

# VIVERE LA SOBRIETA' IN FAMIGLIA

TEMPO DI CRISI ECONOMICA PER LA FAMIGLIA? TEMPO PER SCOPRIRE LA SOBRIETA'

Incontro delle famiglie al Paradiso (28-12-2008)

SPUNTI DI RIFLESSIONE INTRODUTTIVA

## L'INVITO ALLA SOBRIETA'

Dal doc. CEI per la Giornata del creato 2008

### 2. Per una nuova sobrietà

La sfida della sostenibilità è complessa e interpella le istituzioni politiche e i soggetti economici. Vorremmo, però, soffermarci in questa sede su un aspetto che interessa tutti i cittadini dei Paesi più industrializzati: quello di un **profondo rinnovamento delle nostre forme di consumo**. Occorre, infatti, un **nuovo stile di sobrietà**, capace di conciliare una **buona qualità della vita con la riduzione del consumo di ambiente**, assicurando così **un'esistenza dignitosa anche ai più poveri e alle generazioni future**. È il richiamo formulato dal Santo Padre in occasione della Solennità dell'Epifania 2008: c'è bisogno di una speranza grande che faccia "preferire il bene comune di tutti al lusso di pochi ed alla miseria di molti"; solo "adottando uno stile di vita sobrio, accompagnato dal serio impegno per un'equa distribuzione delle risorse, sarà possibile instaurare un ordine giusto e sostenibile".

Si apre qui uno spazio importante per l'impegno delle comunità ecclesiali: la dimensione educativa, che da sempre caratterizza la loro azione, oggi deve esprimersi anche nella capacità di formare a comportamenti sostenibili. Si tratta, in particolare, di ridurre quei consumi che non sono realmente necessari e di imparare a soddisfare in modo ragionevole i bisogni essenziali della vita individuale e sociale. In questa direzione, sarà possibile valorizzare in forme nuove quella tradizione di essenzialità che caratterizza tante comunità religiose, facendola diventare pratica quotidiana per tutte le realtà cristiane. È pure necessario promuovere un'attenzione per tutti quegli accorgimenti per la riduzione dell'impatto ambientale messi a disposizione dalla scienza e dalla tecnica, in **campi quali la mobilità, il riscaldamento e l'illuminazione**. In generale, è fondamentale la cura per un uso efficiente dell'energia, come pure la valorizzazione di fonti energetiche rinnovabili e pulite.

Un efficace rinnovamento delle pratiche – personali, familiari e comunitarie – non potrà realizzarsi senza una vera e propria "conversione ecologica", cioè senza uno sguardo rinnovato sulle nostre esistenze e sui beni che le caratterizzano. Tale dinamica potrà trovare **alimento in una spiritualità eucaristica, capace di promuovere l'apprezzamento e la gratitudine per quanto ci è dato**, orientando a gustare con sapienza la densità dei beni della creazione, senza cedere alla tentazione che induce a volerne sempre di più.

## LO STILE CRISTIANO DELLA SOBRIETA'

### 2 Cor 8. 9 -15

[8.9] Conoscete infatti la grazia del Signore nostro Gesù Cristo: **da ricco che era, si è fatto povero per voi, perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà**. [8.10] E a questo riguardo vi do un consiglio: si tratta di cosa vantaggiosa per voi, che fin dall'anno passato siete stati i primi, non solo a intraprenderla ( la colletta ndr) ma a desiderarla. [8.11] Ora dunque realizzatela, perché come vi fu la prontezza del volere, così anche **vi sia il compimento, secondo i vostri mezzi**. [8.12] Se infatti c'è la buona volontà, essa riesce gradita secondo quello che uno possiede e non secondo quello che non possiede. [8.13] Qui non si tratta infatti di mettere in ristrettezza voi per sollevare gli altri, ma di **fare uguaglianza**. [8.14] Per il momento la vostra abbondanza supplisca alla loro indigenza, perché anche la loro abbondanza supplisca alla vostra indigenza, e vi sia uguaglianza, come sta scritto:

[8.15] Colui che raccolse molto non abbondò, e colui che raccolse poco non ebbe di meno.

