



# La Santa Sede

---

**PAPA FRANCESCO**

MEDITAZIONE MATTUTINA NELLA CAPPELLA DELLA  
*DOMUS SANCTAE MARTHAE*

*Cinque minuti di saggezza*

*Giovedì, 28 febbraio 2019*

**[Multimedia]**

---

(da: [www.osservatoreromano.va](http://www.osservatoreromano.va))

Nel vortice di una vita in cui l'uomo tende a confidare «nel potere», «nella salute», «nelle ricchezze», egli va avanti, «temerario», pensando di poter fare quello che vuole. E perde consapevolezza della «relatività della vita». Occorre invece — ha suggerito Papa Francesco nell'omelia della messa celebrata a Santa Marta la mattina di giovedì 28 febbraio — avere la saggezza di fermarsi, ogni giorno, anche solo 5 minuti, per fare un esame di coscienza che ricostruisca una corretta gerarchia di valori e permetta di ripartire più «sovrani di se stessi».

La riflessione del Pontefice ha preso le mosse dalla lettura del Vangelo del giorno (Marco, 9, 41-50) nel quale si incontra Gesù che offre un «insieme di consigli». Di questi, ha sottolineato Francesco, «l'ultimo è un bel consiglio: "Abbate sale in voi stessi, siate in pace gli uni con gli altri"». Con l'espressione "Abbate sale", ha spiegato il Papa, «il Signore vuole dire: abbiate saggezza, che la vostra vita sia saggia». Un invito necessario, perché «la saggezza non è scontata», non è garantita, ad esempio, dal fatto di essere «andato all'università». No, «la saggezza è una cosa di tutti i giorni», che viene dal riflettere sulla vita e dal trarre «le conseguenze dell'esperienza della vita».

È un aspetto, questo, su cui si sofferma anche la prima lettura (Siracide 5, 1-10). Il brano esordisce proprio con l'espressione: «Non confidare...». In cosa? si è chiesto il Pontefice: «Nel tuo potere, nella tua salute, nelle tue ricchezze, nelle cose che hai... Questo è molto buono ma non fidarti di questo perché queste cose sole non ti porteranno al successo». Recita la Scrittura: «Non confidare nelle tue ricchezze e non dire: "Basto a me stesso"». È come leggere, ha notato il Papa, «un consiglio di un padre al figlio, di un nonno al nipote», si tratta di «un consiglio saggio», e cioè: «Fermati ogni giorno un po' e pensa a come hai vissuto quella giornata. Non seguire il tuo istinto, la tua forza, assecondando le passioni del tuo cuore».

Di fatto, ha detto il Pontefice approfondendo il concetto, «tutti abbiamo passioni. Ma stai attento, domina le passioni. Prendile in mano, le passioni non sono cose cattive, sono, diciamo così, il "sangue" per portare avanti tante cose buone ma se tu non sei capace di dominare le tue passioni, saranno loro a dominarti».

Ecco allora l'appello accorato: «Fermati, fermati». Non bisogna lasciarsi vincere dalla superbia: «Non dire: "Chi mi dominerà? Chi riuscirà a sottomettermi per quello che ho fatto?"» perché, ha aggiunto, «Mai si sa che cosa succede nella vita».

Soffermandosi a riflettere sulla «relatività della vita», il Papa ha ricordato, parafrasandoli, i versetti di un salmo che lo «colpisce tanto» (37, 35-36): «Ieri sono passato e ho visto un uomo; oggi sono tornato a passare e non c'era più». E ha suggerito: «Pensiamo ai nostri nonni. Forse pochi di noi ancora hanno dei nonni, ma loro vivevano la vita concreta di tutti i giorni, e oggi non ci sono più». E ancora: «I nostri nipotini diranno: "Ah, i nostri nonni", noi. E non ci saremo più...». Aggiungendo un consiglio a ogni uomo: «Fermati, pensa, non sei eterno», è questa «la saggezza della vita».

L'uomo non deve farsi vincere dalla tentazione di dire: «Ma si può fare un po' di tutto perché ho peccato... e che cosa mi è successo?», non deve essere «così temerario, così azzardato da credere» che comunque se la caverà: «Non si può contare sul fatto che "Ah, me la sono cavata fino a adesso, me la caverò...". No. Te la sei cavata, sì, ma adesso non sai... Non dire: "La compassione di Dio è grande, mi perdonerà i molti peccati", e così io vado avanti facendo quello che voglio. Non dire così».

Cosa fare? il consiglio viene dal brano del Siracide, che il Papa considera come «il consiglio ultimo di questo padre, di questo "nonno": "Non aspettare a convertirti al Signore", non aspettare a convertirti, a cambiare vita, a perfezionare la tua vita, a togliere da te quell'erba cattiva, tutti ne abbiamo...». Un richiamo che giunge chiaro all'uomo dalla Scrittura: «Non aspettare a convertirti al Signore e non rimandare di giorno in giorno perché improvvisa scoppierà l'ira del Signore». Così come si legge: «Ieri sono passato e ho visto un uomo; oggi sono tornato non c'era più», e ancora: «Non confidare in ricchezze ingiuste, non ti gioveranno nel giorno della sventura».

Si tratta, ha sottolineato il Papa, di «una parola positiva, che ci aiuterà tanto: "Non aspettare a

convertirti al Signore”, non rimandare di giorno in giorno il cambiamento della tua vita». Perciò «Se tu sai che hai questo difetto, fermati, prima di andare a letto, un minuto; esamina la tua coscienza e prendi il cavallo per le redini, comanda tu». Ogni uomo è chiamato a fare un esame di coscienza e a dire a se stesso: «Sì, ho sbagliato, ho avuto tanti fallimenti, tanti insuccessi, ma domani vorrei che questo non succeda». Occorre «prendere coscienza dei propri fallimenti. Tutti ne abbiamo e tutti i giorni e tanti. Ma non spaventarti, soltanto non credere che sono cosa comune, che sono il sale di ogni giorno, no».

Se, ha aggiunto il Pontefice, «prendo dalle redini questa passione e il dominatore sarò io, io sarò il responsabile delle mie azioni». Bastano «soltanto 5 minuti, prima di andare a letto». Chiedersi: «Cosa è successo oggi? Cosa è successo nella mia anima?» per «imparare ad essere più “sovrano” di me stesso, il giorno dopo».

Ha concluso quindi Francesco esortando: «Facciamo questo piccolo esame di coscienza ogni giorno, per convertirci al Signore: “Ma domani cercherò che questo non accada più”. Accadrà, forse, un po’ meno, ma sei riuscito a governare tu e non ad essere governato dalle tue passioni, dalle tante cose che ci succedono, perché nessuno di noi è sicuro di come finirà la propria vita e quando finirà».

Si tratta di soli «5 minuti alla fine della giornata» che, però, «ci aiuteranno, ci aiuteranno tanto a pensare e a non rimandare il cambiamento del cuore e la conversione al Signore. Che il Signore ci insegni con la sua saggezza ad andare su questa via».