

ALDO GERVASIO

PSICOLOGIA DELLA RELIGIOSITA'

**SCUOLA DI TEOLOGIA PER LAICI
SEZIONE DI CASSINO
ANNO ACCADEMICO 2018/2019**

ALDO GERVASIO

PSICOLOGIA DELLA RELIGIOSITÀ

SCUOLA DI TEOLOGIA PER LAICI

SEZIONE DI CASSINO

ANNO ACCADEMICO 2018/2019

Geremia 17,5-8

5 «Maledetto l'uomo che confida nell'uomo,
che pone nella carne il suo sostegno
e dal Signore si allontana il suo cuore.
6 Egli sarà come un tamerisco nella steppa,
quando viene il bene non lo vede;
dimorerà in luoghi aridi nel deserto,
in una terra di salsedine, dove nessuno può vivere.
7 Benedetto l'uomo che confida nel Signore
e il Signore è sua fiducia.
8 Egli è come un albero piantato lungo l'acqua,
verso la corrente stende le radici;
non teme quando viene il caldo,
le sue foglie rimangono verdi;
nell'anno della siccità non intristisce,
non smette di produrre i suoi frutti.

Sotto la tua bandiera, Signore

O Signore, che attraverso il Profeta Geremia mi richiami alla scelta di confidare in Te, eccomi davanti alla tua Magnificenza, a presentarti la mia offerta, il mio cuore e tutto me stesso. O Gesù, Figlio eterno e mio salvatore, fammi sentire la consapevolezza del mio limite, perché io non prenda mai decisioni senza il tuo consiglio e quello della tua Santissima Madre del Buon Consiglio. Tu sai che la mia scelta non può essere che quella di servirti e amarti per sempre; ma anche in questo mio slancio d'amore verso Te, donami la Prudenza e l'Umiltà. La Prudenza, perché segua con fiducia e costanza le tue tracce, per mettere in pratica la tua Parola; l'Umiltà, perché siano lontano da me ogni vanagloria e ogni pensiero vano e perverso, che rendono sterile la mia anima. Fa', O Signore, che io non mi perda nella chiacchiera del mondo, ma faccia della

tua Parola il mio cibo quotidiano, con il conforto delle tue beatitudini. O Gesù, ecco il mio slancio vero d'amore: io voglio scegliere, con umiltà e determinazione, in scienza e coscienza, la tua bandiera e voglio rifiutare quella del diavolo, come suggerisce il santo che di Te è innamorato, Ignazio di Loyola. Fa' che io ne sia degno e soprattutto donami la forza e il coraggio di confidare in Te, sotto la tua bandiera, al tuo servizio, sempre e dovunque. Amen.

Madre mia, fiducia mia

PERCORSO TEMATICO

Cap. I Le basi filosofiche della psicologia

Cap. II Introduzione alla psicologia della religiosità

Cap. III Senso religioso e attaccamento

Cap. IV Psicoanalisi e psicologia analitica nella ricerca della religiosità

Cap. V La dimensione mistagogica nel processo di formazione

Cap. VI La pratica del testo mistico

Cap. VII Fenomenologia, empatia e preghiera

Cap. VIII Esercitatorio

Cap. IX Ignazio di Loyola

Cap. X La preghiera: istruzioni per l'uso

Cap. XI La preghiera nella tentazione

Cap. XII Psicologia, sensi di colpa e peccato

Cap. XIII La via del cuore

Cap. XIV La struttura quadripartita

Cap. XV gli esercizi spirituali

Cap. XVI testi per la riflessione

Conclusione

Cap.I

LE BASI FILOSOFICHE DELLA PSICOLOGIA

Prima di addentrarci nello studio della psicologia della religiosità, è opportuno fare una panoramica della psicologia generale, per capire la sua evoluzione nel corso dei secoli. La domanda che ci poniamo è: che cos'è la psicologia? Quando è nata? Possiamo tranquillamente affermare che essa, prima di avere uno statuto autonomo ed essere così classificata come scienza, è stata oggetto, da parte dei filosofi antichi, di una grande discussione. Già i primi naturalisti greci intorno al VII-VI secolo a.C. Attribuivano un'anima agli oggetti inanimati. Talete, ad esempio, attribuiva un'anima al magnete, che attrae il ferro. Anassimandro invece elaborò una teoria dell'evoluzione, secondo la quale la vita sorgeva dal fango riscaldato dal sole, scorgendo anche il fondamento di ogni sostanza nell'acqua che è universale. Eraclito riteneva che la forza prima e la sostanza animata fosse il fuoco, perché si muove e plasma la materia. Egli considerava l'intera materia come in uno stato di perenne scorrimento secondo un ordine regolare e razionale. Democrito (460-370 a.C.) elaborò la prima concezione anatomica dell'ordine, affermando che, come la materia, così gli uomini sono composti da piccoli atomi mobili,

che penetrano nel corpo, per conferire ad esso la vita dell'anima. Nella storia della filosofia si coglie spesso un significato importante, che è appunto l'anima; tuttavia non tutti i filosofi di questo periodo credevano che lo spirito e la materia avessero uguali proprietà e non tutti ammettevano la fedeltà dei sensi quali indicatori della realtà. Pitagora, ad esempio, era affascinato dai numeri, mediante i quali spiegava molti concetti astratti. I pitagorici, seguendo la disciplina del maestro, affermavano che l'anima abbandona il corpo dopo la morte, per poi passare attraverso una serie di reincarnazioni. Utile ricordare che questa distinzione di corpo e anima fu sviluppata ulteriormente dai filosofi cristiani, i quali prepararono così la psicologia a quell'atteggiamento dualistico di mentalismo e meccanicismo. Nella storia del pensiero occidentale incontriamo la figura di Socrate (469 a.C. – 399 a. C.). Il contributo più importante che ha dato alla storia del pensiero occidentale riguarda il *metodo di indagine e la confutazione*, strumento che utilizzava per presentare concetti morali. Egli può, a ragione, essere definito il padre fondatore della filosofia morale. Proprio per la sua visione etica, che cercava di suscitare nei suoi interlocutori, quei sofisti increduli e discettatori di tutto, viene indicato dai primi scrittori cristiani come colui che, pur non conoscendo il vangelo per ovvie ragioni temporali, si è avvicinato alle verità evangelica. Vivere secondo il Logos, come sostiene san Giustino martire (100-168),

significa essere già cristiani.¹ L'umanesimo e il rinascimento vedranno in Socrate il modello più alto dell'umanità. Erasmo da Rotterdam² (1466 – 1536), che conosceva i testi platonici, invocava persino Socrate, dicendo “Sancte Socrates, ora pro nobis”. Persona umile, ma determinata nel confutare le sottili argomentazioni teologiche degli Scotisti, cioè i seguaci di Duns Scoto, Erasmo, monaco agostiniano, amante delle belle lettere e soprattutto uno spirito raffinato e critico, afferma una realtà fondamentale nel rapporto uomo-Dio. Nell'Enchiridion, egli prescrive un modello di vita cristiana. Il cristiano deve essere come un soldato, come un combattente, che possiede due armi: la preghiera e la conoscenza di sé. Essere spirituale, ma anche essere naturale. Dalla natura egli deve innalzarsi al mondo dello spirito. La carne, infatti, è mortifera, se non conduce allo spirito. Pertanto, per giungere a Dio non bastano le pratiche esteriori, ma occorre un'intima convinzione. Credere che le devozioni esteriori da sole possano bastare, significa rimanere nella carne della legge, confidare in cose che non valgono nulla e che in realtà Dio detesta. Continuando questo nostro excursus, altra pietra miliare

¹ Giustino martire (100-168). Filosofo, apologeta, ricercatore di Dio, fu decapitato per non aver sacrificato agli dèi secondo le leggi del tempo, sotto l'imperatore Marco Aurelio. Tra gli scritti: dialogo con Trifone, prima apologia dei cristiani, seconda apologia dei cristiani, tutti scritti intesi a sostenere il cristianesimo e la Verità del Vangelo di Cristo. Nel dialogo con Trifone, si assiste a una disputa tra Giustino e un Rabbino, sulla necessità di riconoscere che con Cristo tutte le profezie si sono avverate. E' annoverato tra i Padri della Chiesa.

² Erasmo da Rotterdam(1466-1536), teologo, umanista e filosofo olandese. La sua opera maggiormente nota è “elogio della follia”. È considerato il maggiore rappresentante dell'umanesimo cristiano.

della filosofia, Protagora,³ riconobbe la soggettività dei sensi umani, dubitando della loro oggettività. Il suo motto infatti era: *l'uomo è la misura di tutte le cose, di quelle che sono in quanto sono e di quelle che non sono in quanto non sono*. Ciò vuol dire che la filosofia fa un passo avanti, nello scenario culturale dell'epoca, spostando il campo d'indagine dalla natura all'uomo. Chi si presenta come antinaturalista per eccellenza è Platone (428-348 a.C.).⁴ Egli considerava i sensi come ingannatori e assicurava che l'idea, cioè la forma o il pensiero astratto, assicura una conoscenza vera e autentica. Da ciò si evince che la conoscenza esteriore è solo probabile, approssimativa, mentre la conoscenza certa appartiene al mondo ideale, cioè all'idea. In Platone noi troviamo lo studio di una vera teoria della psicologia (psiche + logo = studio dell'anima), che significa anima, discorso, scienza del discorso come una vera scienza dell'anima. Singolare, ad esempio, la contrapposizione tra il bene e il male, che descrive nel dialogo "Teeteto", facendo parlare Socrate: *“Ma il male non può perire, perché ha pur da esserci sempre qualche cosa di opposto e contrario al bene; né può aver sede fra gli dei, ma deve di necessità aggirarsi su questa terra e intorno alla nostra natura mortale. Ecco perché anche ci conviene adoprarci di fuggire di*

³ Protagora è il rappresentante del movimento dei sofisti (Abdera 486 a.C. – Mileto 411 a.C.), le cui idee spregiudicate, lo portarono all'accusa di empietà. Il suo principio era: *l'uomo è misura di tutte le cose, di quelle che sono in quanto sono e di quelle che non sono in quanto non sono*”.

⁴ Platone (428-348 a.C.) insieme al suo maestro Socrate e al suo allievo Aristotele, è considerato il padre della filosofia occidentale. Conosciamo il suo pensiero attraverso i dialoghi, riuniti in vari gruppi, nei quali il protagonista è quasi sempre il suo maestro Socrate, che confuta le tesi dei sofisti.

qui al più presto per andare lassù. E questo fuggire è un assomigliarsi a dio per quel che uomo può; e assomigliarsi a dio è acquistare giustizia e santità, e insieme sapienza".⁵ Questo argomento, che sarà oggetto di studio e di ricerca in questo corso, è fondamentale per comprendere non solo le implicazioni filosofico-esistenziali della vita interiore dell'uomo, ma anche il passaggio dalla gnosi pagana a quella cristiana. Diversamente da Platone, Aristotele (384 a.C. -322 a.C.)⁶ credeva che la forma non potesse esistere senza la materia, annunciando così il concetto di unità, che vediamo anche nella concezione della psiche, che viene spesso interpretata come anima e spirito. Tali assunti hanno aperto una nuova via nello sviluppo delle teorie dell'apprendimento, del pensiero e del linguaggio. Egli pensava che la scienza fosse una combinazione di esperienza sensoriale e di pensiero, da cui deriverebbero poi i ricordi e la memoria. L'assenza dei ricordi, ad esempio, ha condotto gli studiosi ad aprire una nuova frontiera in questa prospettiva. Gli studi di Ebbinghaus (la curva di Hermann Ebbinghaus, 1885)⁷. Molte delle ipotesi sulla mancanza dei ricordi hanno dato l'avvio a esperimenti e a teorie sull'apprendimento. Con la sua teoria dell'associazione, egli affermava che la capacità del ricordo è

⁵ Platone, "Teeteto", 175, XXV a – b, in *Opere complete*, Bari, Laterza, 1972, pp. 312-313

⁶ Aristotele (384 a.C. – 322 a.C.), allievo di Platone (428/427 a.C. – Atene 348/347 a.C.), è considerato una mente innovativa e prolifica, che ha spaziato in tutta la conoscenza. Abbandona l'Accademia del suo maestro, per elaborare un sistema di pensiero autonomo, avulso dal dualismo tra mondo sensibile e mondo intelligibile.