Per Gesù non c'è solo il farsi povero (vivere in sobrietà), ma c'è anche la condivisione. **SOBRIETA' E CONDIVISIONE** vanno insieme e si arricchiscono a vicenda.. La sobrietà senza condivisione rischia di diventare una certa avarizia, chiusura... La condivisione senza sobrietà sembra impossibile, perché non è possibile un certo modello di vita per tutti (e allora o fai delle ingiustizie o riduci il livello di consumo).

## LAVORO A GRUPPI

Metodo di lavoro: dividersi a gruppetti di 12 persone circa. Uno è il moderatore (per dare la parola a tutti, per far sì che parli uno alla volta, per mantenere il discorso entro il tema, senza divagare, perchè gli interventi di ciascuno siano di circa 3 min ...) e uno faccia da segretario/a. Ci si presenta. Si sceglie un segretario/a (per raccogliere un po' il senso degli interventi e alla fine scrivere una sintesi (di 3-4 righe) da leggere nella preghiera finale). Si legge il testo qui sotto riportato. Si prova, liberamente a rispondere a qualche domanda (a scelta spontanea dei partecipanti). Ognuno provi a scrivere su un foglietto un'azione pratica, concreta, che gli verrà in mente durante la riflessione. Tale foglietto verrà attaccato all'"albero della sobrietà" e resterà in chiesa per i prossimi giorni. Il segretario riporterà la piccola riflessione sintetica (uno spunto solo, non tutti gli interventi), nella preghiera conclusiva.

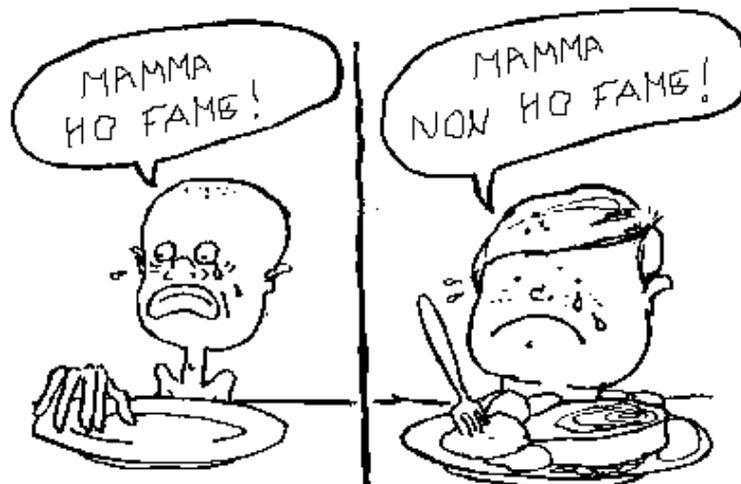
### QUALCHE IDEA GENERALE

#### **SOBRIETÀ'**

essenzialità  
vigilanza (essere svegli)  
discernimento (vedere bene)  
attenzione  
economizzare  
praticità  
utilità  
andare al cuore delle persone  
e delle cose  
schiettezza  
non ubriacarsi  
misura  
semplicità  
lucidità  
e' il giusto  
castità  
obbedienza  
silenzio  
provvidenza  
equilibrio  
digiuno (saper rinunciare)  
godere di ciò che si ha  
disparità nord - sud  
consumo critico  
tempo condiviso  
beni in comune  
rinuncia al superfluo  
giustizia  
povertà  
fatica

#### **CONDIVISIONE**

amore  
libertà  
apertura  
scioltezza  
fraternità  
non essere soli  
non possesso  
comunicare  
gioire / soffrire  
fatica  
fiducia  
amicizia  
virtù  
generosità  
sincerità  
lealtà  
essere dono  
spezzare il pane  
fare la stessa strada  
usare insieme  
scambio  
comunione  
moltiplicazione  
venire incontro  
disponibilità  
accoglienza  
coinvolgimento  
fastidio  
allenamento  
regalo



### LE QUATTRO "R"

La sobrietà si appoggia su quattro imperativi, che iniziano tutti con la lettera "R".

Il primo è "**ridurre**", ossia badare all'essenziale.

