilmente e fa propositi di correggersi, ma subito li dimentica. Tende anche a sopravvalutare se stesso, sottolineando mentalmente le sue buone qualità e prestando poca attenzione ai suoi difetti. Sente la necessità di richiamare l'attenzione, di essere ammirato, così come di sfogare i suoi frequenti scatti o impulsi.

Ha un'intelligenza più intuitiva che deduttiva, più concreta che astratta. È agile, i suoi nervi sono sempre tesi, ma non dura molto nello sforzo continuo

e gravoso. Altamente influenzabile, tende a pensare, sentire ed agire come gli altri, coi quali s'intende con rapidità per la sua grande capacità di sintonia psichica.

Egli si rende molto adattabile ai nuovi ambienti. Sa esercitare sugli altri una certa seduzione quindi è solito essere di modi molto simpatici con chi socializza con lui.

Aspetti positivi. Ha un cuore molto sensibile; è incline alla bontà e alla compassione ed è sommamente generoso. Molto attento alle necessità e ai gusti altrui, è servizievole in modo spontaneo e affettuoso quando ha a che fare con persone che ammira o da cui sa di essere apprezzato ed amato. Possiede tatto fino e sa essere diplomatico quando lo desidera. Se gli comanda qualcuno che apprezza come superiore è docile ed obbediente. Il suo spirito delicato gli comunica una grazia e un dono speciale per il modo di fare. È adatto per consolare una persona abbattuta.

Aspetti negativi. La radice dei suoi difetti è la sensibilità. Per avere qualche rapporto con lui c'è da vedere "di che umore è oggi". Se si lascia dominare dai suoi sentimenti si rende insopportabile ai suoi compagni. Può arrivare ad essere tanto suscettibile che se lo si guarda si sente forse ferito perché è guardato e se non lo si guarda perché si sente disprezzato. Incline anche alla vanità e alla sensibilità. Vive di impressioni, di impeti momentanei; se si abbandona a

loro non compirà nulla di grande e di serio. Non suol prevedere le cose ed è nemico di tutto ciò che esige sforzo e disciplina metodica (mentale o fisica). Questa incostanza è il suo difetto principale. Inoltre per tale dipendenza dall'impressione momentanea, cambia facilmente opinione e occupazione; può arrivare ad essere schiavo del momento presente.

(V) Il flemmatico

È *non emotivo* (cioè non s'impressiona facilmente), *attivo* (con tendenza interiore all'azione, non importa se ha mete definite o no) e *secondario* (cioè che conserva per molto tempo le azioni ricevute e si trova molto legato al suo passato).

Caratteristiche generali. Come caratteristiche generali diciamo che presenta una personalità vigorosamente strutturata e senza rotture, con un fondo ricchissimo di energia attiva. Non ha sentimenti interni, ma costanza e tenacità nell'azione.

Uomo senza grandi passioni, difficilmente eccitabile, si mantiene in costante tranquillità affettiva. Nell'azione raramente violento e sovraccitato. Sommamente paziente. Poco loquace, quando parla lo fa con misura e quasi mai alzando la voce. Riduce alla minima espressione le manifestazioni di affetto dando molte volte sensazione di freddezza. Continuamente occupato, minuziosamente ordinato e metodico in

tutto il suo procedere. Non è solito compiacersi della vita sociale anche se è fedele alle amicizie.

Spirito chiaro e logico, i suoi interessi preponderanti sono piuttosto intellettuali: studi speculativi, matematica, diritto, letteratura. È semplice nelle sue cose e raramente vanitoso.

Nell'azione è costante anche se lento e flemmatico. Le sue opere sono d'accordo con le sue idee e i suoi principi. Mostra una grande rettitudine morale, quasi inflessibile. Riflessivo e sommamente prudente non si decide per nessuna impresa finché non ha calcolato le ultime probabilità di esito, ponderando tutte le difficoltà. Una volta deciso, si dedica con serietà e costanza al lavoro.

