

Mercoledì 19 novembre 2025

QUINTO 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.*

Nella catechesi precedente abbiamo iniziato il primo pensiero malvagio, quello della gola definibile come “si vive per nutrirsi e non ci si nutre per vivere”. Si è visto come essa sia uno dei pensieri primari da cui dipendono altri e come questo assolutizzi il presente, dimenticando il passato ed ignorando il futuro. La gola 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 infecondo. L’esperienza di Esaù e Giacobbe (*Gen 25,29-34*) è lì a ricordarci tutto questo. Entriamo in profondità di questo pensiero attraverso un *loghismos* del nostro Evagrio Pontico. Egli scrive: «*Contro il pensiero che mi dice: “Non affliggerti con molto digiuno; non ti sarà utile e non purificherà il tuo intelletto”*: Fece la conca di rame e il suo piedistallo di rame, impiegandovi gli specchi delle donne che digiunano all’ingresso della tenda del convegno (*Es 38,26[8]*)»¹. La sua interpretazione non è così semplice e scontata, Evagrio pone l’attenzione su un fatto importante. Il digiuno purifica il nostro intelletto, cioè lo rende capace di entrare in profondità delle cose, di affrontare con lucidità e trasparenza le fatiche quotidiane e di prospettare un futuro che tenga conto del passato e presente. Soprattutto, come si vedrà poi, riesce ad affrontare la tematica del *dolore* nella nostra vita. La gola, invece, ci fa entrare nella dinamica della *voracità* anestetizzante. È come quando ci lasciamo prendere da una cosa zuccherata e ne siamo assuefatti, quasi dipendenti. Viviamo il momento del piacere, l’istante energetico, l’adrenalina dell’attimo e lo riduciamo a “vita”, come se fosse tutto per quell’istantanea. Allora v’è il proliferare di *trend* e mode del momento, c’è la diminuzione dell’attenzione che non riesce stare attenta per più di dieci minuti. C’è il bisogno continuo e costante di muoversi, di essere iperattivi per correre ovunque e sempre, senza mai una sosta. Dormire diviene una cosa “inutile” e ci si ritrova assorbiti e continuamente affamati di video, connessioni, messaggi. Continuamente a divorare il nostro tempo in scempiaggini e stupidaggini che ci fanno tornare indietro nella sfera evolutiva del pensiero perché sovra-stimolati da continui cambi di immagine. Una cosa da ribadire è questa: i media e social media non sono il “tentatore” in persona, ma rischiano di farci vivere dinamiche di distrazione della vita. Un conto è spendere quei momenti di

¹ EVAGRIO PONTICO, *Contro i pensieri malvagi*, 51.

giusto svago, un conto è rimanere ancorati lì per ore e ore tralasciando le cose importanti. La gola ci allontana dal nostro esistere per abbagliarci e farci credere che abbiamo bisogno di tutto e di altro. Un po' come le continue pubblicità o la logica del commercio *online* che ci fanno comprare cose in quel momento "inutili". Don Fabio Rosini ci provoca quando scrive: «Vediamo cristiani intontiti, preti superficiali, padri distratti, madri infantili, giovani succubi, dipendenti, atrofizzati, protesizzati, offuscati. Scemi di pace [...]. Una generazione che vive per un istante e non sa di essere eterna»². Questa ultima affermazione ha conseguenze importanti su un tema intrecciato più volte. La gola ci allontana dal senso profondo del *dolore*. «Qual è il mostro strisciante dietro ogni peccato di gola? La *fuga dal dolore*. Che però è intrecciato con la vita, e quindi, per sfuggire al morso del dolore, ci si deve alienare, bisogna uscire dalla realtà»³. Il digiuno ci riporta alla realtà della vita, che non è lo slogan "un giorno in più di vita ci avvicina alla morte", nel cinismo più totale. Bensì, il fatto che la nostra finitudine ci fa vivere l'esperienza del dolore nelle sue mille sfaccettature. Un dolore che si comprende davanti alla croce di Gesù. Sempre Evagrio «L'anima del goloso si compiace delle memorie dei martiri, quella di chi è temperante imita le loro vite»⁴. Per comprendere al meglio ciò che stiamo dicendo, Rosini esemplifica così «Si parlava delle suggestioni del nemico e delle ispirazioni dello Spirito come due ragazze, una brutta ma truccata e l'altra bella ma semplice. Ecco le due ragazze: un piacere alienante o un dolore reale? Ma il piacere alienante è la regressione infantile, mentre il dolore reale è il luogo dove si diviene adulti, maturi»⁵. L'alienazione dal nostro esistere ci porta a divenire "fotocopie", imitazioni parziali, a lasciarci dominare da un istinto che ci fa entrare nel circolo vizioso della voracità. Il vorace è colui che è incapace di "nutrire" gli altri e che si nutre non per vivere, ma per sfuggire dalla realtà del dolore e della vita stessa. Sembrerebbe una visione pessimistica della vita questa, in realtà non è così. L'esperienza della finitudine ci permette di vivere la grazia dell'Amore. L'amore trova spazio nell'anima digiunante, la quale ricerca quel nutrimento che la fa vivere e non anestetizzare. L'esperienza del dolore, a cui vogliamo sfuggire, ci allontana dall'esperienza del Triduo Pasquale. Dall'esperienza di un Dio donato e donante. Dalla visione della vita come una lotta per conquistare ogni giorno un frammento di eternità. Sfuggire da ciò non è non vivere il dolore, ma farsi male senza accorgersi e poi risvegliarsi un giorno completamente feriti o in fin di vita. L'esperienza della gola ci immette in un vortice di false speranze, di false relazioni, di falso amore. Ci fa credere di essere al sicuro e contenti, ma ci allontana dal vero "Noi", da quell'immagine divina con cui siamo stati pensati e continuiamo ad essere amati. Il pensiero del Gola ci riempie la pancia fino oltre la sazietà ed una volta che smettiamo di mangiare, ci ritroviamo a sperimentare un dolore ancora più acuto ed intenso. Quello che volevamo sfuggire ci ritorna indietro con l'interesse. L'esperienza della gola ci porta a riflettere sul valore del digiuno e della "vera fame", quella nutre, quella che ama, quella che fa gustare i sapori e le relazioni. La fame di Dio e non quella dell'uomo, che si apre al mistero della vita con verità, realtà e carità.

² F. ROSINI, *L'arte della buona battaglia*, 106.

³ *Ivi*, 107.

⁴ EVAGRIO PONTICO, *Sentenze. Gli otto spiriti malvagi*, 80.

⁵ F. ROSINI, *L'arte della buona battaglia*, 107.