⁷ Hermann Ebbinghaus (1850 – 1909), psicologo e filosofo tedesco, si dedicò agli studi sulla memoria, identificando la curva dell'apprendimento e la curva dell'oblio.

stimolata dalla somiglianza o dalla dissomiglianza tra un evento contemporaneo e uno trascorso oppure dal loro stretto rapporto temporale e spaziale. Aristotele elaborò anche delle teorie sulle soglie del dolore e del piacere. I filosofi dell'antica Grecia sviluppano due concezioni della psicologia abbastanza chiaramente delimitate. Vi è una tendenza che pone l'accento sull'intelletto, la logica, il pensiero, la teoria, la conoscenza innata e un'altra che pone l'accento sull'osservazione, la sperimentazione, la conoscenza del mondo circostante e l'unità di corpo e anima. Tutta la psicologia che si svilupperà da Aristotele in poi, prende molto da queste due correnti. Prendiamo in esame il periodo paleocristiano (III - VI secolo) e il medioevo. C'è da dire che in questo periodo non si assiste a un grande sviluppo nella psicologia in sé, ma si gioca tutto sull'introspezione, il cui esempio lo possiamo rinvenire nelle Confessioni di Sant'Agostino (354-430).⁸ Questa concezione viene accettata per centinaia di anni. Agostino insiste sul metodo introspettivo e attribuisce grande valore alla volontà, responsabile delle abitudini, delle azioni e delle adesioni di fede. Nel quarto secolo dunque il pensiero cristiano offre un contributo notevole per lo sviluppo della psicologia come disciplina dell'interiorità.

⁸ Aurelio Agostino d'Ippona (354 -430), vescovo e teologo, è Padre e dottore della Chiesa. *Le confessioni*, costituiscono la storia della sua conversione e della sua maturazione. Solo obbedendo a Dio e alle sue leggi, è possibile compiere un'opera di autentica conversione. Tra le principali opere: *contra academicos*, *soliloquia*, *de ordine*, *de beata vita*, *de magistro*, *de immortalitate animae*, *de civitate Dei contra paganos*, *de vera religione*, *de libero arbitrio*.

Sant'Agostino infatti invita l'uomo a non uscire fuori da se stessi: “ *noli foras ire, in teipsum redi! Et si naturam tuam mutabilem inveneris, trascende teipsum*”(Non uscire fuori da te stesso, rientra in te stesso e se troverai la tua natura mutevole, trascendi te stesso). In filosofia si afferma con Socrate per la prima volta l'esigenza dell'introspezione come riflessione dell'anima su di sé, intesa come *psiche* individuale. Per Socrate tutto il sapere è vano se non è ricondotto alla coscienza critica del proprio "io", che è un *sapere del sapere*. L'autocoscienza è per lui il fondamento e la condizione suprema di ogni sapienza. «**Conosci te stesso**» fu il motto delfico che egli fece proprio, a voler dire: solo la conoscenza di sé e dei propri limiti rende l'uomo sapiente, oltre a indicargli la via della virtù e il presupposto morale della felicità. Per Socrate infatti una vita inconsapevole è indegna di essere vissuta: “Socrate diceva che il compito dell'uomo è la cura dell'anima: la psicoterapia, potremmo dire. Che poi oggi l'anima venga interpretata in un altro senso, questo è relativamente importante. Socrate per esempio non si pronunciava sull'immortalità dell'anima, perché non aveva ancora gli elementi per farlo, elementi che solo con Platone emergeranno. Nello stoicismo⁹ si utilizza il termine *oikeiosis* (*oichéiosis*) per indicare la forma di introspezione che, tramite la *synaesthesia*

⁹Stoicismo; corrente filosofica e spirituale, razionale e panteista. Fondatore fu Zenone di Cizio (ca. 336 a.C. – 264 a.C.) ed ebbe un forte orientamento etico.

(*inèstesis*), ovvero la percezione interna, consente lo sviluppo del proprio essere in conformità con il Lògos. Nel neoplatonismo¹⁰ l'introspezione diventa un rapportarsi alla "voce" interiore, al dialogo con se stesso. Come abbiamo già riferito, sarà Agostino d'Ippona nelle *Confessioni* a riprendere questo modello di analisi della personale interiorità e lo trasferisce nel cristianesimo. Poiché Dio alberga nell'interiorità di ogni essere umano, attuare un'introspezione di sé significava diventare coscienti della voce divina. Soltanto l'introspezione come lettura profonda del sé infatti consente di prendere coscienza come le idee, che sono a fondamento non solo del mondo, ma anche della morale, siano in realtà già presenti, essendo innate, nella nostra anima. Dal pensiero di Montaigne¹¹ si sviluppò invece una polemica, che vede in prima fila John Locke¹² contro i neoplatonici della scuola di Cambridge¹³, che sostenevano appunto l'innatismo. Nella "Critica della ragion pura" Emmanuel Kant¹⁴ intende l'etica come voce della

¹⁰ Neoplatonismo, movimento di pensiero che si sviluppa tra il " II° e VI° secolo d.C. Intende rinnovare e integrare la tradizione del platonismo, arricchendolo con tutto il patrimonio presente nella cultura ellenica.

¹¹ Michel de Montaigne, filosofo, scrittore e politico francese. Attraverso i *Saggi* egli intende descrivere l'uomo e soprattutto se stesso.

¹² John Locke, filosofo e medico britannico. È considerato il padre del liberalismo e dell'empirismo moderno. Nel "*Saggio sull'intelletto umano*", prende in considerazione l'intelletto e la sua capacità di registrare l'esperienza. "*Nihil est in intellectu, quod prius nun fuerit in sensu*" (tr. Niente è nell'intelletto, che non sia stato prima nel senso).

¹³ La scuola di Cambridge è il centro vitale, dove si sviluppa il neoplatonismo, i cui rappresentanti sono: George Herbert di Cherbury, Ralph Udworth, Henry More.

¹⁴ Emmanuel Kant (1724 -1804). Il suo pensiero filosofico viene chiamato "*criticismo*", indirizzo filosofico che si propone di giudicare e studiare i problemi relativi alla conoscenza filosofica, scomponendoli in problemi elementari. Il metodo di cui si serve consiste nel sottoporre al tribunale della ragione la ragione stessa. "*De mundi sensibilis atque intelligibilis forma et principiis*" (tr. La forma e i principi del mondo sensibile e del mondo intelligibile), va sotto il nome di "dissertazione del '70", tesi con la quale inizia la sua grande attività filosofica. Scrive: critica della Ragione Pura, critica della Ragione Pratica, critica del Giudizio, la metafisica dei costumi, analizzando i limiti dell'intelletto, della ragione e l'attività morale.

coscienza, che può essere ascoltata attraverso l'introspezione, e che afferma il valore assoluto della legge morale. Secondo Kant, è questa un'esperienza morale, che accomuna tutti gli uomini, indipendentemente dalle loro differenze culturali. Il filosofo francese Henri Bergson¹⁵ utilizzerà il metodo dell'introspezione per studiare il fluire degli stati d'animo dall'uno verso l'altro, senza che sia possibile distinguerli nettamente; questo era il punto focale della sua critica alla visione del tempo offerto dal positivismo, insensibile ai fatti contenuti nei diversi istanti. L'introspezione, dunque, diventa ricerca interiore e nell'intimo dell'uomo vanno ricercate le radici del conflitto con se stesso. Per diversi secoli e durante tutto il medioevo cristiano, il motivo dell'interiorità è ricorrente, anche se non dominante. Questo periodo infatti è caratterizzata da una ricerca sui grandi temi, come l'esistenza di Dio e il rapporto uomo-Dio. San Tommaso d'Aquino (1225-1274)¹⁶ riprende il concetto di fede e di volontà, ma anche l'intelletto di Aristotele. In questa prospettiva la volontà di Agostino viene subordinata all'intelletto aristotelico dell'anima razionale. Nel 16° secolo assistiamo alla nascita della scienza moderna, che per comodità, dividiamo in tre periodi:

A.Periodo filosofico (Cartesio e Fechner)

¹⁵ Henri Bergson (1859 -1941), filosofo francese, premio Nobel per la letteratura. La sua opera supera lo spiritualismo e il positivismo ottocentesco ed esercita una forte influenza nella psicologia, nella biologia, letteratura e teologia.

¹⁶ Tommaso d'Aquino, (1225 – 1274),frate domenicano, teologo e filosofo, santo e dottore della Chiesa, definito “doctor angelicus” dai suoi contemporanei. Tra le opere: *Summa contra gentiles*; *Summa theologiae*; *questioni*; *inni*, tra i quali ricordiamo: *lauda*, *Sion*, *Salvatore*; *adoro Te devote*; *pange lingua*.

B. periodo sistemico o istituzionale (Wundt 1879). Questa fase si protrarrà fino al 1920)

C. periodo sperimentale (dal 1930).

Con Cartesio, rappresentante del periodo filosofico (1596-1650), assistiamo alla costante ricerca di una fondazione scientifica del sapere. C'è infatti un primo tentativo di risolvere il problema del rapporto tra la sostanza pensante (*res cogitans*) e la sostanza estesa (*res extensa*) cioè tra la mente e il corpo, che risultano essere due entità distinte, sia pure tenute insieme da una ghiandola pineale, che ne regolerebbe l'interazione. Possiamo dire che con Cartesio assistiamo agli esordi della psicologia moderna. La definizione di intelletto, spirito, corpo elaborata da Tommaso rimane incontrastata fino a quando Cartesio non propone il suo concetto dualistico. Non possedendo alcuna sostanza egli è del parere che lo spirito influenzi il corpo e viceversa, tanto che cerca di descrivere il meccanismo fisiologico di questa interazione. Intanto, contemporaneamente alla ricerca di Cartesio, Harvey nel 1628 scopre le leggi della circolazione del sangue. La fisiologia, dunque, compie un notevole passo avanti soprattutto con gli studi sulle sensazioni e sui nervi. Si giunge così alla conclusione che le sensazioni pervengono al cervello e che lo stesso movimento ha origine all'interno del cervello, che viene considerato il punto focale per le funzioni della mente.

La ricerca prosegue con Leibniz,¹⁷ il quale, attraverso la teoria dell'appercezione, getta le basi per una ricerca sulla conoscenza. Sia pure in ambito propriamente filosofico Ciò non deve indurci a pensare che la psicologia possa essere avulsa da un impianto di tipo filosofico. Concetti come coscienza, autocoscienza, appercezione, di estrazione filosofica, vengono poi ripresi dalla psicologia, perlomeno da quella classica. Con John Locke (1632-1704), il problema della conoscenza acquista nuovo vigore, avendo il suo punto di partenza nell'esperienza. La sensazione, infatti, è la base su cui poggia lo sviluppo dell'individuo. Possiamo dire che in questo ambito anche la psicologia acquista un proprio significato, avendo anch'essa nella sensazione il proprio punto di partenza. Con David Hume (1711-1776),¹⁸ le impressioni costituiscono la base della vita mentale (sensazioni o percezioni) e l'idea diventa l'esperienza mentale che si ha in assenza di ogni stimolo oggettuale. Contemporaneamente David Hartley (1705-1757) si adopera per una sistemazione della teoria associazionistica.¹⁹ È a questo punto che la psicologia, come giustamente affermato da P.Schultz, diventa adulta. Nei primi

¹⁷ Gottfried Wilhelm von Leibniz (Lipsia, 1646 - Hannover 1716), filosofo e scienziato. Il suo pensiero si inserisce nel dibattito sul dualismo cartesiano e si oppone sia alla teoria di Locke che a quella di Spinoza. Egli si fa difensore dei dogmi del cristianesimo e introduce una sua geniale teoria filosofica, la monadologia.

¹⁸ David Hume (Edimburgo 1711 – Edimburgo 1776), il più radicale degli empiristi. Tra le sue opere: *trattato sulla natura umana, ricerca sull'intelletto, discorsi politici*.

