

(Glossario di P.Tomas Tyn, OP)

ASTINENZA

E' una virtù che implica essenzialmente la privazione del cibo ("ex ipso nomine importat subtractionem ciborum"; II-II, 146, 1 c.). Come tale essa appartiene alle parti dette soggettive ovvero alle specie della temperanza che si dividono secondo gli oggetti (materie) della virtù. Ora, la temperanza modera i piaceri derivanti dal senso del tatto che si fondano sull'istinto nutritivo da una parte e su quello generativo dall'altra.

Quanto a quest'ultimo, la temperanza comprende in sé la castità che regola l'atto principale della facoltà procreativa che è il coito e la pudicizia che invece ordina secondo esigenze della ragione gli atti secondari della medesima facoltà. Quanto invece attiene all'istinto nutritivo, essa comprende in sé da un lato la giusta moderazione nei cibi che è appunto l'astinenza e nelle bevande che si dice sobrietà (cf. II-II, 143, un.,c.).

La virtù che riguarda l'oggetto di una facoltà si trova in quella facoltà come nel suo soggetto proprio. La fortezza che si rapporta ai timori e alle audace, la magnanimità che è di cose difficili sperate e la mansuetudine che tempera le ire appartengono all'irascibile come le rispettive passioni. Similmente le virtù che hanno per oggetto ciò che è anche oggetto del concupiscibile appartengono proprio a questa parte dell'anima: così la castità che modera il piacere venereo, così l'astinenza e la sobrietà che disciplinano i dilette rispettivamente del cibo e della bevanda (cf. *Virt. in com.* un., 4 c.).

La semplice privazione del cibo è un fatto fisico e perciò moralmente indifferente che però diventa virtù se tale privazione avviene deliberatamente e si sottopone alle esigenze della retta ragione il che ovviamente si verifica solo là dove si osserva l'opportunità delle circostanze (II-II, 146, 1 c.).

Il diletto proveniente dall'uso dei cibi costituisce un pericolo particolare di allontanamento dal bene della ragione e ciò sia perché i piaceri della tavola sono abbastanza intensi e anche perché il nutrimento è molto desiderato perché sommamente richiesto per la conservazione della vita fisica la quale, tra i beni utili, è quello più desiderabile di tutti. Siccome poi ad ogni impeto passionale costituente una minaccia specifica per il bene onesto (razionale) oppone resistenza una virtù speciale, non v'è dubbio che l'astinenza si presenterà come una specie della temperanza distinta dalle altre (II-II, 146, 2 c.).

Facendo parte della temperanza, l'astinenza trova la sua regola nell'attenersi alle esigenze della vita: si tratta di usare di cose piacevoli nell'ambito dei cibi con l'attenzione alla vita fisica e alla sua conveniente disposizione che è la salute (cf. II-II, 141, 6 c.). Se l'astinenza mettesse in pericolo la vita o compromettesse gravemente il benessere dell'organismo, essa certo non sarebbe virtù, ma cadrebbe nel vizio dell'insensibilità (cf. II-II, 142, 1 c.). Ragionevolmente motivato, il digiuno, atto dell'astinenza, risulta moralmente corretto, anzi, encomiabile, in quanto adatto a reprimere la lussuria, a disporre la mente all'elevazione spirituale e infine ad espiare i propri peccati (cf. II-II, 147, 1 c.). Il fine stesso va cercato per sé come se fosse misura a sé, invece i mezzi devono essere proporzionati e commisurati al fine. Ora, nella vita spirituale il fine è solo l'amore di Dio, mentre le pratiche ascetiche come digiuni, veglie, ecc. si adoperano come mezzi per reprimere le passioni disordinate che ostacolano il raggiungimento del fine. Tali esercizi devono dunque essere praticati con buon senso affinché la concupiscenza sia, sì, evitata, ma nel contempo la natura non sia danneggiata ("ut...concupiscentia devitetur, et natura non extingatur"). Pecca dunque chi esagera nelle penitenze fino a debilitarsi così da non poter attendere ai suoi doveri di stato e certamente peccerebbe un uomo che, a causa di eccessivi digiuni, si rendesse inabile a rendere alla sua moglie il debito coniugale (cf. *Quodl.* V, 9, 2 <18>).

