



M.A.S.C.I.  
MOVIMENTO ADULTI SCOUT CATTOLICI ITALIANI

**Campo regionale estivo della Toscana**  
**29-30-31 agosto 2003**  
**Sereto-S. Giovanni Valdarno (Fi)**

## **RIFLESSIONI SULLA SOBRIETA'**

*a cura di Egisto Gori*

Dal latino **sobrius**: **so-** con valore privativo, ed **ebrius** ebbro.

Quindi sobrio, è colui che è

- parco, controllato, nel mangiare e nel bere ed in genere nel soddisfare gli istinti naturali;
- in senso figurato, moderato, alieno da qualsiasi eccesso.

Dal PATTO COMUNITARIO del movimento adulti scouts, al punto n. 5:

**“La scelta scout”**: ci impegniamo a vivere da adulto i principi e i valori enunciati da B.P. e fatti propri dalla tradizione dello scoutismo cattolico italiano e fra questi è compresa la **essenzialità (sinonimo di sobrietà)**,\_intendendo con questo termine, lo sforzo di abolire tutto ciò che è superfluo nella vita di ogni giorno.

“Una prima forma di economia e di essenzialità è quella che riguarda l'ambiente e la tutela del territorio in cui si vive, economia nel consumo di beni, di forme di energia, di risorse. Esistono dappertutto gruppi di ambientalisti, di verdi, di ecologisti, che promuovono manifestazioni contro la produzione di alcune forme di energia, o contro l'allevamento degli animali, o sulla tutela dei parchi.



**Molti di meno sono quelli che fanno uno sforzo di essenzialità** nella propria vita quotidiana, dall'uso dell'automobile, al riscaldamento domestico, dalle vacanze agli acquisti al supermercato, dalla seconda casa, all'uso ossessivo del telefono cellulare.” (da “Adulti Scout”- Gabriella e Paolo Linati).

Giovannella Baggio a Loreto ci invitò a considerare il nostro corpo come grande opera della natura; gli adulti scouts, ...vivono, si formano nel creato e lo **custodiscono**, ... la prima cosa da custodire è proprio il nostro corpo: grande capolavoro del creato e tabernacolo del **SIGNORE**.

Purtroppo il nostro corpo non lo rispettiamo, anzi lo oltraggiamo quotidianamente! ..... Per i nostri eccessi: il tipo di vita frenetica che conduciamo, il lavoro, gli impegni

infiniti di famiglia, in parrocchia, o anche attività di generoso volontariato, **diventano alibi** per trascurare il nostro corpo.

Curare il nostro corpo richiede sacrificio e rigore morale. Bisogna pertanto:

- **rispettare i bioritmi:** notte/giorno, sonno/veglia , ritmo dell'alimentazione.
- **rinunciare alle comodità,(auto, moto) per fare movimento:** il mondo d'oggi ci spinge a non utilizzare il nostro corpo per il fine per il quale è stato creato: muscoli, ossa, vasi cuore cervello.
- **curare l'alimentazione:**
  - ❖ quantità
  - ❖ qualità
  - ❖ ritmo di assunzione
- **fare a meno dei veleni inutili.**
  - ❖ fumo
  - ❖ alcool.



La sobrietà, ci aiuterà a mantenere un peso corretto, vera e propria cartina tornasole della vita che uno fa, del proprio equilibrio psicofisico, ma soprattutto ci aiuterà a mantenere la salute, ad evitare tutte quelle malattie vascolari, metaboliche, neoplastiche e dell'apparato locomotore che affliggono l'uomo moderno,

In senso più figurato **sobrietà è anche povertà** come limite voluto nelle attività lucrative, come barriera all'egoismo. Ho ritrovato un numero di RS SERVIRE dedicato alla povertà di più di quarant'anni fa,, novembre-dicembre 1962, ,ai tempi di mons. Andrea Ghetti (Baden).

Le considerazioni sono ancora del tutto attuali e condivisibili.

- La povertà cristiana non è miseria, frutto di fallimenti morali o professionali: è equilibrio fra l'uomo e le cose,è uso intelligente delle creature, è senso dei valori, è imitazione di Colui, che avendo creato ogni bene se ne privò per essere Povero.
- **lo scoutismo educa** nella eccezionale gamma di esperienze vissute - dal campo alla route,dalla comunità di squadriglia alle inchieste rover - al vero senso delle cose ed al loro uso sulla misura del messaggio cristiano,**ed allora è valido** oppure forma uomini che sono "come gli altri" ed allora è inutile!

Per ciascuno la via della perfezione ha tracciato diverso, tutti vi siamo chiamati, ma tutti in modo personale, così è per la povertà. Bisogna stare attenti agli equivoci!

Siamo dirigenti d'industria, possiamo comprarci la Mercedes sport: è lecito che lo facciamo? Non posso dirlo, non so dirlo: credo fermamente che uno che ha la Mercedes sport può essere più povero di me che vado in bicicletta e che per una motoretta venderei l'anima, che critico il ricco per invidia, e che mi attacco alle mie

povere cose con tutto il sangue. Resta tuttavia il fatto, che se è vero che la povertà è distacco del cuore dalle cose, un tale distacco mal si concilia con un possesso soddisfatto e tranquillo di tutto. La povertà evangelica non è un fatto materiale. Se così fosse le cose terrene sarebbero più importanti di quanto Cristo abbia mai detto. (Giancarlo Lombardi)



La povertà di Cristo è piena di cose splendide: cieli, gigli, campi, colline, laghi. Cristo fu libero per insegnarci la vera libertà. (Baden).

Nella Compieta si legge un ammonimento, tratto dalla prima lettera di Pietro:

" Frates sobri estote et vigilate quia adversarius vester diabolus circuit qaerens quem devoret". In italiano: " Fratelli, siate temperanti, vigilate, perché il vostro nemico il diavolo, come un leone ruggente va in giro ,cercando chi divorare."

Tutto ciò che mi allontana o distoglie dal Regno è inutile anzi pericoloso e debbo gettarlo via.

Le ricchezze hanno una grande attrattiva per l'uomo impastato di sensibilità e reso fragile dal peccato originale; molti cercano delle sicurezze e delle garanzie per una serena tranquillità in questa vita. Il possesso dei beni non desta desiderio di "altro" Bastano essi. Ecco perché la ricchezza è impedimento all'eternità, dice Baden in un articolo su quel vecchio numero di R.S. "Il perché della povertà cristiana", e conclude così: "Ci appare sommamente valido ed attuale il metodo del roverismo cattolico: educare alla vita rude, semplice, generosa, unica atta a creare l'abitudine al distacco dalle cose, alla povertà vera, cioè a quella che è nello spirito e non si deve confondere con la miseria.