¹⁹ David Hartley, psicologo britannico, è considerato il fondatore della teoria psicologica dell' associazionismo. Essa spiega i processi psichici mediante le associazioni. Il sistema nervoso è la sede in cui interagiscono impulsi fisici(vibrazioni) ed operazioni mentali (associative) più o meno complesse.Questa teoria, iniziata già con Aristotele, trova la sua espressione nei filosofi moderni,(Th. Hobbes, J. Locke, D.Hume). La psicologia continua su questa linea delle associazioni, per quanto concerne l'apprendimento, e trova in Sechenov, Ivan Pavlov, Watson, Skinner i suoi autorevoli rappresentanti.

anni del 1800, vengono alla luce le prime scoperte in ambito fisiologico. Si mette appunto la teoria dell'energia dei nervi (Muller 1801-1858). Appartengono a questo periodo le ricerche sul comportamento dei riflessi, l'applicazione del metodo clinico ad opera di Paul Broca, la ricerca sulle stimolazioni elettriche. La psicologia, divenuta adulta e autonoma, diventa anche sperimentale, come evidenziano le ricerche di E. Weber (1795-1878) circa la soglia di discriminazione spaziale della sensibilità tattile mediante due punte sulla pelle e le ricerche sulla minima differenza percettibile mediante l'esperienza dei pesi. A Theodor Fechner (1801-1887) risalgono le ricerche sul tempo di reazione ad uno stimolo, sulla discriminazione visiva e uditiva, sugli stimoli costanti. Più o meno in questo stesso periodo vengono condotti studi sulla velocità degli impulsi nervosi e sulla risposta neuromotoria negli animali e nell'uomo. Con Wilhelm Wundt (1832-1920) e Tichner ha inizio la nuova scienza, che si concretizzerà nella nascita dello strutturalismo. Viene analizzata la composizione dei processi mentali nei loro elementi costitutivi (sensazioni, immagini) e determinata l'intensità. Oggetto della psicologia diventa l'esperienza diretta. In questo momento la ricerca psicologica diventa sistematica, così da favorire la nascita e lo sviluppo di scuole che esprimono il loro punto di vista, partendo anche da ambiti diversi. Nascono così:

a) il funzionalismo, che partendo dalle premesse gettate da William James e John Dewey, giunge alla sua ufficialità con la scuola di Chicago. Esso interpreta i fenomeni psichici non come elementi tra loro disgiunti, ma come funzioni attraverso le quali l'organismo si adatta all'ambiente sociale fisico.

b) l'associazionismo, che partendo dalle premesse filosofiche che risalgono a Platone e ad Aristotele, giunge alla sua fase matura con Hermann Ebbinghaus (1850-1909), i cui studi sull'apprendimento e la memoria hanno dato un impulso notevole questa scuola. In questo ambito vanno inserite le sensazionali ricerche fisiologiche sull'apprendimento ad opera di Ivan Pavlov (la teoria dei riflessi condizionati).

c) il comportamentismo, il cui punto di forza è la correlazione tra il comportamento umano è quello animale. Ogni risposta viene condizionata dallo stimolo che l'individuo riceve, così che, conoscendo lo stimolo, si può prevedere anche la risposta. Secondo tale teoria i processi mentali e le decisioni dell'individuo possono ridursi ad una serie di comportamenti, che variano secondo gli stimoli ad essi associati e alle esperienze vissute. Tutto, dunque, viene ricondotto all'associazione stimolo-risposta. L'apprendimento può avvenire mediante il condizionamento, cioè mediante gli stimoli ambientali sociali. Determinante per lo sviluppo della psicologia dell'educazione è stato il contributo di Burrhus Frederic Skinner (1904 – 1990) i cui studi sono rivolti

alla ricerca di nuove tecnologie educative e all'istruzione programmata.

d) la teoria della Gestalt. Un contributo alla ricerca ci viene offerto anche dalla Gestalt (Ghestalt) o psicologia della forma (Wertheimer, Koffka, Kholer). La nascita ufficiale di questa scienza della percezione si fa risalire alla scoperta del fenomeno *phi*,(fi), che riguarda la percezione del movimento apparente, la percezione di un movimento “verificatosi in assenza di qualsiasi effettivo spostamento fisico”²⁰. Lo scopo della psicologia della forma è quello di osservare il mondo “come appare alla percezione e al pensiero del soggetto nella loro spontaneità conoscitiva”²¹. I gestaltisti capovolgono completamente le teorie esserci associazionistica, negando ogni separazione tra sensazione e percezione. Per gli psicologi della forma la percezione si organizza in base ad alcuni principi o leggi: legge della vicinanza, legge della somiglianza, legge del destino comune, legge della chiusura, legge della continuità di direzione, legge della pregnanza, legge dell'esperienza passata.

²⁰ D.P. Shultz, storia della psicologia moderna, ed. Giunti, p. 302

²¹ A.MASSUCCO COSTA, psicologia, ed.Paravia, p. 37



1. Legge della vicinanza: gli elementi del campo percettivo vengono uniti in forme con tanta maggiore coesione quanto minore è la distanza tra di loro. Nel design di un'interfaccia possiamo utilizzare questo principio per rendere più chiara la struttura della pagina (divisione in paragrafi di un testo).



2 Legge della somiglianza: gli elementi vengono uniti in forme con tanta maggior coesione quanto maggiore è la loro somiglianza. Utilizzare elementi, colori o simboli che visivamente collegano un'informazione ad un'altra aiuta a rendere accessibile e facilmente navigabile anche un sito con grandi quantità di contenuti.



3 Legge del destino comune: gli elementi che hanno un movimento solidale tra di loro, e differente da quello degli altri elementi, vengono uniti in forme. In una configurazione tendono a unificarsi le linee con la stessa direzione od orientamento o movimento, secondo l'andamento più coerente, a difesa delle forme più semplici e più equilibrate.



4 Legge della chiusura: le linee che formano delle figure chiuse tendono ad essere viste come unità formali.

La nostra mente è predisposta a fornire le informazioni mancanti per chiudere una figura, pertanto i margini chiusi o che tendono ad unirsi si impongono come unità figurale su quelli aperti



5 Legge della continuità di direzione. Una serie di elementi posti uno di seguito all'altro, vengono uniti in forme in base alla loro continuità di direzione. Nella figura percepiamo come unità AB e XY e non AY e XB

o ancora AX e YB.
.

Legge della gravidanza. Se la forma che si costituisce è tanto “buona” quanto le condizioni date lo consentono. In pratica ciò che determina fondamentalmente l’apparire delle forme è la caratteristica di “gravidanza” o “buona forma” da esse posseduta: quanto più regolari, simmetriche, coesive, omogenee, equilibrate, semplici, concise esse sono, tanto maggiore è la probabilità che hanno d’imporsi alla nostra percezione.



7 Legge dell’esperienza passata: elementi che per la nostra esperienza passata sono abitualmente associati tra di loro tendono ad essere uniti in forme. Un osservatore che non conosce il nostro alfabeto non può vedere la lettera E in queste tre linee spezzate.

Questi fattori di organizzazione non dipendono dai processi mentali superiori dell’individuo, ma sono insiti negli stimoli stessi. Ciò è importante per comprendere che se non esiste uno sfondo, non c’è percezione dell’oggetto. Anche se in misura minore, i gestaltisti affrontano, tuttavia, il problema

dell'apprendimento, contestando le teorie di Thorndike (tentativi ed errori), come dimostrano le esperienze di Kohler, facendo derivare l'apprendimento dalla percezione intesa come insiemi organizzati. Gli psicologi della forma tentano anche di costruire una teoria basata sul presupposto di una perfetta identità strutturale tra le percezioni e i processi mentali rispondenti. La corteccia è vista come un sistema dinamico, i cui elementi interagiscono tra loro in un dato momento. Chiaramente questa concezione è in contrasto con i principi dell'associazionismo, secondo cui l'attività del cervello è attività organizzatrice dei dati sensoriali. Le ricerche di Kohler, sono orientate, tuttavia, verso il principio dell'isomorfismo: "l'ordine percepito nello spazio è sempre strutturalmente identico a un ordine funzionale presente nella distribuzione dei corrispondenti processi cerebrali"²². Isomorfismo, dunque, nel senso che esiste un accostamento tra l'attività mentale superiore e la struttura cerebrale, anche se non è questo il terreno su cui si muove e da cui parte la Gestalt. Base dell'apprendimento è la percezione, cioè un processo attraverso il quale l'individuo organizza le informazioni provenienti dal mondo esterno. È questo anche il terreno su cui si è mosso l'empirismo, che da Locke, attraverso la spinta della filosofia positiva, giunge fino al neo empirismo logico del circolo di

²² Wolfgang KÖHLER(1887 – 1967), in: D.P.Shultz, storia della psicologia moderna,ed. Giunti, p.318

Vienna. L'organizzazione della percezione passa anche attraverso il filtro Russelliano, secondo cui, alla base della conoscenza c'è sempre un dato. Quando si diceva che il criterio assoluto della verità è l'evidenza, della quale non esiste niente di cui io non possa dubitare, si alludeva proprio alla percezione sensibile, che non era tuttavia ancora un dato. Una formulazione circa la percezione sensibile ci viene offerta da Bertrando Russell: "in ogni problema filosofico, la nostra indagine parte da ciò che possiamo chiamare il dato, con cui intendo la materia di conoscenza comune, tuttavia qualcosa che richiede il nostro consenso nel complesso e in qualche interpretazione considerevole certamente vera"²³. Lo stesso Russell, attraverso il filtro del dubbio agostiniano e del cogito cartesiano, esprime la sua convinzione ad accostarsi alla filosofia dei dati: "ci si può accostare alla filosofia per molte vie, ma una delle più vecchie più praticate è quella che passa attraverso il dubbio sulla realtà del mondo dei sensi"²⁴. Non è possibile, dunque, ritenere nella memoria alcuna informazione, se non è percepita. Vari organi di senso veicolano l'informazione, ma per comodità, prendiamo in esame la percezione visiva. Molte perplessità si nutrono sul carattere della percezione infantile e sulle modalità attraverso cui passa fino allo stadio adulto. Generalmente viene definita

²³ Bertrand RUSSELL(1872-1970), *la conoscenza del mondo esterno*, ed. Longanesi, p.71

²⁴ B.RUSSEL, Op. Cit. p. 88

sincretica o globale la percezione di un oggetto nell'età infantile. A volte, tuttavia, gli studiosi negano questo carattere sincretico (Haecaen,1976). Recenti tecniche però hanno permesso di studiare la percezione infantile, fornendo risultati attendibili (risposta oculomotoria, modificazione del ritmo cardiaco agli stimoli visivi). Dire che il bambino ha una percezione sincretica o globale, vuol dire che l'oggetto è visto dal bambino come un insieme che è impossibile scomporre. Studi relativamente recenti hanno dimostrato che “è diventato possibile assicurarsi che il lattante possiede una acuità visiva sufficiente a ricevere una forma e che questa acuità si accresce rapidamente”²⁵. Ciò potrebbe significare che la percezione del lattante non è quella di una massa indifferenziata di ombre e luci; ciò è dimostrato dagli studi sull'attenzione (Fantz e Soula), sulla differenziazione da parte del soggetto del movimento e della immobilità (Ames, Stilfen), sulle differenze di colore (Chese). Studi ulteriormente approfonditi sono quelli relativi alla formazione di riflessi condizionati a 2-4 giorni di vita, quelli relativi alle diverse modalità di esplorazione visiva (Kessen), quelli relativi alla differenza di seguitamento di oggetti in movimento(Barten) a 2 - 4 giorni di vita, quelli relativi alle diverse risposte cardiache, stimoli tattili, visivi. Una domanda ci poniamo è questa: è

²⁵ Henri Hecaen (1912 – 1983), introduzione alla neuropsicologia, Bulzoni, Roma, p.207

possibile applicare al lattante le leggi della Gestalt? Bower ha tentato di fare una precisazione in proposito: prima del quinto mese non c'è integrazione delle parti in un tutto; ad un mese è presente la legge del destino comune. Costituiscono oggetto di studio le risposte del lattante alla presentazione del viso umano. Il lattante, come osserva R.Spitz (1887-1974) , presenta delle risposte oculomotorie. Il bambino, cioè offre questo tipo di risposta, in quanto in lui agiscono due stimoli percettivi: quello di contatto quello visivo. Concludendo, secondo la Gestalt le leggi dell'organizzazione si possono applicare alla percezione e all'apprendimento: tuttavia ci sono problemi specifici dell'apprendimento, per i quali gli psicologi della Gestalt hanno elaborato loro ipotesi, riferite però all'apprendimento umano. L'esempio è la teoria della traccia: per la Gestalt i processi neurali attivi al momento della percezione persistono sotto forma attenuata come tracce, con una intensità troppo bassa per entrare nella coscienza. Nel ricordo, un indicatore seleziona ed amplifica la traccia portandola al di sopra della soglia di conoscenza, causando il ritorno dei processi percettivi corrispondenti a percezione originale. Resta il problema, ancora studiato, come la traccia venga "recuperata" dal soggetto. Quando tracce incoerenti e scarsamente organizzate subiscono una significativa trasformazione da parte di leggi dinamiche di organizzazione, sparirà ogni aspetto della traccia iniziale e si

arriverà all'oblio. Da notare che per gli psicologi della Gestalt la memorizzazione meccanica è considerata un'inefficace forma di apprendimento, che raramente viene usata nelle situazioni di vita reale. Oggi molto della teoria della Gestalt è rimasto nel campo dell'odierna teoria dell'apprendimento.

