

## Temperanza, una virtù scomparsa

Alberto Mittone

13 Marzo 2026

Esistono pensatori di rilievo, e quindi da ricordare, che in poche pagine sono riusciti ad esprimere concetti o nozioni cruciali come Norberto Bobbio, che riprese sentimenti appannati sulla mitezza e individuò sensazioni profonde sulla vecchiaia. Questa riflessione sorge ora leggendo [\*Temperanza\*](#) (Il Mulino 2025) di Gennaro Carillo, intellettuale colto, legato alla cultura classica, ma sensibile a quella contemporanea. In un volume di non molte ma dense pagine, esamina quel tema, di attualità sconcertante che difficilmente si sarebbe potuto prevedere di maggiore attualità in queste settimane lacerate da invasioni e morti, con gli equilibri mondiali scossi da iniziative di guerra impensabili, tenuto anche conto di quello che il mondo intero ha già passato in anni recenti.

Carillo osserva che in epoca di crisi o di transizione le parole mutano significato, tanto che il loro significato può essere addirittura rovesciato, come segnala Tucidide a proposito della guerra civile di Corcira l'odierna Corfù, quando afferma che le virtù diventano vizi e viceversa (*Storie*, Libro III). Questo è accaduto anche alla temperanza, affiancata alle altre virtù della forza, giustizia, prudenza, sviluppata in una storia lunga e non effimera, che l'autore ripercorre, incisivamente, in vari settori, in particolare nella pittura. Giotto ha raffigurato i principi morali della temperanza, una allegoria della Cappella Scrovegni in cui il morso tra le labbra simboleggia il freno all'uso debordante della lingua mentre la mano destra blocca la violenza della spada. Nella Sala dei Nove a Siena il ciclo del "Buono e cattivo governo" di Ambrogio Lorenzetti rappresenta una donna che tiene una clessidra nella mano destra a suggerire il rapporto con il tempo, in quanto il termine "temperanza" viene da 'tempus' e la clessidra allude alla sua misurazione. Quei richiami rinviano ad un'altra associazione linguistica, e cioè al tagliare ("temno") cioè al diluire varie sostanze tra loro: significato che ritroviamo in una iconografia di Cesare Ripa che raffigura due vasi di vino e acqua i cui contenuti vengono mescolati, per indicare il temperamento che si crea con due liquori messi insieme, come si fa di due estremi diversi.