Risparmiatore, onesto e sincero, non si altera davanti alle offese, fa finta di niente, o la prende con allegria. Nel momento del pericolo è indeciso anche se non si turba facilmente, conserva la sua serenità e non decide con prontezza. Se commette qualche mancanza non si angustia troppo.

La sua intelligenza è più adatta per approfondire che per pensare con rapidità. Emerge per il suo senso pratico e conoscenza delle persone. Buon organizzatore, obiettivo e realista, ha poco potere d'immaginazione e non è molto inclinato alla creazione artistica.

Aspetti positivi. Facciamo notare la sua tranquillità nell'accettare tutti gli avvenimenti, le difficoltà non lo preoccupano. Conserva facilmente l'equilibrio tra il pensare e l'operare, tra il sentimento e l'azione. Senza passioni violente, è sobrio e moderato e non si lascia portare dai suoi impulsi immediati. Amico della riflessione e della considerazione lenta delle cose, è di pensiero maturo e profondo nelle sue convinzioni religiose e criteri fondamentali. Paziente nel tollerare gli altri, i suoi sentimenti facilmente sono di benevolenza ed amabilità. Poco incline al fasto e allo splendore, è naturale e semplice, senza ambizioni esagerate. Non è solito mentire. Ciò che non raggiunge con un'attività rapida lo guadagna per la sua costanza. Da uomo pratico qual è, sa approfittare dei mezzi e cerca più l'utile che il vistoso. Gli piacciono gli ordini definiti chiaramente. Adatto a tutto ciò che richiede ordine e costanza; ha per questo grandi doti di collaboratore. Questo ed il suo profondo senso del dovere lo rendono capace di incarichi direttivi di grande responsabilità sociale e delicata amministrazione. Nei suoi lavori è solito essere efficiente, sicuro e costante.

Aspetti negativi. La sua tranquillità sentimentale può degenerare in una specie di apatia, per cui non si preoccupa di nulla e non mostra interesse o entusiasmo per alcuna cosa. È solito indurire notevolmente il suo cuore rendendolo insensibile e freddo verso gli altri e

portandolo gradualmente ad un egoismo calcolatore e all'orgoglio dell'autosufficienza.

Tende ad essere schiavo della sua organizzazione, abitudine e metodo. Da parte sua, è possibile che esageri con la prudenza e la previsione, fino all'estremo di non cominciare nulla per pensare troppo alle possibili difficoltà, sprecando così le occasioni propizie. Ciò lo fa spaventare in più di un'occasione e, cosa che è un paradosso per un carattere attivo, può renderlo pigro, facendogli rifuggire l'azione per evitare i possibili fallimenti o pericoli, o semplicemente per difendere la sua solitudine ed indipendenza dal rumore e dal rapporto con le persone. In questi casi è solito rifugiarsi nell'attività mentale (preferibilmente immaginativa) preferendo sistematicamente nella sua azione esteriore ciò che è comodo e facile allontanandosi da quanto possa sembrare difficile o arduo.

(VI) Il sanguigno

È *non emotivo* (cioè non s'impressiona facilmente), *attivo* (con tendenza interiore all'azione, non importa se ha mete definite o no) e *primario* (cioè reagisce prontamente, ma presto ritorna allo stato anteriore).

Caratteristiche generali. Non può rimanere inattivo anche se non è solito essere costante nel continuare ciò che ha cominciato. Generalmente è sempre allegro, sorridente, molto loquace, di discorsi vivi e animati.

Abituato a esagerare, far rumore, animare. Socievole, attento e cortese; gli piacciono la compagnia e l'amicizia. Ama la libertà. In politica e religione non si appassiona; in generale, le sue passioni non sono molto forti. È solito avere inclinazione per la musica e gli piacciono gli sport. La sua immaginazione è viva, anche se ha bisogno di occupazione continua, preferisce ciò che è più gradevole, piacevole e che richiama l'attenzione. Si lascia guidare facilmente dalle apparenze e per questo con frequenza è superficiale nei suoi giudizi. Per perseverare in un'opera iniziata ha sempre bisogno di nuovi stimoli, desidera cambiare sempre, e per questo, nella sua generosità difficilmente arriva al dono totale. Espansivo ed effusivo, tutto ciò che pensa, lo commenta e discute, e lo comunica agli altri. Non s'irrita facilmente davanti alle offese, e se lo fa, subito si lancia senza riflettere e non è facile da spaventare. Quando ha commesso qualche mancanza, si consola facilmente e rinnova i buoni propositi.