e) La psicoanalisi. Si basa sullo studio dei processi emozionali, sullo sviluppo psichico effettivo dell'uomo, sulla ricerca delle strutture affettive nello sviluppo psichico e sull'influenza delle emozioni sui processi mentali e sulle procedure di comportamento degli individui. S. Freud, fondatore della psicoanalisi, ha teorizzato che il comportamento umano è guidato inconsciamente da necessità interiori (libido), che devono poter essere espresse e soddisfatte per non alimentare la frustrazione dell'ansia. Inoltre egli individua tre strutture psichiche fondamentali (Es, io, super-io), il cui equilibrio armonico consente lo sviluppo psichico soddisfacente e stabile. Se ciò non avviene, nel soggetto può determinarsi una situazione di ansia, frustrazione, conflitto: esso allora mette in atto strategie non realistiche (meccanismi di difesa), per alleviare la sua situazione. Riguardo all'apprendimento Freud affermava che lo stile di risoluzione dei bisogni primari della primissima infanzia resta per tutta la vita e influenza la risoluzione dei conflitti. La motivazione è essenziale nella psicoanalisi. Freud ha individuato un controllo motivazionale anche su comportamenti ritenuti secondari da vari

autori. I principali concetti motivazionali sono l'ansia e le conseguenze delle varie minacce all'Io.

f) La psicologia analitica. Carl Gustav Jung²⁶ elabora una propria visione dell'inconscio nei primi anni del novecento. Nel 1906 incontra Freud per confrontarsi sulle scoperte circa l'inconscio. Egli in un primo momento crede di trovare in Jung il suo erede. Tra i due vi sono alcuni anni di collaborazione intensa. Nel 1913 avviene la rottura definitiva. Elemento di rottura la pubblicazione del libro di Jung *“libido. Simboli della trasformazione in coro”*, in cui egli sostiene che la libido non è soltanto energia sessuale, come sosteneva Freud, che tende a scaricarsi con il raggiungimento dell'oggetto desiderato, ma è l'energia psichica totale; pertanto l'inconscio viene visto da Jung come una parte della psiche, che contiene le tonalità affettive che si articolano nel corso di relazioni significative. Jung introduce il concetto di archetipo. Gli archetipi non sono altro che i contenuti dell'inconscio collettivo e che si manifestano nei sogni. Il sé, che include anche l'io, viene considerato il motore del “processo di individuazione”, che costituisce la ricerca e la finalità di ogni persona. In effetti Jung va alla ricerca del senso dei processi inconsci e della sofferenza psichica; in ciò riveste una particolare importanza la teoria del simbolo. Esso costituisce il motore dello

²⁶ Carl Gustav JUNG(1875-1961), psichiatra, psicoanalista e antropologo. La sua teoria è chiamata “psicologia analitica” o “psicologia del profondo”. Vicino alle concezioni di Freud, se ne allontana nel 1913.

sviluppo psichico, strumento di trasformazione dell'energia psichica del percorso analitico. Gli archetipi sono i contenuti dell'inconscio, all'interno del quale si organizza l'esperienza individuale. In esso è situato il progetto esistenziale dell'individuo, il quale deve scoprire attraverso l'analisi questo progetto scritto nell'inconscio. Grazie al processo di individuazione studiato da Jung, si arriverà alla consapevolezza che la funzione del terapeuta non è solo quella di applicare rigidamente un protocollo, ma analizzare la storia di vita del paziente. Gli archetipi agiscono attraverso l'emergere di azioni, pensieri e impulsi, che pongono l'individuo in conflitto con la società. L'analisi archetipica consiste nel leggere il sintomo e considerarlo come una richiesta di significato. Una volta compreso il senso simbolico e archetipico del disturbo, inizia il processo di individuazione.

g) Il contributo della epistemologia genetica.

Un contributo alla definizione delle leggi dell'apprendimento ci viene offerto dalla epistemologia genetica di Jean Piaget²⁷. Importanti sono le sue osservazioni sulla psiche. Egli afferma che la psiche è governata da tre fondamentali meccanismi, che sono:

²⁷ Jean Piaget (1876 -1980), biologo, psicologo, pedagogista e filosofo svizzero, è considerato il fondatore dell'epistemologia genetica, cioè dello studio sperimentale delle strutture e dei processi cognitivi legati alla costruzione della conoscenza nel corso dello sviluppo.

il ritmo, la regolazione, il raggruppamento. Per quanto riguarda il ritmo, nella prima settimana di vita si possono osservare dei movimenti caotici, ma in effetti sono regolari e ritmati: a) nel bambino c'è una tendenza verso un movimento, che sconvolge l'equilibrio e produce disorganizzazione; b) sorge una seconda tendenza, attraverso cui il bambino segue dei movimenti opposti alla prima fase; c) il corpo ritorna allo stato iniziale e l'equilibrio viene ristabilito. Per quanto riguarda la regolazione, essa si raggiunge quando le due opposte tendenze raggiungono un sincronismo, per cui abbiamo: una tendenza + la controtendenza, che equivale all'equilibrio rigido o statico. Le tendenze vengono definite come le componenti strutturali all'interno dell'edificio di un equilibrio statico. Per quanto riguarda il raggruppamento, esso è il controllo psichico su una costellazione di forze; le operazioni mentali diventano reversibili. La reversibilità è la capacità di invertire un'operazione della mente o dell'azione, la capacità di esaminare un compito da due punti di vista opposti. Lo sviluppo psichico non è un processo né uniforme, né caotico, ma il bambino segue un ordine abbastanza rigido nell'acquisizione di nuove performance. Ciò significa che il processo di sviluppo è fondato sul concetto di stadio, cui vengono attribuite alcune proprietà: a) uno stadio è caratterizzato da elementi dominanti interdipendenti, che formano una totalità. Il che è come dire che nel suo sviluppo ogni stadio è trainato da alcuni elementi

dominanti dello stadio stesso. Il bambino, una volta acquisite delle abilità attraverso la memorizzazione dell'esercizio, questa abilità diventa l'elemento dominante di quello stadio ed elemento preparatorio allo stadio successivo, come ad esempio nelle acquisizioni di operazioni più complesse. Una volta acquisiti, gli elementi dominanti diventano parte integrante di una totalità e interdipendenti, in quanto insieme concorrono all'acquisizione di certe operazioni e preparano il terreno ad un apprendimento successivo; b) lo stadio è caratterizzato da un'improvvisa acquisizione consolidata e integrata da acquisizioni precedenti. In seguito poi viene preparata una nuova acquisizione. Il passaggio da uno stadio all'altro avviene per integrazione. Quando diciamo che una caratteristica dello stadio è un'improvvisa acquisizione, non intendiamo ovviamente un passaggio brusco da una fase all'altra, ma vogliamo dire, confermando quanto asserito in precedenza, che lo sviluppo psichico segue un ordine abbastanza rigido. È vero che l'acquisizione è improvvisa, ma essa è determinata da una precedente acquisizione, che, messe insieme, determinano a loro volta nuove acquisizioni. I riflessi alla nascita, ad esempio (suzione, rooting, soprassalto, afferramento...), costituiscono delle acquisizioni innate, che determinano acquisizioni successive e, se vogliamo, performances, cioè abilità che nelle tappe successive si fanno sempre più precise, più chiare e distinte; c) l'acquisizione delle facoltà psichiche, delle capacità

e dei meccanismi varia da un gruppo all'altro e da un individuo all'altro; d) l'ordine progressivo delle acquisizioni rimane costante. Importante sottolineare che per Piaget gli elementi di un dato stadio sono invariabilmente integrati nello stadio successivo più alto. Ciò, oltre a confermare la globalità dell'apprendimento, è importante in quanto offre al sistema psicologico di Piaget la qualità genetica, che in sostanza manca nelle altre teorie, che cercano di spiegare lo sviluppo psichico. Il concetto di integrazione è fondamentale per la spiegazione della ontogenesi Piagetiana. Quattro elementi determinano il progresso da uno stadio all'altro: ereditarietà, intesa in termini di maturazione; ambiente fisico (esterno e interno); influenza sociale; ricerca dell'equilibrio, in quanto l'organismo lotta per stabilire un equilibrio di forze sempre più stabile all'interno dell'organismo della psiche. Questo concetto è ritenuto il fattore fondamentale dello sviluppo, necessario per coordinare gli altri tre. L'equilibrio è un processo progressivo e autoregolante e porta allo stato finale del concetto di reversibilità; essa può essere immaginata come un processo di aggiustamento tra assimilazione ed adattamento. Per assimilazione Piaget intende il processo di conoscenza della realtà attraverso l'utilizzo delle strutture cognitive precedenti; l'adattamento può definirsi come la seconda parte del processo di interazione e consiste nel confermare le strutture precedenti alla nuova realtà. La centralità della teoria di Piaget è nella dottrina

degli stadi evolutivi; la descriveremo in rapida sintesi, ricordando che per Piaget gli stadi devono essere definiti in un ordine costante di successione (uno stadio non può essere raggiunto prima del completamento del precedente)) e che l'esperienza serve come propria preparazione per il passaggio allo stadio successivo. Egli indica tre periodi principali di sviluppo intellettuale: a) periodo senso motorio; b) periodo dell'intelligenza rappresentativa, delle operazioni concrete; c) periodo delle operazioni formali. Ogni periodo è a sua volta diviso in stadi. Il primo periodo, che va da zero a due anni, è diviso in sei stadi: uso dei riflessi (0 - 1 mese); inizio di adattamenti stabili e momento delle reazioni circolari primarie (1-4/5e mesi); coordinamento della visione, prensione con reazioni circolari secondarie (4/5-8/9 mesi); coordinazione degli schemi secondari (8/9 -11/12 mesi); reazioni circolari terziarie con schemi differenziati di azioni e scoperte di mezzi nuovi per sperimentazione attiva (11/12-18 mesi); invenzione di nuovi mezzi per combinazioni mentali e soluzione di problemi con interruzione dell'azione e comprensione improvvisa (18-24 mesi). Il Secondo periodo viene diviso in due sotto periodi: fase pre-operativa (2-7 anni); fase operativa (7-10 anni); a loro volta i due sotto periodi sono divisi rispettivamente in 3 e 2 stadi, ma in questo caso la divisione non è così netta come in quelli precedenti. Essi possono essere classificati anche nel seguente modo: fase del pensiero simbolico

o fase precontrattuale (2-4 anni), caratterizzata da continua esplorazione dell'ambiente e da atteggiamenti di tipo egocentrico; fase di pensiero intuito (4-6/7 anni), nella quale non vi è ancora il concetto di reversibilità; continua l'egocentrismo, sul piano logico manca ancora la capacità di selezione, mentre esiste il concetto di invarianza e c'è solo percezione immediata; fase delle operazioni concrete (6/7-10/11 anni), nella quale il bambino comincia ad integrare in schemi cognitivi l'informazione che percepisce, comincia un buon equilibrio tra assimilazione e ad accomodamento, viene superato l'egocentrismo e il concetto di invarianza, compare la reversibilità. Vi è infine il periodo logico-formale (11-15 anni), nel quale le strutture cognitive sono pronte per operazioni più complesse. Questa teoria degli stadi ha aperto nuovi orizzonti nella ricerca sull'apprendimento.

h) La psicologia umanistica.

Conosciuta con il nome di “terza forza”, si sviluppa nell'area della psicologia con una prospettiva sociale negli anni '70. Punti di riferimento sono: Abraham Maslow e Carl Rogers, i quali individuarono il bisogno di affermazione nella spinta di ogni comportamento umano, facendo leva sull'autostima. Nasce nel 1954, con lo scopo di studiare le dinamiche emozionali e le caratteristiche comportamentali dell'esistenza umana. Il

manifesto dell'associazione di psicologia umanistica prende in esame alcuni punti: a) oggetto della psicoterapia della persona studiata nella sua interezza; b) necessità di valorizzare l'autorealizzazione, la creatività le scelte; c) valorizzare la dignità della persona e il suo potenziale nascosto. A questo manifesto aderirono altre correnti psicoterapeutiche come la Rogersiana, la Gestalt, l'analisi transazionale. L'elemento di innovazione è un uso abbastanza esteso della terapia di gruppo. Nel 1951 Carl Rogers pubblica un libro dal titolo "terapia centrata sul cliente" in cui illustra gli assunti teorico pratici del metodo. Punto fondamentale è la tendenza attualizzante, che consiste nella piena e totale fiducia nelle capacità di autorealizzazione. Di conseguenza la terapia è di tipo non direttivo, nel senso che il terapeuta deve accompagnare il paziente con empatia, per creare le condizioni necessarie, che favoriscano la sua crescita. Nella fattispecie il terapeuta assume il punto di vista del cliente e l'approccio con il cliente è basato su tre elementi: a) congruenza, che può essere considerata come l'onestà del terapeuta, nel senso che il terapeuta si mostra per quello che è; b) empatia: il terapeuta entra in sintonia con il cliente; c) accettazione positiva incondizionata: il terapeuta accetta il punto di vista del cliente. Abraham Maslow definisce questo movimento "terza forza" e ne sottolinea l'importanza, perché definisce un nuovo concetto di salute. L'individuo sano è colui che giunge alla propria

autorealizzazione. Tra le scuole di psicoterapia che aderiscono al manifesto umanistico, oltre alla già citata psicologia della Gestalt, valga fra tutte l'analisi transazionale di Eric Berne. Egli prende in esame tre tipi fondamentali di transazioni: a) adulto; b) bambino; c) genitore. Dal rapporto armonico di queste transazioni e dal loro intreccio in una visione di armonia si evince la personalità, il grado di responsabilità e di maturità del paziente (cliente).