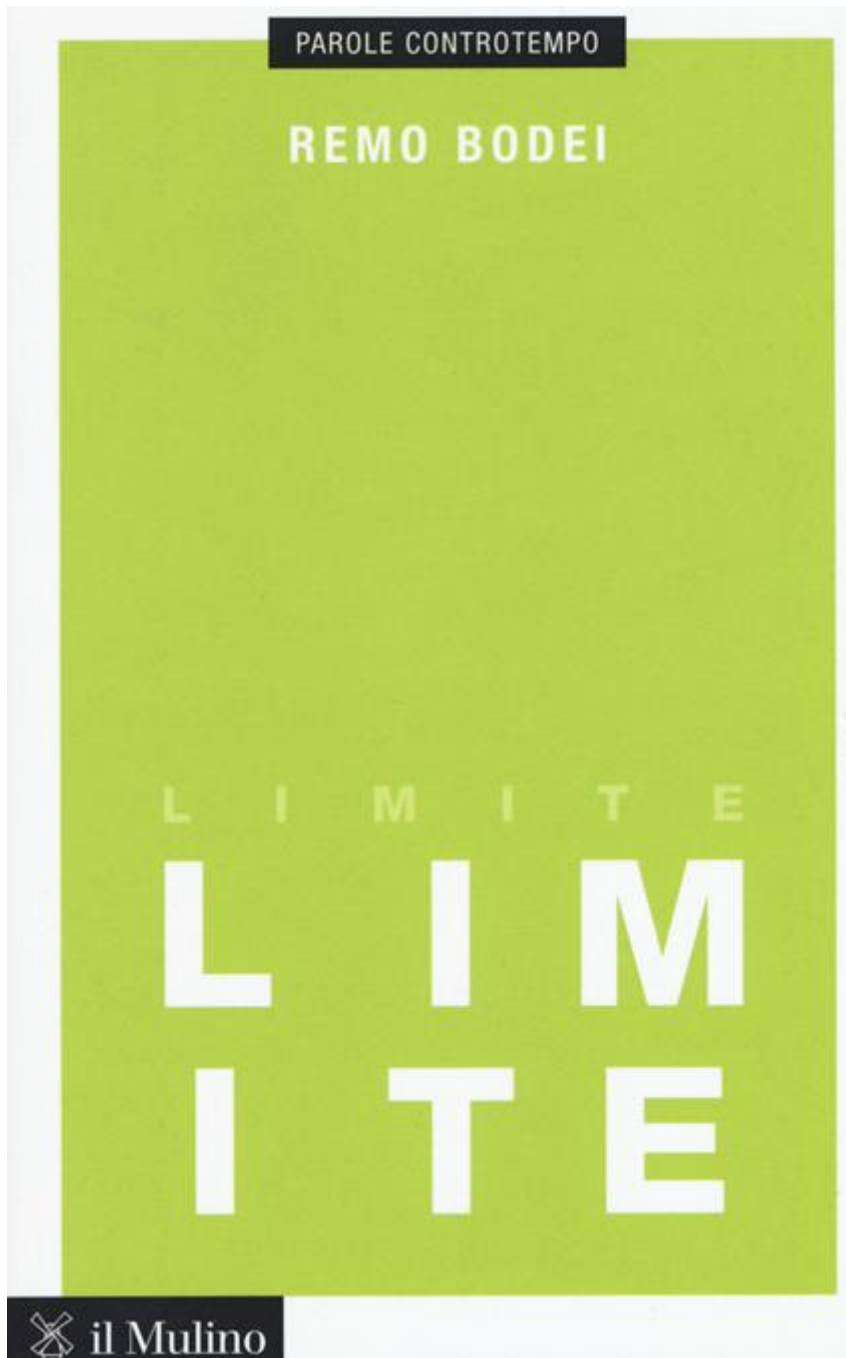
Il conflitto tra misura e dismisura viene approfondito in molte opere letterarie e mitiche, come nel caso di *Moby Dick* di Melville in cui il capitano Ahab sembra una versione moderna di Tantalo, condannato a essere perennemente frustrato nel tentativo di soddisfare la fame e la sete che lo tormentano. O come nel racconto di Balzac *Pelle di zigrino* e negli incontri danteschi con i golosi tra *Inferno* e *Purgatorio* che insistono sul legame tra vuoto e desiderio smodato. Dietro questa riflessione si intravede, secondo Carillo, la lezione di Aristotele, che non invita a eludere del tutto i piaceri o a sopprimere le passioni, ma a temperarli secondo la contingenza.

Oggi, nonostante l'eredità quasi meccanica di un modo di dire ("*est modus in rebus*"), la temperanza sembra richiamare un vizio, una mediocrità intinta di conformismo e permissività, tanto che negli anni 60 i "Quaderni Piacentini" la evocavano come un reperto appartenente alla borghesia perbenista.

Perché questo capovolgimento, nonostante un passato luminoso e celebrato? Le ipotesi sono molteplici, e una potrebbe essere ricavata, secondo noi, da quelle fotografie sociali che sono molti film. In *Carlitos way* di Brian De Palma (1993), ad esempio, Al Pacino si rivolge all'interlocutore con un crudo ammonimento: "finirai la benzina, non puoi sempre andare a tavoletta, ti devi fermare prima o poi, non puoi continuare a spingere, finirai con il fondere se non cambierai la vita, la vita ti mollerà". Nella sostanza questi nostri anni sono stati e sono tuttora contraddistinti dalla dismisura, dall'urlo del più forte, dalla sfida al limite, dal "*Vogliamo tutto*" annunciato da Nanni Balestrini negli anni '70 e da Vasco Rossi che canta tuttora con granitico seguito il suo inno alla "vita spericolata".