Eppure nessuno può esimersi del tutto dalla penitenza, perché nessuno è del tutto innocente e, ammesso anche che uno avesse espiato i suoi peccati passati, sempre dovrebbe adoperare i digiuni ed altre mortificazioni per premunirsi da peccati futuri (cf. *IV Sent.* d. 15, 3, 2, 2, 3m). Da

tutto ciò appare con chiarezza l'ammirevole capacità dell'Angelico Dottore di congiungere all'austerità derivante dalla consapevolezza del male da debellare la serenità fondata sull'ottimismo creaturale e sulla fuga da ogni eccesso contrario al buon senso.

Il nome "astinenza" indica un certo difetto (privazione di cibo), anche se di fatto questa virtù sta, come tutte le altre, nel giusto mezzo. La denominazione dal difetto non sorprende perché, mentre la fortezza resiste ai timori impellenti alla fuga e quindi per superare la tendenza al difetto deve mirare all'eccesso, la temperanza al contrario frena le concupiscenze che spingono al proseguimento disordinato del bene sensibile, sicché, per contrastare tale tendenza all'eccesso, la virtù suddetta deve portarsi piuttosto verso il difetto senza però mai cadere effettivamente in esso (II-II, 146, 1, 3m).

Considerata in se stessa, l'astinenza dai cibi non appartiene al regno dei cieli, non ha cioè valore soprannaturale come non l'ha neppure l'uso dei cibi- 1 Co 8, 8: "Non sarà certo un alimento ad avvicinarci a Dio; né, se non ne mangiamo, veniamo a mancare in qualche cosa, né mangiandone ne abbiamo un vantaggio." E Rm 14, 17 S.Paolo ribadisce che "il regno di Dio ... non è questione di cibo e di bevanda". Eppure l'astinenza dai cibi, in quanto è virtù, in quanto cioè si realizza ragionevolmente (*fit rationabiliter*), è suscettibile dell'elevazione soprannaturale e in tal senso procede dalla fede e dall'amore e spetta al regno di Dio (cf. II-II, 146, 1, 1m).

La disciplina dell'astinenza dev'essere proporzionata alla salute (cf. IV *Sent.* d. 15, 3, 1, 2, 3m). Privarsi del necessario alla sopravvivenza equivale al suicidio, privarsi del conveniente per il benessere fisico dell'uomo è vizioso se impedisce nell'esercizio dei doveri di stato, è indiscreto ma lecito se reca ostacolo alla realizzazione di opere supererogatorie, più perfette, ma non strettamente richieste. Per quanto concerne la salute nel senso medicinale della parola, è lecito mangiare quanto occorre per mantenere il corpo in buona salute, ma è consigliabile sottrarre un po' di cibo, perché un corpo troppo irrobustito difficilmente si piega alle esigenze dello spirito. D'altronde tale moderato digiuno non necessariamente lede la salute, anzi, generalmente essa è compromessa più dall'eccesso di cibi superflui che dal loro difetto. Ecco perché Galeno dice che l'astinenza è la somma medicina, cosa d'altronde confermata da frequente esperienza poiché vediamo spesso che gli astinenti sono più longevi.

I vizi carnali - lussuria e gola - applicano l'intenzione della mente umana a cose corporee e per conseguenza indeboliscono l'agilità dell'intelletto. La lussuria causa una totale cecità mentale per la sua veemenza, la gola invece produce un certo inebetimento dei sensi che rende l'uomo debole e poco perspicace rispetto alle verità da conoscere intellettualmente. Per questo motivo le virtù opposte, la castità e l'astinenza dispongono massimamente l'uomo alla perfezione della operazione sua propria che è quella intellettuale (cf. II-II, 15, 3 c.).

P. Tomas M.Tyn O.P.