Cap II

INTRODUZIONE ALLA PSICOLOGIA DELLA RELIGIOSITÀ

Uno dei temi su cui si è concentrata l'attenzione della psicologia generale, è senza dubbio quello che riguarda la religiosità, la sua derivazione, la formazione e la capacità di trasformazione. Un tema, che, sebbene sia una parte importante della psicologia generale, interessa varie discipline, dalla teologia alla mistica, dalla filosofia all'antropologia, alla sociologia, alla pedagogia. Perché? Il tema della religiosità, come abbiamo avuto modo di sottolineare nell'exkurs filosofico, è antico quanto l'uomo. Possiamo affermare che essa nasce con l'uomo e, nel corso della sua formazione, tende a uscire dall'embrione, da quella sua fase nascosta, per presentarsi nella sua dimensione aurorale e affacciarsi alla vita. Ciò è stato messo in evidenza da Jung con la sua teoria degli archetipi, che, come abbiamo visto, va nel senso opposto a quello indicato da Freud, il quale sostiene invece che la religione, e dunque la religiosità, serve all'uomo per uscire dallo stato di sudditanza e proiettare proprio in essa tutte le aspirazioni nascoste e mai appagate, come sosteneva il positivismo e il marxismo nei confronti della religione, intesa come una sovrastruttura. In sostanza, per Jung la persona detiene già alla nascita il suo progetto di vita, ivi compresa la sua religiosità; basta

solo tirarla fuori e ciò avviene mediante il processo di individuazione attraverso i simboli. Lo scopo di questa ricerca è quello di comprendere perché e in che modo certi assunti propri della psicologia e, prima ancora, della filosofia e dell'antropologia, afferiscano alla religiosità e quali siano gli ambiti e i limiti entro i quali la psicologia cede il passo alla forma più alta di conoscenza e di scienza, che è lo Spirito. Ciò ovviamente nell'ambito di una scienza, quella dello Spirito, che, lontano da ogni dimostrazione empirica, è l'unica fonte da cui, come credenti, dobbiamo attingere e a cui dobbiamo giungere. Non si può dunque negare il fatto che nell'uomo ci sia un gran desiderio di trascendenza, persino quando questa sembra essere obnubilata dalla ostentata tendenza di apparire superiore a certi argomenti che non appartengono al contingente, all'*hic et nunc*. È di grande aiuto quanto afferma il Siracide: *“Non confidare nelle tue ricchezze e non dire ‘questo mi basta’. Non seguire il tuo istinto e la tua forza, assecondando le passioni del tuo cuore. Non dire ‘chi mi dominerà?’, perché il Signore senza dubbio farà giustizia”*(Sir 5,1-3)²⁸. Questo passo ci fa comprendere il concetto di autosufficienza, non inteso come una raggiunta e appagante sufficienza, ma inteso come appagamento di ambizioni raggiunte

²⁸ Il libro del Siracide, detto anche ecclesiastico, (da non confondere con l'ecclesiaste, che è il libro di Qoelet), è un testo della bibbia cristiana. Considerato ispirato nella tradizione cattolica e ortodossa, è considerato invece apocrifo dalle altre confessioni. Sofia Seirach (Sapienza di Sirach), scritto intorno al 180 a.C. da Giosuè, figlio di Sirach. L'unico testo di cui si conosce con certezza l'autore. Si compone di 51 capitoli di genere sapienziale.

per proprio merito. Un tale concetto è un pericolo per il credente, perché esclude a priori ogni intervento divino, con la presunzione da parte dell'uomo di avere la capacità di allungare la propria vita. Sempre questa istanza di superiorità s'insinua nei complessi meandri del nostro cervello e della coscienza e ci travolge, prima con fare subdolo e poi con tracotanza, in un delirio di onnipotenza. La domanda è: quando diventeremo adulti? Quando prenderemo coscienza che non possiamo nulla senza Dio? La chiave per capire ce la dà Gesù: la semplicità dei piccoli diventa la forza dei grandi. Da una parte, dunque la psicologia con le sue istanze che derivano dalla corporeità, dall'altra la religiosità con le sue istanze verso il trascendente. Socrate, al quale si fa derivare l'invenzione del concetto, ci mostra quanto importante sia la conoscenza di se stessi, prima di conoscere il mondo esterno. Aveva fatto suo il motto che era scritto nel Tempio di Delfi *“Γνῶθι σεαυτόν (gnôthi seautón)”* cioè **“conosci te stesso”**. Ciò vuol dire che alla base della conoscenza oggettiva, è necessario che vi sia una conoscenza soggettiva, cioè una conoscenza intima e totale di se stessi. Da dove può discendere questa esigenza di conoscere se stessi? Chi può aver messo nel cuore dell'uomo questa idea di entrare dentro se stessi e conoscere intimamente la parte più recondita di sé? A chi, infatti, gli chiedeva anche solo un'opinione intorno a un interrogativo, Socrate rispondeva: **“conosci te stesso”**, partendo dalla certezza che solo una profonda

conoscenza di se stessi può portarci alla conoscenza degli altri e delle cose. La risposta ci viene da un laico Giovenale, che afferma “[...] *e caelo descendit Γνωθὶ σεαυτόν (gnôthi seautón) figendum et memori tractandum pectore...*”²⁹. È qui la risposta all’interrogativo circa la provenienza del “conosci te stesso”. D’altra parte Agostino d’Ippona, come abbiamo detto nell’exkursus storico, ci invita fortemente a ritornare in noi stessi, per tendere alla luce di Dio, che illumina il nostro intelletto e dona vigore e saggezza al cuore. Si può comprendere, dunque, come il senso religioso sia fortemente radicato nell’uomo, nonostante la corporeità della sua origine, un “*finitum, quod tendit ad infinitum*”³⁰. La psicologia della religiosità, dunque, mira a tirar fuori dall’individuo, con il metodo **afairetico**³¹, la sua vera identità, il suo vero “sé”, che non è il “sé” laico e materiale di Freud, ma è quel “sé” che viene fuori dal processo di individuazione mediante i simboli, per rendere manifesti i propri archetipi. Questo cercare e trovare se stesso significa anche ritrovare la propria anima e ricostruirla in una tensione continua verso la Croce di Cristo, la sua Morte e la sua Risurrezione. È proprio il senso del “rinascere” che mette fuori gioco il povero e

²⁹ Giovenale, Satire, 11, 27 ss. “...dal cielo disceso quel “conosci te stesso”, che va fissato e preso in considerazione nel memore petto...”. Decimo Giunio Giovenale, poeta e retore aquinate (50/60 -127).

³⁰ Meister Eckhart (1260 – 1328), De istruzione spirituali.

³¹ Afairesis, termine greco, che deriva dal verbo “afairéo”, che significa “togliere, asportare”. Come il falegname toglie i trucioli dal legno, per far sì che venga fuori il legno vivo, così ognuno di noi deve asportare tutto ciò che tiene prigioniera e soffoca la nostra anima.

buon Nicodemo di fronte a Gesù.³² Quando Gesù dice a Nicodemo che bisogna nascere “*da acqua e spirito*”, è già iniziata la rivoluzione di Dio. Era già avvenuta, sul fiume Giordano, con il Battesimo da parte di Giovanni; e questa rivoluzione inizia proprio dall’acqua, da dove cioè bisogna nascere con lo Spirito. Gesù irrita, sconvolge e placa. Irrita, perché annuncia la verità e legge nei cuori dei farisei, dei dottori della legge, dei sadducei; sconvolge, perché annuncia una nuova economia, cambia i piani dell’uomo e la sua prospettiva; placa, perché le sue parole sanano, guariscono, addolciscono il cuore di quelli che credono in Lui e nelle sue opere. La sua missione non è una passeggiata, ma un’opera di Redenzione dell’uomo, con un prezzo altissimo: la sua Passione e il suo Sangue. Riscoprire la religiosità nell’uomo,

³² Gv. 3,1-21 “Vi era tra i farisei un uomo di nome Nicodemo, uno dei capi dei Giudei. Costui andò da Gesù, di notte, e gli disse: «Rabbì, sappiamo che sei venuto da Dio come maestro; nessuno infatti può compiere questi segni che tu compi, se Dio non è con lui». Gli rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce dall’alto, non può vedere il regno di Dio». Gli disse Nicodemo: «Come può nascere un uomo quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?». Rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce da acqua e Spirito, non può entrare nel regno di Dio. Quello che è nato dalla carne è carne, e quello che è nato dallo Spirito è spirito. Non meravigliarti se ti ho detto: dovete nascere dall’alto. Il vento soffia dove vuole e ne senti la voce, ma non sai da dove viene né dove va: così è chiunque è nato dallo Spirito». Gli replicò Nicodemo: «Come può accadere questo?». Gli rispose Gesù: «Tu sei maestro d’Israele e non conosci queste cose? In verità, in verità io ti dico: noi parliamo di ciò che sappiamo e testimoniamo ciò che abbiamo veduto; ma voi non accogliete la nostra testimonianza. Se vi ho parlato di cose della terra e non credete, come crederete se vi parlerò di cose del cielo? Nessuno è mai salito al cielo, se non colui che è disceso dal cielo, il Figlio dell’uomo. E come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell’uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna. Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell’unigenito Figlio di Dio. E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

significa anche produrre silenzio nell'anima e predisporla ad accogliere la presenza di Gesù e praticare la sua Parola, che viene annunciata dalle Sacre Scritture, il testo mistico per antonomasia, dal quale tutti gli altri testi mistici discendono. La pratica del testo mistico, che inizia con la lettura e meditazione sui testi e si conclude con la preghiera e l'applicazione del contenuto del testo a se stessi, è il più alto contributo per riscoprire e educare l'anima al senso religioso. È questa la proposta educativa che ci viene offerta da Sant'Ignazio di Loyola: *"...come sono esercizi corporali il passeggiare, il camminare, il correre, così si chiamano esercizi spirituali tutti i modi di preparare e di disporre l'anima a togliere da sé tutte le affezioni disordinate e, dopo averle tolte, di cercare e trovare la volontà divina nell'organizzazione della propria vita per la salvezza dell'anima"*³³. In buona sostanza, Ignazio di Loyola con gli Esercizi Spiritualis ci presenta un metodo per meditare sulla Parola di Dio e metterla in pratica. La metodologia ignaziana, che sarà oggetto di studio e di ricerca nei prossimi incontri programmati, ci aiuta a *"ordinare la nostra vita"*. La psicologia della religiosità, dunque, non ci presenta le implicazioni psicologiche delle religioni, ma ci permette di formare l'anima al senso religioso, liberandola dagli archetipi che tentano di soffocarla.

³³Giuseppe De Gennaro (a cura di), Ignazio di Loyola, Esercizi Spiritualis, Città Nuova Editrice, 2002, pp. 63-64

Occorre perciò liberarla da ogni pensiero vano, estraneo e perverso, per poter esprimere se stessa nel rapporto con il trascendente(Dio) e l'immanente (l'uomo).