Sembra affermarsi come valore diffuso la "hybris", cioè il non porsi e non volere limiti a dispetto della "misura" indicata dai greci come il bene principale dell'uomo, tanto che per essi, ricorda Carillo, l'esempio da seguire era la musica con il suo linguaggio regolare e ritmato. La cultura odierna ha elaborato l'idea del limite come compressione, sospinta in questa direzione dalle nuove tecnologie, dai nuovi media, dalla rete internet che paiono tutti convergere nel voler eliminare ogni confine, appoggiando il rifiuto della finitezza. "Le nostre vite sono sempre più stipate di cose, di partner, di esperienze e si sviluppano nella consapevolezza di essere circoscritti da limiti e confini". (Bodei, [\*Limite\*](#), il Mulino 2016: [vedi qui la recensione di Rigotti](#)). Adottando la nozione di limite come "limen", cioè passaggio, luogo dell'attesa e non invece come confine, l'uomo ha delineato l'agire coadiuvato anche dalla pubblicità come suggerisce comodamente ad esempio quella linea di orologi di successo non a caso marcati "NO LIMITS". Un sistema economico spregiudicato incoraggia queste dipendenze

estremizzando sempre più le esperienze e gli oggetti che propone, con il rischio concreto che la società divenga sempre più liquida, senza barriere al consumo e al flusso di desideri, “incapace di dare struttura a qualcosa di durevole al di fuori del puro desiderare del singolo” (Baumann, *Modernità liquida*, Laterza 2000)



Lo sport, osserviamo noi, è un caso esemplare. Affermatosi e diffusosi nei secoli come miglioria fisica individuale, come competizione disciplinata da regole condivise, si è trasformato da tempo in agonismo esasperato. Il soggetto in gara lotta per superare avversari osservando le regole, ma chiedendo nel contempo al fisico livelli di adeguamento sempre maggiori, se non addirittura inesplorati. La molla sono il successo, ipotetico, e il denaro, più che possibile, ottenibili col superamento dei confini anche del proprio corpo. La gara diviene un prodotto più

‘in vitro’ che ‘in vivo’, ben diversamente dall’agonismo come gioco teorizzato da Caillois (*I giochi e gli uomini*, Bompiani, 1958). Basti pensare alle Olimpiadi invernali italiane appena concluse. La nota sciatrice americana, carica di medaglie e inseguita dagli sponsor, Lindsay Vonn, dopo essersi rotta il legamento crociato di un ginocchio, con la autorizzazione tacita e quasi ammirata dalla collettività e dal prossimo denaro, ha partecipato alla successiva gara. Il risultato era scontato anche per i profani: è caduta rovinosamente spaccandosi in vari punti gamba ed altro, ha subito diverse operazioni, ha rischiato l’amputazione dell’arto. Come ampiamente prevedibile la notizia occupò per molti giorni i media che esaltarono una sportiva ‘coraggiosa’.

Nell’uomo moderno questa percezione del limite si unisce alla tendenza per l’eccesso, nel quale per l’antichità risiedeva il «peccato», cioè il vizio. Il bene ispirava la moderazione e la devianza più grave era la dismisura, proiettata oltre i limiti ammessi tanto da imporre alla Némesis di intervenire con la punizione. Con questa spinta oggi si vive una situazione di sovraeccitazione costante, soprattutto rivolta ad ‘avere’ sempre di più, con l’uomo che si considera dotato di una potenza inesauribile e di un desiderio incontenibile. Se per felicità si intende l’adesione incondizionata a “standard” generalizzati, la temperanza è una virtù da respingere avendo l’obiettivo del “bisogno” e del ‘desiderio’. Queste ‘molle’ però si presentano con sfumature diverse. Mentre il bisogno si caratterizza per un vuoto in realtà colmabile e superabile, il desiderio lamenta una mancanza che sollecita una risposta senza ritardi. Non solo: chiede al diritto di riconoscere le sue istanze e così la ‘legge’, concepita proprio come argine a un godimento sfrenato, diventa un intralcio a realizzare quegli obiettivi. L’esaltazione del ‘*tutto possibile*’, la frenesia di ottenere quel che si vuole e quando lo si vuole è tanto diffusa da divenire quasi un ritornello: “se è tecnicamente possibile, *fallo*, se esiste un mezzo per ottenerlo, perché rinunciarvi?”. La logica del “*Perché no?*”, il considerare la vita di successo quella che riesce a gestire il desiderio più esteso sembrerebbe un modello emancipatorio, progressista. Ma non è così.