Aspetti positivi. È una persona di atteggiamento gradevole nella vita sociale. Affabile, buono, pieno di allegria e di buon umore, coraggioso e socievole, molto servizievole e cortese con tutti. Si rende conto facilmente di ciò che manca agli altri e dà volentieri il proprio aiuto. Compassionevole e misericordioso per le debolezze altrui. Possiede un notevole senso pratico ed intelligenza intuitiva. Non si preoccupa

dell'angoscia nè va troppo a fondo nei problemi. Ha un tatto speciale per riprendere le mancanze altrui con delicatezza, ma con sincerità. Tende a dire sempre la verità, non ama le finzioni. Non conserva rancore verso nessuno. Perdona facilmente. Molto docile alle indicazioni dei superiori, con semplicità di spirito.

Aspetti negativi. Il suo principale problema è la mancanza di riflessione ed il lasciarsi trascinare dal piacere e dai primi impeti, e non dalla ragione. È superficiale. Non ha molto discernimento. Gli costano molto la disciplina e la mortificazione. I suoi appetiti e la sua immaginazione straripano facilmente; si lascia guidare da chiunque a prima vista appaia attraente e simpatico, essendo la sua personalità poco solida e seria.

(VII) L'apatico

È *non emotivo* (non s'impresiona facilmente), *non attivo* (non tende interiormente all'azione, ma è piuttosto passivo) e *secondario* (cioè conserva per molto tempo le impressioni ricevute e si trova molto legato al suo passato).

Caratteristiche generali. Tra le sue caratteristiche generali emergono la sua mancanza di vitalità e il suo isolamento. Evita di mescolarsi negli affari e nelle attività degli altri. Non sente fastidio per i suoi compagni, ma questi non significano molto per lui,

anche se c'è da tenere in conto che su questo aspetto ci sono molti tipi di atteggiamenti intermedi. Possiede anche docilità ma apparente, perché piuttosto quello che si osserva è poca tensione affettiva. Preferisce la vita tranquilla, indipendente dal traffico sociale. Non mostra una grande inclinazione per i lavori pratici, ma tende piuttosto a quelli teorici. È docile e conformista, Per questo si adatta bene alle regole del luogo dove deve vivere.

Aspetti positivi. Elementi positivi sono la stabilità, il radicamento e la tenacia. È capace di disciplina e regolarità. Non è solito scontrarsi con gli altri. Il suo campo prediletto è quello dell'astrazione e gli piacciono le discipline matematiche piuttosto che le scienze sperimentali e i lavori pratici.

Come *aspetti negativi* dobbiamo segnalare la mancanza di dinamismo psichico che quasi sempre suppone uno squilibrio del sistema neurovegetativo e, conseguentemente, una probabile insufficienza endocrina. Tende a non preoccuparsi nè di se stesso, nè dei suoi compagni, a vivere passivamente. A causa del suo riserbo e della sua aria meditativa, simula una certa ricchezza interiore. Ma c'è il pericolo che si tratti solo di un travestimento ed in realtà manchi d'interesse ed entusiasmo nella sua vita. Può anche polarizzare il proprio interesse verso un egocentrismo chiuso in solo ciò che attrae il suo benessere, la sua

attenzione e la sua gioia. Tende a non compromettersi in attività altruiste che esigano sforzo e sacrificio.

(VIII) Il linfatico

È *non emotivo* (non s'impresiona facilmente), *non attivo* (non tende interiormente all'azione, ma è piuttosto passivo) e *primario* (cioè reagisce subito, ma torna velocemente allo stato precedente).