Cap III

SENSO RELIGIOSO E ATTACCAMENTO

Il tema dell'attaccamento materno appartiene alla psicologia dell'età evolutiva, che studia e analizza appunto la formazione del bambino fin dal suo concepimento, nelle varie fasi dello sviluppo. La parola più gettonata, quando si parla di concepimento della vita e della madre, è “simbiosi”, cioè “unica vita”, nel senso che, come noto, il bambino vive le stesse emozioni della madre, dalla quale riceve l'alimento necessario per costruirsi come essere vitale. Ciò accade a livello biologico, ma anche psicologico, perché la madre trasmette al bambino tutte le sue emozioni, anche le minime percezioni del suo stato d'animo, dei suoi stati particolari di consolazione o di desolazione. Il bambino è irriducibilmente destinato a vivere con la madre e della madre, se vuole sopravvivere e vuole uscire a vita nuova. Anche per molto tempo dopo la nascita il bambino svilupperà questa dipendenza prima uterina, poi affettiva, fino a quando, in situazioni normali, non è capace di manifestarsi con un'affettività e un sistema di relazioni autonomi. L'attaccamento è una relazione oggettuale, che inizia fin dal concepimento. Gli studi di Bowlby e di Ainsworth evidenziano come l'instaurarsi di una relazione di attaccamento nella diade madre-bambino, possa influenzare lo sviluppo armonico del bambino stesso, così da essere in grado di affrontare

la vita di relazione. Ciò a condizione che l'attaccamento sia "sicuro", cioè improntato alla libertà della madre e alla sua capacità di trasmettere al figlio emozioni sane ed equilibrate. Ciò dipende dalla condizione di armonia in cui si è sviluppata la personalità, la vita affettiva ed emotiva della madre. Questo è quanto, in sintesi, ci dice la psicologia. Poiché la nostra ricerca è orientata verso la dimensione religiosa, allora dobbiamo percorrere altre strade, che vanno oltre la scienza della psicologia, per aprirsi a una nuova dimensione dello Spirito. Già nella lezione precedente abbiamo preso in considerazione le vie del cuore e abbiamo cercato di operare una distinzione tra la psiche e il cuore. Abbiamo visto come questi due elementi della struttura dell'uomo, pur diversi nei loro significati, concorrano, ciascuno per la sua parte, alla formazione del senso religioso. Abbiamo però anche visto che il cuore (cardias) assume una connotazione e un significato particolare, essendo la sede in cui si sviluppa il senso della comunità, della fraternità, dell'agape. Attraverso la psicologia dell'età evolutiva, possiamo, come abbiamo detto sopra, determinare con precisione il senso dell'attaccamento nella diade madre-bambino. Per fare ciò, analizziamo alcuni brani della Sacra Scrittura, in cui l'attaccamento della diade madre-bambino si trasforma nell'attaccamento nella diade Dio-uomo. Potremmo dire che tutta la Sacra Scrittura è come una grande metafora del mondo, in termini religiosi, in cui il rapporto uomo-Dio è un

rapporto di amore esclusivo e inclusivo. Esclusivo, perché è orientato unicamente all'uomo; inclusivo, perché non è rivolto al singolo uomo o soltanto all'uomo giusto, sebbene quest'ultimo viva un rapporto privilegiato con Dio, ma è rivolto a tutti e soprattutto a coloro che sono lontani dalla sua legge. “ *Poi Gesù, partito di là, passando, vide un uomo chiamato Matteo, che sedeva al banco delle imposte, e gli disse: «Seguimi». Ed egli, alzatosi, lo seguì. Mentre Gesù era a tavola in casa, sopraggiunsero molti pubblicani e peccatori e si misero a tavola con Gesù e con i suoi discepoli. I farisei, veduto ciò, dicevano ai suoi discepoli: «Perché il vostro maestro mangia con i pubblicani e con i peccatori?» Ma Gesù, avendoli uditi, disse: «Non sono i sani che hanno bisogno del medico, ma i malati. Ora andate e imparate che cosa significhi: "Voglio misericordia e non sacrificio"; poiché io non sono venuto a chiamare dei giusti, ma dei peccatori».*³⁴ Ciò a conferma del fatto che Gesù non ha pensato di circondarsi di persone colte ed istruite, morigerate e di alto lignaggio. Niente di tutto questo. Gesù si è circondato di persone umili, lavoratori, persone che sbarcavano il lunario alla men peggio, persone rozze, non esperte in materia religiosa e magari non frequentavano nemmeno la Sinagoga. Sicuramente erano persone che avrebbero dovuto fare un percorso di

³⁴ La chiamata di Matteo (Mt 9,9-13; Mc 2,13-17; Lc 5,27-32).

formazione. Su quella tabula rasa del loro cuore Gesù avrebbe dovuto, come poi ha fatto, imprimere il Sigillo di garanzia, il sigillo di appartenenza. E anche nella diaspora di quella notte terribile della cattura, del processo e della condanna, ormai il sigillo di garanzia era stato impresso nei loro cuori e Gesù avrebbe completato l'opera della sua formazione, facendo scendere su di essi lo Spirito Santo Paraclito, il Consolatore, che aprirà agli Apostoli una nuova strada da seguire, che era proprio la strada indicata da Gesù: “ *Andate dunque e ammaestrate tutte le nazioni, battezzandole nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro ad osservare tutto ciò che vi ho comandato. Ecco io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo*”(Mt 28,19-20)”. Il seme dell'appartenenza era stato gettato nei loro cuori e aveva trovato la terra buona. Per dare corso a quanto abbiamo già detto circa le vie del cuore, occorre affrontare il tema dell'attaccamento. Per fare ciò, prendiamo il semplice esempio in cui Dio stabilisce l'alleanza con il suo popolo: “ *Questa sarà l'alleanza che io concluderò con la casa di Israele dopo quei giorni, dice il Signore: Porrò la mia legge nel loro animo, la scriverò sul loro cuore. Allora io sarò il loro Dio ed essi il mio popolo.* (Ger 31,33). Il patto che Dio fa con il suo popolo è quello fatto con Abramo, Isacco, Giacobbe; è quello impresso sulle tavole della legge, ma è un patto che si ripete tutte le volte che l'uomo sbaglia e Dio è sempre pronto a perdonare.

Da queste considerazioni scaturisce l'attaccamento che c'è tra l'uomo e Dio. Esso ha origini molto remote e profonde: *“Sei tu che hai formato le mie reni, che mi hai intessuto nel seno di mia madre”* (Sal 139,13). Il salmista, nella sua poesia, descrive sinteticamente l'azione creatrice di Dio. È come se vedesse in presenza quest'opera della creazione, in cui Dio è l'artefice o l'attore e l'uomo è spettatore. In questo verso, come in altri che analizzeremo, il senso di attaccamento fisico si trasforma nel desiderio e nella certezza di appartenenza. Si tratta di un'immagine poetica, in cui l'orante (il salmista) esprime a Dio il suo senso di appartenenza e la consapevolezza di non essersi creato da sé, ma di essere stato fatto da un altro da sé, che, nella fattispecie della visione cristiana ed ecumenica, non può essere altri che Dio stesso. È come se dicesse: poiché sono stato da te generato, allora io sono entrato a far parte della tua famiglia, del tuo cuore; in poche parole: io appartengo a te. Nel libro di Giobbe leggiamo: *“ Non mi hai colato forse come il latte e fatto apprendere come il formaggio? Tu mi hai rivestito di pelle e di carne, e mi hai intessuto d' ossa e di nervi.* (Gb 10, 10-11). L'immagine che ci offre Giobbe è quella di un Dio che costruisce l'uomo e con lui interagisce in un rapporto diadico, in cui l'uomo, proprio come un bambino, ha bisogno di essere “allattato” al seno materno; cioè a Dio stesso. Per esprimere ciò infatti, Giobbe utilizza gli ingredienti quotidiani poveri e

necessari per la sua sopravvivenza, come può essere il latte e il caglio per produrre il formaggio. Giobbe avrebbe potuto esprimere in forma poeticamente aulica la sua appartenenza, ma egli non è uno Scriba né un dottore della legge, ma una persona umile e timorata di Dio, semplice e dedita al lavoro per assicurare a sé e alla sua famiglia una posizione per vivere in sicurezza. L'azione divina nella formazione dell'uomo fin dal grembo materno, si può rinvenire nella Sacra Scrittura, sia per quanto attiene a personaggi di rilievo, come Isaia, Geremia, Isacco, Sansone, Samuele, sia per quanto si riferisce a situazioni e ad azioni. In Gb 10,8-11 leggiamo *“Le tue mani mi hanno plasmato e mi hanno fatto integro in ogni parte; vorresti ora distruggermi? Ricordati che come argilla mi hai plasmato e in polvere mi farai tornare. Non m’hai colato forse come latte e fatto accagliare come cacio? Di pelle e di carne mi hai rivestito, d’ossa e di nervi mi hai intessuto”*. Nel Sal 22,10-11 leggiamo: *“Sei tu che mi hai tratto dal grembo materno e mi hai fatto riposare sul petto di mia madre; e al mio nascere tu mi hai raccolto, dal grembo di mia madre tu sei il mio Dio”*. Nel Salmo 71,6 leggiamo: *“Su di te mi appoggiai fin dal grembo materno, dal seno di mia madre tu sei il mio sostegno”*. In Ger 1,5 leggiamo: *“Prima di formarti nel grembo materno, ti conoscevo. Prima che tu uscissi alla luce, ti avevo consacrato; ti ho stabilito Profeta delle nazioni”*. E ancora in Isaia 49,1 leggiamo: *“Ascoltatemi, o isole, udite attentamente,*

nazioni lontane, il Signore dal seno materno mi ha chiamato, fin dal grembo di mia madre ha pronunciato il mio nome”. Adesso cerchiamo di analizzare queste citazioni, che sono solo alcune di quelle tante offerte dalla Scrittura, e cerchiamo di entrare nella profondità. Non è un esercizio di ermeneutica letteraria, sebbene l’ermeneutica ci aiuti a capire e ad andare oltre il significato manifesto, ma è un esercizio del cuore, che ci porta a comprendere il significato autentico dell’attaccamento nella diade Dio-uomo. Quanto affermano i Profeti Geremia e Isaia con le citazioni riportate, è la cifra esatta dell’attaccamento Dio-uomo. Si tratta di un attaccamento che nasce dalla prescienza di Dio, il quale conosce l’uomo prima della sua creazione. Lo stesso Gesù, rispondendo ai Giudei e ai farisei, dice: “*prima che Abramo fosse, io sono*”, affermando con ciò la sua esistenza *ab initio et ante saecula* (all’inizio e prima dei secoli)”, la sua appartenenza al Padre. Vediamo in questi versi come si accenda non solo la scintilla della creazione, ma il coinvolgimento totale dell’uomo nel progetto iniziale di Dio: *facciamo l’uomo a nostra immagine* . Se dunque l’immagine dell’uomo si interfaccia con quella di Dio, non è solo sul piano puramente esteriore, ma l’interfaccia avviene sul piano della creazione, cioè al momento in cui Dio ha pensato di creare l’uomo a sua immagine e somiglianza, in una relazione intimissima. Questo rapporto diadico non è un fatto accaduto dopo la creazione, ma è un accadimento universale e

coinvolgente nell'atto stesso della creazione. Questo attaccamento è anche la vocazione dell'uomo, che è predestinato alla Grazia, ma il suo pellegrinaggio terreno, vissuto all'insegna della bandiera di Cristo, è già caparra di quella unione futura ed ecumenica promessa da Dio. Accettata questa dimensione diadica, Dio-uomo, l'aspetto che maggiormente va colto è quello della volontà del singolo. Una volta accettata la dimensione diadica Dio-uomo, è necessario che essa venga alimentata mediante la fede, che, come abbiamo visto nelle lezioni precedenti, non può prescindere dalla speranza e dall'amore, cioè dal cuore. In questa dimensione, assume una valenza fondamentale quanto già abbiamo espresso circa la struttura quadrimomia, cioè la struttura che ci permette di vivere in modo equilibrato nella ricerca dell'Assoluto, cioè di Dio e del suo Cuore. Pensare e immaginare che io, soggetto singolo, sono conosciuto da Dio, tanto che Egli mi chiama persino per nome, deve procurare in me vera gioia. Direi che questa vera gioia possa esprimere il mio senso di appartenenza e la mia dimensione religiosa. Comprendere e accettare che io non sono un progetto qualsiasi, ma il progetto di Dio, significa iniziare un percorso di vita interiore, che mi porta ad assaporare e a gustare il profumo e la presenza di Dio dentro di me e intorno a me.: *"Gustate e vedete com'è buono il Signore"* (Sal 34/33, 9). Tutto questo non accade da un giorno all'altro, ma è il frutto del mio impegno

quotidiano in un crescendo di attaccamento alla libera necessità di Dio attraverso la preghiera, la meditazione, la pratica del testo mistico. Questa è la cifra esatta del nostro senso di appartenenza e di attaccamento, proprio come un bambino si affida e si attacca alla madre, dalla quale riceve tutte le cure e l'amore di cui essa è dotata. Sono solo alcuni degli esempi che si possono addurre, per spiegare il grande attaccamento di Dio nei confronti dell'uomo e di questi verso Dio. Tutto ciò sta a significare che il senso religioso è fortemenete radicato nell'uomo, ma spesso non emerge, o perlomeno l'uomo non ne coglie sempre il senso. È necessario l'esercizio del cuore, per essere pienamente familiari di Dio. E ciò dipende da ognuno di noi.

Per ulteriori approfondimenti sull'argomento, si consiglia la seguente bibliografia essenziale:

J.Bowlby, *una base sicura*, Raffaello Cortina, Milano, 1988

A.Kirkpatrick, *attaccamento, rappresentazioni e comportamenti religiosi*, in “*manuale dell'attaccamento*”, Fioriti, Roma, 1999.