Il secondo è "**recuperare**", ossia riutilizzare lo stesso oggetto finché è servibile e riciclare tutto ciò che può essere rigenerato.

Il terzo è **riparare**, ossia non gettare gli oggetti al primo danno.

Ma alla base di tutto ciò c'è un quarto imperativo: "**rispettare**". Solo sviluppando un profondo rispetto per il lavoro altrui, impareremo a trattare bene le cose che ci rendono possibile la vita.

### **RIDURRE**

La sobrietà impone una scelta di qualità e di quantità. Se selezioniamo i prodotti in base alla qualità ci rendiamo conto che molti vanno scartati perché sono dannosi. Altri invece vanno scartati perché sono inutili. Perciò, ogni volta che ci viene voglia di comprare qualcosa dobbiamo chiederci se cerchiamo di soddisfare un bisogno vero o un bisogno indotto dalla pubblicità o da altre forme di condizionamento.

Rispetto ai prodotti utili, si pone un problema di quantità. Mangiamo troppo e buttiamo via troppi avanzi; accumuliamo troppi vestiti e ne diamo troppi allo straccivendolo; usiamo l'automobile anche quando potremmo andare a piedi o in bicicletta.. Naturalmente non dobbiamo limitarci a rivedere i nostri consumi privati, ma occorre verificare anche quelli collettivi perché anche fra questi ce ne sono di dannosi e di superflui. Di sicuro dovremmo eliminare gli armamenti, ma dovremmo anche sprecare meno energia per l'illuminazione delle città, dovremmo accontentarci di treni meno veloci e meno lussuosi, dovremmo costruire meno strade. Perfino in ambito sanitario dovremmo diventare più sobri, affrontando la malattia non solo con la scienza, ma anche con una diversa concezione della vita e della morte.

La sfida che ci attende negli anni a venire è di sapere riconoscere i bisogni fondamentali e di saperli garantire a tutti, pur disponendo di meno

#### **DOMANDE**

Allora il significato di sobrietà più immediato è il "vivere con poco". Ma...

- Occorre farlo per scelta e non come indigenza subita. Ma anche la scelta si fa con quale motivazione? Un certo masochismo? la lotta di classe? reazione al consumismo?...

- A volte scopriamo che si riesce a vivere anche senza tante cose. Ma quali tralasciare?

- I condizionamenti sociali influiscono in positivo o in negativo? C'è un luogo o ambiente che favorisce il vivere sobrio con poco o è possibile dappertutto?

- Quali abitudini casalinghe si possono attuare?

### **RECUPERARE ATTRAVERSO IL RICICLO**

Nel 1970, un gruppo di studiosi riuniti nel "Club di Roma" ha fatto scalpore per aver annunciato al mondo una cosa ovvia: le risorse della Terra non sono infinite e a questo ritmo di consumo saranno rapidamente esaurite.. Ad esempio, secondo ricerche più recenti, abbiamo ancora riserve di rame per 36 anni, riserve di zinco per 20 anni, riserve di piombo per .21 anni.

Un modo per evitare l'esaurirsi delle risorse è il riciclaggio. In questo modo risolveremmo, parzialmente, anche il problema dello smaltimento dei rifiuti. Oggi si possono riciclare prodotti come il ferro, l'alluminio, la carta, il vetro, il materiale organico. Ciononostante si ricicla ancora poco. Ad esempio si ricicla solo il.2% della carta, il.5% dei metalli, il 5% del vetro, mentre non si ricicla ancora molto il materiale organico e la plastica.

Ciò è dovuto in parte alla scarsa convenienza delle imprese e in parte alla poca sensibilità della gente che trova più facile gettare tutto in un grande sacco della spazzatura piuttosto che fare la selezione dei rifiuti.

#### **DOMANDE**

Come attui il ciclico nella tua casa? Come educi i tuoi figli? Cosa si può fare in parrocchia?