Caratteristiche generali. Anche se non è comune questa tipologia di temperamento, indichiamo che, quando è presente, ha come tratti generali l'essere molto influenzabile dall'ambiente; è ottimista, amabile nell'atteggiamento, notevolmente suggestionabile. Socievole, ma con la tendenza a evitare lo sforzo personale che esigono i lavori comuni. È pigro, ma a volte la pigrizia si maschera da attività, quando fa cose che gli piacciono, anche se fugge da quelle che dovrà fare o si accontenta del minimo obbligatorio. Si stanca subito e ha poco senso del reale.

Aspetti positivi sono il suo coraggio che si manifesta di più nella capacità di resistere; è imperturbabile davanti al pericolo. È solito avere giudizio pratico ed estrema socievolezza, ha bisogno degli altri per agire, lo fa con gusto e non poche volte con vera attitudine all'arte scenica. Frequentemente possiede talento musicale.

Aspetti negativi: il più notevole è la pigrizia. Per questo lascia lo sforzo per l'ultimo momento fino a che le necessità lo obblighino. Naturalmente questo lo rende con frequenza inaffidabile e non puntuale. Molte volte questa pigrizia dipende da cause organiche (debolezza costitutiva o accidentale). È piuttosto maldestro per le cose che richiedano ordine. Negligente ed a volte disattento nella pulizia. Si lascia influenzare facilmente dall'ambiente nel quale vive, e ciò può porlo in seri pericoli. La sua inattività è un ostacolo per l'essere servizievole e lo rende ogni volta più egocentrico. Corre il rischio di volare sempre raso terra.

A cosa ci servono queste descrizioni?

Nessuno di questi "tipi" si ha nella realtà in stato "chimicamente puro", ma esistono numerose varianti; tuttavia, in generale, è indubitabile che in ogni individuo predominino certi tratti temperamentali, che permettono di situarlo, con le debite riserve e precauzioni, in qualcuno dei quadri indicati.

Queste rassegne, possono solamente darci una conoscenza parziale (quindi non è altro che la struttura, senza alludere al contorno, nè alla storia, nè all'educazione, nè alla libertà), di prova (perché ci dà solo tratti), sommario (perché apporta alcune referenze per alcuni aspetti ma non per altri), e schematico

(perché questi modelli sono piuttosto teorici e rigidi e si devono poi adattare ad ogni caso individuale)⁴¹. Ma sono sufficienti per permetterci di capire meglio alcuni dei nostri attributi, di vedere l'intima relazione di uno dei tratti con gli altri ed aiutarci a comprenderci meglio (ed anche a comprendere meglio gli altri⁴²!), di identificare i punti che rivelano di più le nostre disposizioni più profonde, di farci notare la direzione delle nostre reazioni, e, in fondo, di delineare meglio i nostri aspetti positivi e negativi e trovare le radici dei nostri difetti per lavorarci sopra.

41 Cf. Bedit, Magdalena, *La comprensión del carácter*, 42. (t.n.)

42 Condivido pienamente questi apprezzamenti di Magdalena Bedit: "Istintivamente ognuno di noi ha dentro un *modello*; immagina l'altro in base ai suoi parametri personali o ideali, e fino a *moralizzare*, gli sembra male o bene questa o quella reazione (...) La premessa alla base della caratteriologia è che siamo tutti differenti e che, per comprenderci, è utile pensarci riuniti dalle caratteristiche che abbiamo in comune (...)" (Bedit, Magdalena, *La comprensión del carácter*, 36). Lo aveva già detto Castellani: "È un tipo strano –disse il Montone. Che cosa è strano? – chiese [la pecora]. –Essere strano è non essere come me –disse il montone". (t.n.)

ED.IVI

Editrice del Verbo Incarnato

Pizza S. Pietro, 2 - 00037 Segni (RM)

Sede Operativa - Largo Barbarigo, 1

01027 - Montefiascone (VT)

C.F. 95024490583 - P.IVA 13696421000





Collana
Virtus

ISBN 978-88-89231-32-6



9 788889 231326