Cap. IV

PSICOANALISI E PSICOLOGIA ANALITICA NELLA RICERCA DELLA RELIGIOSITÀ

Dopo aver presentato il quadro storico, tracciando anche le basi filosofiche della psicologia, andiamo ora a trattare un argomento particolare, mettendo a confronto due metodi della psicologia: la psicoanalisi di Sigmund Freud e la psicologia analitica di Carl Gustav Jung. Già abbiamo avuto modo di incontrare questi due grandi della psicologia. Adesso cercheremo di entrare nel vivo della questione. Per fare ciò, è necessario soffermarci singolarmente sulle due scuole di pensiero, per poi metterle a confronto. Cominceremo dalla psicoanalisi. Chi è Sigmund Freud? Psicoanalista austriaco, nato il 6 Maggio del 1856 a Příbor in Austria e morto il 23 Settembre del 1939 a Londra. Laureatosi in medicina, lavora nel laboratorio di neurofisiologia, diretto da Brucke. Ben presto abbandona la ricerca scientifica e si dedica alla professione medica, specializzandosi in neurologia. Una borsa di studio gli consente di accedere alla scuola di neuropatologia della Salpêtrière diretta dal famoso Charcot. Pur vivendo un'esperienza professionale intensa con il grande maestro, Freud in seguito manterrà sempre un atteggiamento originale ed autonomo rispetto alle convinzioni dell'illustre studioso. La disputa tra i due nasce intorno al concetto di isteria.

Charcot trova in essa una causa organica, mentre in Freud cominciano a farsi strada le sue osservazioni sulla sessualità, sul ruolo della sessualità nel comportamento umano, osservazioni che per Charcot risultano essere del tutto marginali. Il 1889 è segnato dall'aperto contrasto tra i due. Tornato a Vienna, Freud si dedica completamente alla professione di neurologo e contemporaneamente porta avanti gli studi sull'isteria con l'amico Joseph Breuer, che già utilizzava l'ipnosi come metodo terapeutico e con il quale pubblica "studi sull'isteria". La nascita della psicoanalisi si può far risalire a questo periodo, quando Freud, che portava avanti le ricerche sull'isteria, assume come paziente Anna O., di cui risolve il caso. Altra data importante è il 1899, quando Freud pubblica "l'interpretazione dei sogni". Accanto alla logica razionale prende piede la logica del sogno, in quanto i sogni comunicano all'essere umano cose che la razionalità e la coscienza non accettano. È un approccio certamente singolare e innovativo, che viene guardato con scetticismo, anche perché si va diffondendo la sua teoria sulla sessualità. Nel 1908 si svolge il primo Congresso della Società psicoanalitica Internazionale. Sono presenti anche Jung e Adler, che prenderanno due diverse direzioni: Jung darà origine alla psicologia analitica, mentre Adler si rivolgerà alla psicologia individuale. A seguito delle leggi razziali, Freud, che è uno

strenuo oppositore del nazismo, è costretto a trasferirsi a Londra, dove morirà per un cancro alla bocca.

Opere:

- Studi sull'isteria (1895 con Breuer)
- Le origini della psicoanalisi. Lettere a Fliess (1887-1902)
- L'interpretazione dei sogni (1900)
- Psicologia della vita quotidiana (1901)
- Tre saggi sulla vita sessuale (1905)
- Il motto di spirito e le sue relazioni con l'inconscio (1905)
- Totem e tabù (1912-13)
- Introduzione alla psicoanalisi (1915-17)
- Metapsicologia (1915-17)
- Al di là del principio di piacere (1920)
- Autobiografia (1925)
- Il problema dell'analisi dei non medici (1926-27)
- L'avvenire di un'illusione (1927)
- il disagio della civiltà (1929)
- Casi clinici (1932)
- Analisi terminabile e analisi interminabile (1937)
- Costruzioni nell'analisi (1937)
- L'uomo Mose e la religione monoteistica (1934-38).

Ai fini della nostra ricerca, quella cioè di confrontare due indirizzi di pensiero, è opportuno soffermarsi su alcuni termini che caratterizzano la psicoanalisi.

Ci potrà aiutare in questo nostro lavoro la conoscenza di alcune termini propri della psicoanalisi.

La rimozione. È un meccanismo, che entra in funzione nel momento in cui nell'individuo si affacciano pensieri scabrosi e inaccettabili moralmente, che vengono rimossi e collocati nell'inconscio. Importanza di questo meccanismo consiste nel portare alla luce, cioè alla coscienza, ciò che era stato rimosso.

La libido. Freud riconduce la vita dell'uomo a una libido originaria. Si tratta di una energia legata al desiderio sessuale. Come infatti la fame è l'indice, mediante il quale si manifesta la capacità di assorbimento dei cibi, così la libido è l'indice con il quale si manifesta l'istinto sessuale. Mentre la fame è un desiderio non peccaminoso, le pulsioni sessuali, per il fatto di provenire dalla sessualità, sono considerate peccaminose e rimosse nell'inconscio. Tali pulsioni poi appaiono nei sogni e nelle nevrosi.

L'inconscio. È La sede di tutti i contenuti rimossi. Le manifestazioni di questi contenuti possono esternarsi nel

comportamento o anche nella coscienza in forma velata, come possono diventare manifesti nel sogno o nella fantasia o negli stati psichici morbosi. I contenuti dell'inconscio vengono presi in considerazione nella psicoterapia. Jung introduce il concetto di “inconscio collettivo”, che è l'insieme di determinati modi innati di reagire a determinate circostanze o a eventi tipici.

La censura. È l'istanza psichica che impedisce (taglia) ai contenuti proibiti di essere soddisfatti. La funzione di cesura è demandata all'Io, ma anche al Super- io.

Il lapsus. Errori o sviste, che ricorrono nel parlare, nel leggere e nello scrivere. Freud scoprì che la parola detta per sbaglio al posto di quella giusta, non è casuale, ma nasconde l'espressione di un desiderio nascosto.

L'Io. È un'area o un'istanza della struttura psichica. È il portatore del principio di realtà. Freud lo paragona a un cavaliere che deve imbrigliare la forza del cavallo, anche se esso non ha una forza propria, ma deve chiederla in prestito.

L'Es. È il luogo delle passioni, suscettibile di trasbordare nella sfera somatica, e di minacciare l'Io al pari dell'ambiente esterno. L'Io, nonostante abbia il dominio sulla totalità, molte volte deve realizzare gli impulsi dell'Es. Torna ancora utile la similitudine

del cavallo e del cavaliere descritta da Freud. “Come il cavaliere, se non vuole staccarsi dal cavallo, non ha spesso altra scelta che condurlo dove esso vuole, così anche l’Io traduce spesso in azione la volontà dell’Es, come se fosse la propria”. In sostanza per Freud l’es è anzitutto il luogo dell’eros e degli istinti di morte. I confini con l’Io sono labili. La psicoanalisi ha lo scopo di rafforzare l’Io contro i pericoli del mondo esterno, contro la punizione imposta dal Super-Io e la seduzione dell’Es.

Super-Io. È l’istanza della personalità, che ha il ruolo di giudice o censore rispetto all’Io. La sua funzione è quella di formare la coscienza morale.

Complesso di Edipo. È il particolare intreccio di rapporti tra il bambino e i genitori, dopo la fase genitale. Una volta distinta la differenza di sesso, il bambino desidera la madre e sviluppa sentimenti ostili verso il padre, dal quale il fanciullo si sente minacciato di castrazione. Rinuncia quindi alla sua parte di desiderio verso la madre e s’identifica nel padre. La stessa cosa accade anche per la bambina.

Transfert. “In ogni trattamento analitico si stabilisce, senza alcun intervento del medico, un’intensa relazione sentimentale del paziente con la persona dell’analista”. Questo fenomeno si chiama “Transfert”. È positivo che ciò accada, perché fornisce

all'analista la base su cui costruire la sua terapia. Quando l'analista rileva il transfert, lo isola e lo rende "cosciente al malato e viene risolto quando il paziente acquista la convinzione che, nel comportamento determinato dal transfert, egli vive relazioni che provengono dalle sue più antiche cariche affettive dirette verso un oggetto e appartenenti al periodo rimosso della sua infanzia"³⁵. Mediante questo lavoro, il transfert è un ottimo strumento della cura analitica.

Il sogno. L'antichità classica vedeva i sogni come profezie, mentre per la scienza moderna non erano altro che superstizioni. Freud porta all'interno della scienza i sogni, perché essi hanno qualcosa da comunicare. La struttura del sogno si compone di due livelli di contenuto: il primo livello di contenuto manifesto, quello che si ricorda; il secondo livello di contenuto latente, cioè quel senso del sogno che la persona non sa riconoscere e che lo psicoanalista cerca di portare alla coscienza. Per Freud il contenuto latente è il vero significato del sogno; mentre quello manifesto è soltanto una maschera, che la persona adopera proprio per mascherare quel contenuto latente. Nelle radici dei sogni si trovano impulsi nascosti, la realizzazione cioè di un desiderio, che la coscienza giudica vergognoso e che era stato rimosso proprio

³⁵ Giovanni Reale – Dario Antiseri, *la filosofia nel suo sviluppo storico*, Ed La Scuola, 1994, Brescia. Cfr. anche: Wilhelm Arnold e coll., *dizionario di psicologia*, ed. Paoline ,Cinisello Balsamo,1986; Emilio Morselli, *dizionario di filosofia e scienze umane*, Carlo Signorelli Editore, 1997.

dalla coscienza e collocato nella parte più recondita, cioè l'inconscio.

La psicologia analitica di Carl Gustav Jung (1875-1961)

Dopo un periodo di studio e di collaborazione con Freud, Jung se ne allontana e propone un sistema di idee psicologiche, che egli chiama “psicologia dei complessi” o anche “psicologia analitica”. Con il termine “complesso”, egli indica un gruppo di contenuti psichici, che, dalla coscienza passa nell'inconscio, dove continuano a sopravvivere, influenzando la nostra condotta. Come arriva a questa conclusione? Mediante le associazioni di parole. Ad una parola il soggetto deve rispondere associandone un'altra. Il tempo di reazione della risposta muta da parola a parola e muta anche l'atteggiamento della persona. Più la reazione è esitante, più essa è indice di complessi inconsapevoli. La sua scoperta fondamentale è “l'inconscio collettivo”. La struttura è la seguente: coscienza, inconscio personale, inconscio collettivo. La coscienza rimuove contenuti che vuole reprimere, li scarica nell'inconscio individuale, generando complessi. La terza zona, che egli chiama “Inconscio collettivo” è la sede in cui sono situati gli archetipi, cioè le immagini inconsce dell'istinto stesso, che sono gli schemi del comportamento istintivo. Un altro pilastro della psicologia analitica è dato la teoria dei “tipi psicologici”.

Jung classifica due tipi: l'introverso e l'estroverso. Può sembrare riduttiva, se non semplicistica, questa classificazione, ma è estremamente interessante notare come Jung si svincoli dalla esasperata teoria della sessualità di Freud, considerandola importante, ma non esasperatamente determinante. Accanto alle due alternative di estroversione e introversione, Jung individua quattro funzioni psichiche principali: sentimento, pensiero, sensazione e intuizione. Ognuna di queste indica un diverso modo di rapportarsi. Da ciò si possono definire almeno otto tipi psicologici principali:

- 1. Sentimentale Estroverso:** diplomatico, espansivo e molto socievole, si inserisce con estrema facilità in ogni tipo di gruppo.
- 2. Sentimentale Introverso:** taciturno, riservato, spesso malinconico, vive i sentimenti in modo esclusivo senza esprimerli all'esterno.
- 3. Pensatore Estroverso:** riformatore, moralizzatore, per lui contano solo i fatti concreti e poco o nulla le teorie.
- 4. Pensatore Introverso:** riflessivo, chiuso al mondo esterno, insegue pensieri astratti ed è del tutto indifferente all'oggetto.
- 5. Sensoriale Estroverso:** esteta, alla ricerca dei piaceri della vita, realista e gaudente, crede solo nei fatti concreti e tangibili.
- 6. Sensoriale Introverso:** animo da artista, per lui conta solo la

sua soggettività, attraverso la quale interpreta e si relaziona al mondo circostante.

7. Intuitivo Estroverso: opportunista, dinamico, guidato da uno spiccato senso degli affari e da una notevole carica di entusiasmo.

