



Ogni persona è unica, ma nel corso della storia l'umanità ha osservato alcuni schemi di personalità che ci aiutano a comprendere meglio noi stessi e gli altri. Uno dei sistemi più antichi e profondi è quello dei **quattro temperamenti**, che affonda le sue radici nella filosofia classica e che è stato adottato e arricchito dalla tradizione cristiana.

Più che una semplice teoria psicologica, lo studio dei temperamenti può aiutarci a crescere nelle virtù, a rafforzare le nostre relazioni e, soprattutto, a progredire nel cammino della santità. Come dice il libro dei Proverbi:

“La mente dell'uomo medita la sua via, ma il Signore dirige i suoi passi” (Proverbi 16,9).

Conoscere il proprio temperamento fa parte di quella conoscenza di sé necessaria per lasciarsi modellare da Dio.

Cosa sono i quattro temperamenti?

Il concetto dei quattro temperamenti proviene dall'antica Grecia e fu sviluppato da Ippocrate, per poi essere approfondito da Galeno. Secondo questa teoria, esistono quattro tipi fondamentali di personalità, determinati dalla predominanza di certi umori corporei. Sebbene la scienza moderna non sostenga più questa base fisiologica, questa classificazione rimane utile per comprendere il carattere umano.

I quattro temperamenti sono:

1. **Collerico**: Energico, determinato e dominante.
2. **Sanguigno**: Gioioso, socievole ed entusiasta.
3. **Melanconico**: Riflessivo, profondo e sensibile.
4. **Flemmatico**: Calmo, paziente e stabile.

Dal punto di vista cristiano, i temperamenti non determinano la moralità di una persona, ma influenzano le sue inclinazioni e il modo in cui affronta la vita spirituale. Comprenderli ci aiuta a rafforzare le nostre virtù e a lavorare sulle nostre debolezze.

I Quattro Temperamenti e la Vita Spirituale

Ogni temperamento ha doni specifici, ma anche debolezze che devono essere corrette con la grazia di Dio. Vediamo come ciascuno può progredire nella vita spirituale.



1. Il Collerico: La Forza della Volontà

Il collerico è un leader nato. Appassionato e determinato, persegue i suoi obiettivi con tenacia. Nella storia della Chiesa, molti santi collerici sono stati grandi riformatori e difensori della fede, come Sant'Ignazio di Loyola o Santa Teresa d'Avila.

Virtù da coltivare: La forza e la determinazione possono essere preziose alleate per l'evangelizzazione e la crescita spirituale.

Debolezze da correggere: Il collerico può essere impaziente, autoritario e incline all'ira. San Francesco di Sales, che aveva un temperamento collerico, lavorò tutta la vita per coltivare la dolcezza e l'umiltà.

Consiglio spirituale: Coltivare la pazienza e l'umiltà attraverso la preghiera e la mortificazione. La frase di Gesù **"Imparate da me, che sono mite e umile di cuore"** (Matteo 11,29) deve essere un motto per il collerico.

2. Il Sanguigno: La Gioia del Vangelo

Il sanguigno è estroverso, ottimista e carismatico. Il suo entusiasmo è contagioso, il che lo rende un eccellente comunicatore del messaggio cristiano. Santi come San Filippo Neri o San Francesco d'Assisi avevano un temperamento sanguigno, e la loro gioia ha attratto molte anime a Cristo.

Virtù da coltivare: La sua capacità di socializzare e trasmettere gioia è un dono prezioso per l'evangelizzazione.

Debolezze da correggere: Può essere superficiale, incostante e incline alle distrazioni. Tuttavia, la vita spirituale richiede profondità e disciplina, elementi su cui il sanguigno deve lavorare.

Consiglio spirituale: Sviluppare costanza nella preghiera e autodisciplina. Un passo fondamentale per il sanguigno è:

"Non conformatevi a questo mondo, ma lasciatevi trasformare rinnovando la vostra mente"
(Romani 12,2).



3. Il Melanconico: La Profondità dell'Anima

Il melanconico è riflessivo, sensibile e perfezionista. La sua inclinazione naturale all'introspezione lo rende incline a una vita spirituale profonda. Molti grandi teologi e mistici erano melanconici, come San Giovanni della Croce o San Tommaso d'Aquino.

Virtù da coltivare: Il suo amore per la verità e la bellezza gli permette di raggiungere una vita di preghiera intensa.

Debolezze da correggere: Può essere pessimista, chiuso in se stesso e incline agli scrupoli. Ha la tendenza a focalizzarsi sui suoi difetti e a sentirsi indegno dell'amore di Dio.

Consiglio spirituale: Imparare a fidarsi della misericordia divina ed evitare il perfezionismo paralizzante. San Paolo ci ricorda:

"Ti basta la mia grazia; la mia potenza infatti si manifesta pienamente nella debolezza" (2 Corinzi 12,9).

4. Il Flemmatico: La Pace nella Tempesta

Il flemmatico è calmo, paziente ed equilibrato. La sua stabilità emotiva è un dono prezioso nella vita comunitaria e familiare. Molti santi flemmatici sono stati grandi pastori e direttori spirituali, come San Giovanni XXIII.

Virtù da coltivare: La sua serenità e prudenza sono essenziali per la vita cristiana.

Debolezze da correggere: Può essere passivo, pigro e timoroso del sacrificio. Il conformismo è un pericolo spirituale per lui.

Consiglio spirituale: Coltivare lo zelo apostolico e la generosità. Un passo fondamentale per il flemmatico è:

"Il regno dei cieli subisce violenza e i violenti se ne impadroniscono" (Matteo 11,12).



Applicazioni Pratiche nella Vita Cristiana

Conoscere il proprio temperamento e quello degli altri ci aiuta a migliorare le nostre relazioni e a progredire nella vita spirituale. Alcune applicazioni pratiche:

- **In famiglia:** Comprendere il temperamento di ogni membro aiuta ad essere più pazienti e ad educare con saggezza.
- **Nella vita di preghiera:** Possiamo adattare la nostra spiritualità al nostro temperamento, scegliendo devozioni e pratiche che ci aiutino a crescere.
- **Nell'evangelizzazione:** Conoscere il nostro modo di comunicare ci permette di essere testimoni più efficaci del Vangelo.

Conclusione

Dio ci ha dato un temperamento unico, ma non siamo chiamati a rimanere nelle nostre debolezze, bensì a essere trasformati dalla Sua grazia. La santità non è riservata a un solo tipo di personalità; tutti siamo chiamati a conformarci a Cristo.

Ognuno di noi ha un cammino particolare, ma imparando a conoscerci meglio e confidando in Dio, possiamo avanzare nelle virtù e avvicinarci sempre più alla santità.

Che il Signore ci conceda la grazia di conoscerci, accettarci e trasformarci secondo la Sua volontà. **Santi secondo il nostro temperamento, ma santi soprattutto!**