### **RECUPERARE ATTRAVERSO IL RIUTILIZZO**

La società dei consumi ci ha abituati a buttare via la roba quando è ancora utilizzabile solo perché non è più di moda o all'avanguardia tecnologica. Ma per battere la strada della sobrietà dobbiamo liberarci da questi condizionamenti, imparando a tenerci la stessa roba finché è buona e imparando a ricorrere di più al mercato dell'usato. La cultura del riutilizzo deve ripercuotersi anche sulle imprese che, ad esempio, devono smettere di offrirci prodotti in confezioni abbondanti e monouso, che oltre a sprecare risorse generano enormi quantità di rifiuti. Noi possiamo indurre le imprese a scelte diverse privilegiando i prodotti con confezioni leggere e in materiale riciclato, preferendo le bevande in bottiglie di vetro, acquistando prodotti sfusi invece di prodotti confezionati.

## DOMANDE

Si possono riutilizzare le cose? Come uscire dalla morsa del mercato che ti obbliga a cambiare macchine, DVD, computer, ecc. ogni 3 mesi?

## RIPARARE

Riparando si tenta di prolungare l'uso di un oggetto anche quando non sembra più in grado di svolgere la sua funzione. Nel Sud del mondo riparare è una cosa normale e lo era anche da noi ai tempi dei nostri padri. Oggi, invece, è sempre più difficile perché gli oggetti non sono costruiti per essere riparati ma per essere sostituiti. Ma noi sforziamoci di comprare prodotti resistenti e ostiniamoci a riparare qualunque cosa sia possibile: dall'auto alla bicicletta, dai vestiti alle scarpe. Così facendo creeremo localmente dell'occupazione che non può essere messa in pericolo dalle multinazionali. Del resto, se impariamo ad aggiustarci le cose da soli, diventeremo più padroni della nostra vita.

## DOMANDE

Chi ripara le cose? Come educare i figli?

## RISPETTO

Diversi possono essere i soggetti da rispettare.

\* Ci sono da rispettare gli altri. Scrive una famiglia: "la sobrietà è una ricerca personale nel rispetto di chi è più sfortunato di noi (se prendo più di quel che mi serve sento di aver tolto qualcosa all'altro) e quindi va perseguita sempre, come stile di vita, come un valore." Scriveva Raul Follereau, il padre dei lebbrosi: "Se tu hai in un armadio dei vestiti che non usi, tu li hai rubati a chi non li ha". In questo senso sobrietà diventa anche CONDIVISIONE: io metto in circolo le mie risorse (intellettive, fisiche, materiali). Come realizzare più condivisione?

\* C'è il rispetto dell'ambiente: quanto inquinamento per avere cose spesso superflue! Come ridurre l'impatto ambientale?

\* Forse c'è un ultimo soggetto da rispettare: noi stessi! Stili di vita vittime del consumismo diventano stili di vita frenetici e stressanti. Chi ci rimette siamo noi! Non avremmo bisogno di rispettare di più noi stessi con i nostri ritmi naturali e i nostri limiti costituzionali (senza che questo significhi pigrizia e accidia). Come riscoprire ritmi di vita più umani? Quali?



## PREGHIERA CONCLUSIVA

### CANTO

Pregghiera di sant' Ignazio recitata dai coniugi Beltrame - Quattrocchi

**Accogli Signore, l'intera mia libertà. Ricevi la memoria, l'intelletto e tutta la volontà. Quanto ho e possiedo Tu me l'hai donato: tutto Ti restituisco e rimetto interamente al governo della Tua volontà. Dammi solo il Tuo amore, con la Tua grazia e io sono ricco abbastanza, né domando altro.**

## 2 Cor 8.9-15

[8.9] Conoscete infatti la grazia del Signore nostro Gesù Cristo: **da ricco che era, si è fatto povero per voi, perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà.** [8.10] E a questo riguardo vi do un consiglio: si tratta di cosa vantaggiosa per voi, che fin dall'anno passato siete stati i primi, non solo a intraprenderla (la colletta ndr) ma a desiderarla. [8.11] Ora dunque realizzatela, perché come vi fu la prontezza del volere, così anche **vi sia il compimento, secondo i vostri mezzi.** PAROLA DI DIO. RENDIAMO GRAZIE A DIO

### VIDEO

Interventi dei gruppi. CANONE : O povertà fonte di ricchezza, Cristo donaci un cuore semplice.

PADRE NOSTRO  
Canto

