

## “Serenità. —Perché arrabbiarti?”

Serenità. —Perché arrabbiarti, se arrabbiandoti offendì Dio, molesti il prossimo, passi tu stesso un brutto quarto d'ora... e alla fine non ti resta che calmarti? (Cammino, 8)

8 Giugno

La stessa cosa che hai detto, dilla in altro tono, senza ira: il tuo ragionamento guadagnerà forza e, soprattutto, non offenderai Dio.

(*Cammino*, 9)

Non rimproverare quando senti indignazione per la mancanza commessa. —Aspetta il giorno seguente, o ancora di più. E poi, con calma, purificata l'intenzione, non tralasciare di riprendere. —Otterrai di più con una parola affettuosa che con una discussione di tre ore. — Modera il tuo temperamento.

*(Cammino, 10)*

Quando ti abbandonerai sul serio nel Signore, imparerai a contentarti di ciò che avviene, e a non perdere la serenità se le faccende malgrado tu abbia messo tutto l'impegno e i mezzi opportuni non riescono secondo i tuoi gusti... Perché saranno «riuscite» come sarà parso conveniente al Signore.

*(Solco, 860)*

Quando è per il bene del prossimo, non stare zitto, però parla in modo

amabile, senza intemperanze e senza sdegno.

*(Forgia, 960)*

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it/dailytext/serenita-perche-  
arrabbiarti/](https://opusdei.org/it/dailytext/serenita-perche-arrabbiarti/) (23/02/2026)