L’accettare il limite, con la sua valenza positiva di carattere soggettivo, pone però una domanda. Come regolarsi con le emozioni? Esse, suggeriscono anche le recenti acquisizioni scientifiche, sono presenti nella nostra psiche, sono il carburante che aziona le scelte, e una vita che ne è priva sarebbe una vita piatta. Nel contempo occorre che siano dominate, come gli eccessi e le intemperanze, perché altrimenti ci si allontanerebbe dall’equilibrio che permette di tessere rapporti stabili interpersonali. Pertanto l’obiettivo è ricercare l’autocontrollo, mitigare i modi nelle esternazioni, controllare le pulsioni, convivere con i sentimenti “stemperando” la miscela di toni sopra le righe e gli istinti smodati,

La Grecia classica richiama i numeri perché insegnano il “metron”, la misura dell’agire virtuoso e suggerisce per quel risultato di provare a isolarsi, a disconnettersi si direbbe ora, a non dipendere dall’opinione dei molti, al curare il sé come Platone consiglia – inascoltato – all’ambizioso Alcibiade, troppo impegnato a inseguire gli umori e il consenso facile della maggioranza. La temperanza rende anche possibile la reciprocità nelle relazioni gratuitamente, cioè senza ritorni, consente di creare rapporti riconoscendo l’altro essendo da lui riconosciuto. Inoltre offre la possibilità di ridimensionare l’idea di onnipotenza mostrando la precarietà e la piccolezza umana. Il limite serve a valutare fin dove ci si può spingere, a verificare il massimo ottenibile con pazienza, senza ansia del perfezionismo. Rappresenta qualcosa d’imperfetto perché sinonimo di un non raggiunto obiettivo, di ‘non pienezza’, ma l’umanità comincia la sua storia incontrando la propria impotenza, con il limite che segnala il bisogno di sperimentarsi nell’incontro, nella comunicazione.

Il limite ha poi anche un rilievo socio-politico e qui sta il nucleo profondo del saggio di Carillo. La temperanza non è solo “una piccola virtù”, un sentimento privato, ma stimola un’armonia del corpo politico, così esorcizzando la minaccia della guerra intestina come sostiene Platone nella *Repubblica*. Nella città platonica la *sophrosyne*, cioè la saggezza e la temperanza sono il legame che rende possibile la vita in comune. La gerarchia delle funzioni tra governanti e governati costituisce la modalità fondamentale con cui si esprime la democrazia: ai governanti l’onere del governo e ai governati il dovere di riconoscere quel ruolo. Si realizza così la Giustizia, e quindi l’equilibrio che faticosamente tiene unito il Cosmo (“ordine”) e respinge il Caos. Non solo: entra in gioco anche il rispetto della legalità in quanto esso rappresenta il riconoscimento del proprio diritto e il dovere di limite per quello dell’altro. L’adeguarsi alle regole costituisce un pilastro della società civile, siano esse giuridiche, sociali o di buona educazione in quanto costruiscono il tessuto che tiene uniti gli individui favorendo la convivenza e il progresso collettivo per non indebolire la “polis”. La temperanza è quindi anche una virtù politica, “pacificante” come la definisce l’autore, perché permette di governare le pulsioni e respinge l’uso indiscriminato delle libertà. Molti, forse troppi, lo considerano “dovuto” mentre la libertà è segnata da confini previsti dalla stessa nostra Costituzione, che li impone per i vari diritti in quanto espressione di equilibrio da raggiungere. Il “rispetto per l’altro deve essere un blocco di granito, anche se spesso si rivela in un piedistallo scivoloso e traballante” (come scriveva Claudio Magris, cit. in [P.A. Rovatti - Aut aut 6.3.2015](#)).

In sostanza, la temperanza non significa docile accettazione, remissività, equilibrismo, ma resistenza agli eccessi, alla chiacchiera, alla tracotanza. Una sorta di grammatica di vita, come quella che consente al linguaggio di essere

capito, unito all'indispensabile rispetto che coinvolge ogni etica. Si apre così una ulteriore riflessione: come ottenere questo risultato? Quali interventi si possono ipotizzare per far rispettare le regole e quindi immettere nel circuito collettivo la temperanza, sono auspicabili o ammissibili? Da dove e da quando partire? Ma questa, come si aggiunge oggi, è un'altra storia. Purtroppo molto urgente.

---

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.

Torna presto a leggerci e [SOSTIENI DOPPIOZERO](#)

---



PAROLE CONTROTEMPO

GENNARO CARILLO

TEMPERANZA

# TEMPERANZA



il Mulino