

Mercoledì 05 novembre 2025

QUARTO INCONTRO DI CATECHESI PER ADULTI

“La buona battaglia contro gli otto pensieri malvagi”



PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO

*Spirito di Dio, discendi su di noi;
donaci un cuore umile e docile
che si lasci condurre
dentro il mistero profondo dell'animo umano
sapendo discernere i vari pensieri
per incontrare solo il Tuo
e compiere la Tua volontà.*

La nostra vita è intrisa di “luce” e di “tenebra”, cioè di amore e di peccato che si susseguono in una battaglia spirituale che vede vincere una volta il primo, una volta il secondo. Certamente, desidereremo sconfiggere pienamente la “tenebra” del peccato, ma con le sole nostre forze non riusciamo. Abbiamo bisogno della potenza della *charis* (grazia) di Dio che ci illumina pienamente e fa scomparire ogni ombra. Gesù stesso ce lo ricorda e rammenta, «nessuno accende una lampada e poi la mette in un luogo nascosto o sotto il moggio, ma sul candelabro, perché chi entra veda la luce. La lampada del corpo è il tuo occhio. Quando il tuo occhio è semplice, anche tutto il tuo corpo è luminoso, ma se è cattivo, anche il tuo corpo è tenebroso. Bada dunque che la luce che è in te non sia tenebra. Se dunque il tuo corpo è tutto luminoso, senza avere alcuna parte nelle tenebre, sarà tutto nella luce, come quando la lampada ti illumina con il suo fulgore»¹. Quando siamo abitati dalla Luce affrontiamo la vita con la forza dello Spirito che rende le difficoltà duttili e malleabili. Scopriamo di essere amati, seppur feriti, e che questo riempie ogni vuoto intrinseco. Essere abitati dalla luce, per noi credenti, è ricordarsi del momento in cui è accesa la candelina nel giorno del nostro battesimo, segno della fede nel Risorto. Alle volte questa fiamma - lumicino si spegne ed entriamo nell'oscurità, la paura ci assale tanto che, purtroppo, alcuni preferiscono scegliere gesti estremi pur di non dimorarvi oltre. La battaglia spirituale ci riporta alla Luce vera. Gli otto pensieri malvagi ci proiettano nel baratro del buio, ma non tutti allo stesso modo. Infatti, vi è una gerarchia dei pensieri malvagi che si distinguono in “primari” e “derivati”. Dai primi prendono “vita” gli altri. Quali sono? La gola e la superbia sono i due pensieri primari da cui derivano gli altri. «Le vulnerabilità alle tentazioni [...] sono su tre livelli [...]. Le *passioni somatiche*, quelle che fanno leva sul corpo, strumentalizzano i normali appetiti e bisogni facendoli diventare ossessioni [...], in questo campo troviamo la gola, la lussuria e l'avarizia [...]. Le *passioni psichiche*, quelle che fanno leva sulla nostra psicologia [...], qui troviamo l'ira, accidia e tristezza [...]. Le *passioni spirituali*, quelle che incapsulano il cuore e lo sostituiscono con un falso spirito [...], la vanagloria – che contiene l'invidia

¹ Lc 11, 33-36.

– e il vero mostro, il grande peccato, la superbia – che contiene l'orgoglio»². Entriamo, finalmente, nel mondo degli otto pensieri malvagi. Il primo che incontriamo è la *GOLA*. Evagrio scrive «*la gola è la madre della lussuria, alimento dei pensieri con le chiacchiere, rilassamento del digiuno, freno dell'ascesi, spavento davanti alle questioni morali, fantasie di cibi, immaginazione di condimenti, una bestia bizzarra, una sfrenata mania, ricettacolo di malattia, invidia della salute, strozzatura della gola, spasmo delle viscere, termine di offese, iniziazione alla fornicazione, lordura dell'intelletto, fiacchezza del corpo, sonno pesante, triste morte*»³. Già da quanto scritto comprendiamo come la “gola” non sia solo “golosità” portata all'estremo, ma all'interno di questo pensiero, che poi si tramuta nel vizio, vi sta la *voracità* e l'*avidità*. Qui non si tratta solo dell'aspetto biologico e corporale, ma di uno stile che si riverbera in tutta la dimensione dell'uomo. «Ci sono tanti appetiti. Ci sono tante bocche, non solo quella che porta allo stomaco. L'insaziabile voglia di vedere, ascoltare, toccare, o più genericamente di sentire, provare»⁴. È un continuo nutrirsi fino ad oltre la sazietà, col rischio concreto di entrare in una prospettiva di insoddisfazione cronica in cui nulla e nessuno è capace di colmare quel senso di vuoto che si crea. Il troppo benessere, la troppa scelta, il fatto del “tutto e subito” ci porta in uno stato di assuefazione ove tutto si finalizza alla propria soddisfazione ed appagamento. La gola crea dipendenza che si esplica nella genitalità (come vedremo con la lussuria) nella continua ricerca di un *piacere* finalizzato a se stesso. Dio ha voluto il piacere, invece, finalizzato alla condivisione ed apertura all'altro. Essa porta ad un cambio di paradigma sostanziale in cui «*si vive per nutrirsi e non ci si nutre per vivere*»⁵, parafrasando la famosa frase di Gesù (Mc 2,27). Ci si nutre oltre al fabbisogno perché v'è necessità di prolungare quel piacere “orgasmico”, cioè che crea in noi quel senso di estasi, e non ci si rende conto che andiamo a mettere in pericolo la nostra salute, la nostra vita. Gli anziani, saggi conoscitori della tradizione, hanno sempre ribadito come sia importante “alzarsi da tavola con un po' di fame”, perché se entriamo nell'ottica di “una ciliegia tira l'altra” si crea un dinamismo di ingordigia che non farà più apprezzare nessun tipo di sapore, di gusto, di percezione. Anestetizzati dal troppo che, nel divenire, diventa insaziabile. Pensiamo all'aspetto fisico del cibo, in tutte le sue sfumature ed eccessi. Pensiamo all'avidità delle chiacchiere e del sapere tutto e sempre. Pensiamo all'aspetto del chiacchiericcio e pettegolezzo. Pensiamo a tutti i nostri sensi invasi dalla “gola”, dal vedere che diventa spiare, dal mangiare che diventa ingozzarsi, dall'odorare che diventa sniffare, dall'udire che diventa origliare, dal tatto che diventa palpare. La gola ci toglie la dignità dei figli di Dio per arrivare ad essere “zombi” dipendenti e mai sazi. L'esperienza di Esaù con Giacobbe (Gen 25,29-34) fa vedere come la gola entra nella dinamica della vita banalizzandola e facendo saltare le priorità. «[Esaù] banalizza la sua elezione, il suo destino nobile, la sua importanza. L'istante presente diventa TUTTO, l'appagamento immediato cancella completamente il suo futuro e dice un'assurdità: sto morendo. È questo il *loghismos* della gola: *se non mangio subito è come se morissi*. Che mi importa del mio domani?»⁶. La gola assolutizza il presente, dimenticando il passato ed ignorando il futuro, non costruisce, ma desidera “tutto e subito”. Non pianifica e non ci fa entrare nell'esperienza del “domani”, ma ci incatena in un eterno presente (non quello della vita eterna) sterile ed infecundo.

² F. ROSINI, *La buona battaglia*, 82-83.

³ EVAGRIO PONTICO, *Sentenze. Gli otto spiriti della malvagità* Città Nuova, Roma 2010, 79.

⁴ F. ROSINI, *La buona battaglia*, 98.

⁵ *Ivi*, 101.

⁶ *Ivi*, 105.