8. Intuitivo Introverso: sognatore, è colui che più di ogni altro crede nel potere dell'immaginazione.³⁶

Oltre a questi aspetti, soprattutto l'esasperata ricerca delle nevrosi nella sessualità, c'è anche l'idea di Dio a caratterizzare la distanza da Freud. Emblematica la risposta che Jung diede a un giornalista americano, che, durante un'intervista, gli chiese se fosse credente. Per tutta risposta Jung disse: "Non ho bisogno di credere in Dio. Lo conosco"³⁷. Freud, analizzando il sistema ideato da Jung, asserì: "Ciò di cui gli Svizzeri andavano così fieri, altro non era che la modificazione teorica della Psicoanalisi ottenuta respingendo il fattore della sessualità"³⁸. Jung, da parte sua, non volle affatto negare la sessualità nella vita psichica: "quel che io cerco è di stabilire dei confini alla sfrenata terminologia sul sesso che vizia tutte le discussioni sulla psiche umana e mettere la sessualità stessa nel suo posto più adatto. Il senso comune tornerà sempre al fatto che la sessualità è soltanto uno degli istinti

³⁶ Daniela TOSI, guida pratica alla psicologia e test psicologici, ed. Orsa Maggiore, 1995

³⁷ Giovanni Reali – Dario Antiseri, la filosofia nel suo sviluppo storico, Ed. La scuola, 1994, Brescia, p.603

³⁸ Ibidem

biologici, soltanto una delle funzioni psicofisiologiche, benché senza dubbio molto importante e di grandissima portata”³⁹

OPERE

1. *Studi psichiatrici*, trad. di Guido Bistolfi, consulenza di Mario Moreno, 1970, 1992², 1997, ISBN 8833901343 ISBN 8833910571 ISBN 9788833910574

1. Psicologia e patologia dei cosiddetti fenomeni occulti (1902)
2. Paralessia isterica (1904)
3. Criptomnesia (1905)
4. Squilibrio affettivo maniacale (1903)
5. Caso di stupore isterico in una detenuta in carcere preventivo (1902)
6. Simulazione di malattia mentale (1903)
7. Perizia medica su un caso di simulazione di malattia mentale (1904)
8. Superperizia su due perizie psichiatriche contraddittorie (1906)
9. La diagnostica psicologica del fatto (1905)

³⁹ Ibidem

2.1. *L'associazione verbale negli individui normali*, trad. di Irene Bernardini, con la collaborazione di Ermanno Sagittario, 1984, 1998 ISBN 8833910784 ISBN 9788833910789

1. Ricerche sperimentali sulle associazioni di individui normali
(in collaborazione con **Franz Riklin**) (1904-05)

2.2. *Ricerche sperimentali*, 1987, 1992, ISBN 8833904016 ISBN 8833910792 ISBN 9788833910796

1. Analisi delle associazioni di un epilettico (1905)
2. I tempi di reazione nell'esperimento associativo (1905)
3. Osservazioni sperimentali sulla facoltà di memoria (1905)
4. La diagnosi psicologica del fatto (1905)
5. Il significato psicopatologico dell'esperimento associativo (1900)
6. Psicoanalisi ed esperimento associativo (1906)
7. Notizie statistiche sul reclutamento (1906)
8. Associazione, sogno e sintomo isterico (1906)
9. Disturbi di riproduzione nell'esperimento associativo (1907)
10. Fenomeni psicofisici concomitanti nell'esperimento associativo (1907)
11. Ricerche psicofisiche col galvanometro e il pneumografo in individui normali e malati di mente (in collaborazione con Frederick Peterson) (1907)

12. Altre ricerche sul fenomeno galvanico e la respirazione in individui normali e malati di mente (in collaborazione con Charles Ricksher) (1907)
13. Le nuove vedute della psicologia criminale (1908)
14. Il metodo associativo (1909)
15. La costellazione familiare (1909)
16. I metodi di ricerca nella Clinica psichiatrica di Zurigo (1910)
17. Sulla dottrina dei complessi (1911)
18. La diagnostica psicologica del fatto in un processo in assise (1937)

3. *Psicogenesi delle malattie mentali*, trad. di Lucia Personeni e Luigi Aurigemma, 1971, 1999, 2000²ISBN 883390136X ISBN 9788833901367 ISBN 8833911721 ISBN 9788833911724

1. *Psicologia della dementia praecox* (1907)
2. *Il contenuto della psicosi* (1908/1914)
3. *Sulla comprensione psicologica di processi patologici* (1914)
4. *Critica a Bleuler, Teoria del negativismo schizofrenico* (1911)
5. *Importanza dell'inconscio in psicopatologia* (1904)
6. *Il problema della psicogenesi nella malattia mentale* (1919)

7. Malattia mentale e psiche (1915)
 8. Psicogenesi della schizofrenia (1939)
 9. Nuove considerazioni sulla schizofrenia (1957/1959)
 10. La schizofrenia (1958)
4. *Freud e la psicanalisi*, trad. di Lucia Personemi e Silvano Daniele, consulenza di Eleonora D'Agostino Trevi, 1973, 1996², 1998, ISBN 8833900606 ISBN 9788833900605 ISBN 8833911020 ISBN 9788833911021

1. La teoria freudiana dell'isteria: replica alla critica di Aschaffenburg (1906)
2. La teoria freudiana dell'isteria (1908)
3. L'analisi dei sogni (1909)
4. Contributo alla psicologia della diceria (1910)
5. Contributo alla conoscenza del sogno di numeri (1911)
6. Recensione critica a M. Prince, *Il meccanismo e l'interpretazione dei sogni* (1911)
7. A proposito di una critica della psicoanalisi (1910)
8. Psicoanalisi (1912)
9. Saggio di esposizione della teoria psicoanalitica (1913)
10. Aspetti generali della psicoanalisi (1913)
11. Sulla psicoanalisi (1916)

12. Questioni attuali di psicoterapia: carteggio Jung-Löy (1914)
 13. Prefazione ai *Collected Papers on Analytical Psychology* (1916)
 14. L'importanza del padre nel destino dell'individuo (1909/1949)
 15. Prefazione a W. H. Kranefeldt, *La psicoanalisi* (1930)
 16. Il contrasto tra Freud e Jung (1929)
5. *Simboli della trasformazione. Analisi dei prodromi di un caso di schizofrenia*, trad. di Renato Raho, 1970, 1976², 1994³, 2002 ISBN 8833906736 ISBN 8833901378 ISBN 9788833906737

1. Simboli della trasformazione (1952). Ed. definitiva di *Trasformazione e simboli della libido* (1912)
6. *Tipi psicologici*, trad. di Cesare Musatti e Luigi Aurigemma, 1969, 1988², 1996, ISBN 8833909662 ISBN 8833901386 ISBN 9788833909660

1. Tipi psicologici (1921), con in appendice:
2. Sulla questione dei tipi psicologici (1913)
3. Tipi psicologici (1925)
4. Tipologia psicologica (1928)
5. Tipologia psicologica (1936)

7. *Due testi di psicologia analitica*, 1991, 1993, ISBN 8833901394 ISBN 9788833907581

1. Psicologia dell'inconscio (1917/1943)

2. L'io e l'inconscio (1928)

3. Vie nuove della psicologia (1912)

4. La struttura dell'inconscio (1916)

5. Adattamento (1916)

6. Individuazione e collettività (1916)

8. *La dinamica dell'inconscio*, trad. di Silvano Daniele, consulenza di Mario Trevi, 1976, 1994, 1996², ISBN 8833908399 ISBN 8833901408 ISBN 9788833908397

1. Energetica psichica (1918)

2. La funzione trascendente (1957/1958)

3. Considerazioni generali sulla teoria dei complessi (1934)

4. Il significato della costituzione e dell'eredità in psicologia (1919)

5. Determinanti psicologiche del comportamento umano (1937)

6. Istinto e inconscio (1919)

7. La struttura della psiche (1927/1931)

8. Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche (1947/1954)

9. Considerazioni generali sulla psicologia del sogno (1916/1948)
10. L'essenza dei sogni (1945/1948)
11. I fondamenti psicologici della credenza negli spiriti (1910/1948)
12. Spirito e vita (1916)
13. Il problema fondamentale della psicologia contemporanea (1931)
14. Psicologia analitica e concezione del mondo (1928/1931)
15. Realtà e surrealtà (1933)
16. Gli stadi della vita (1930/1931)
17. Anima e morte (1934)
18. La sincronicità come principio di nessi acausali (1951)
19. **Appendice:** La sincronicità (1951)

9.1. *Gli archetipi e l'inconscio collettivo*, trad. di Lisa Baruffi, 1980, 1992², 2000, ISBN 8833901416 ISBN 8833910199 ISBN 9788833910192

1. Gli archetipi dell'inconscio collettivo (1934/1954)
2. Il concetto d'inconscio collettivo (1936)
3. Sull'archetipo, con particolare riguardo al concetto di Anima (1936/1954)

4. Gli aspetti psicologici dell'archetipo della Madre (1938/1954)
5. Sul rinascere (1940/1950)
6. Psicologia dell'archetipo del Fanciullo (1940)
7. Aspetto psicologico della figura di Core (1941)
8. Fenomenologia dello spirito nella fiaba (1946/1948)
9. Psicologia della figura del Briccone (1954)
10. Coscienza, inconscio e individuazione (1939)
11. Empirica del processo d'individuazione (1933-50)
12. Simbolismo del mandala (1950)
13. Che cosa sono i mandala (1955)

9.2. *Aion. Ricerche sul simbolismo del sé*, trad. di Lisa Baruffi e Silvano Daniele, 1982, 2001², 2002, ISBN 8833901424 ISBN 8833910202 ISBN 9788833910208

1. *Aion: ricerche sul simbolismo del Sé* (1951)

10.1. *Civiltà in transizione. Il periodo fra le due guerre*, 1985, 1992², 1998, ISBN 8833900320 ISBN 8833910652 ISBN 9788833910659

1. Sull'inconscio (1918)
2. La donna in Europa (1927)
3. Anima e terra (1917/1931)
4. Il problema amoroso dello studente (1918)

5. La "riga" svizzera nello "spettro" europeo (1928)
6. Il problema psichico dell'uomo moderno (1928/1931)
7. Psicologia americana (1930)
8. Recensioni a Keyserling, *America: nascita di un nuovo mondo* e *La rivoluzione mondiale* (1930-34)
9. L'uomo arcaico (1931)
10. Presentazione del direttore del *Zentralblatt für psychotherapie* (1933-35)
11. Il significato della psicologia per i tempi moderni (1933/1934)
12. Situazione attuale della psicoterapia (1934)
13. Attualità: replica all'articolo del dottor Bally, *Terapia di ceppo tedesco* (1934)
14. Contributo a una discussione sulla psicoterapia (1935)
15. Discorsi ai Congressi di psicoterapia (VIII, IX, X) (1935-38)
16. Wotan (1936)
17. Psicologia e problemi nazionali (1936)
18. Il mondo sognante dell'India (1939)
19. Quel che l'India può insegnarci (1939)
20. Psicologia analitica e arte poetica (1922)
21. Psicologia e poesia (1930/1950)
22. *L'Ulisse*: un monologo (1932)

23. Picasso (1932)

10.2. *Civiltà in transizione. Dopo la catastrofe*, 1986, 1993²,
1998, ISBN 8833900614 ISBN 8833910660 ISBN
9788833910666

1. Ritorno alla vita semplice (1941)

2. Dopo la catastrofe (1945)

3. Commenti sulla storia contemporanea (1945)

4. La lotta con l'Ombra (1946)

5. Contributi ai *Saggi di storia contemporanea* (1946)

6. Tecniche di trasformazione dell'atteggiamento mentale in
vista della pace nel mondo (1948)

7. Presente e futuro (1957)

8. Un mito moderno: le cose che si vedono in cielo (1958)

9. La coscienza morale dal punto di vista psicologico (1958)

10. Introduzione a [Toni Wolff](#), *Studi sulla psicologia di C.
G. Jung* (1959)

11. *Psicologia e religione*, trad. di Elena Schanzer e Luigi
Aurigemma, 1979, 1992², 2000, ISBN 8833907228 ISBN
[9788833907222](#)

Sezione prima - Religioni occidentali

1. *Psicologia e religione* (1938/1940)

2. In merito a *Psicologia e religione* (1940)

3. Saggio d'interpretazione psicologica del dogma della Trinità (1942/1948)
4. Il simbolo della trasformazione nella messa (1942/1954)
5. Prefazione a V. White, *Dio e l'inconscio* (1951)
6. Prefazione a Z. Werblowsky, *Lucifero e Prometeo* (1951)
7. Fratel Klaus (1933)
8. I rapporti della psicoterapia con la cura d'anime (1932)
9. Psicoanalisi e direzione spirituale (1928)
10. Risposta a Giobbe (1951)
11. A proposito di *Risposta a Giobbe* (1951)
12. A proposito di *Risposta a Giobbe* (1952)
13. Risvolto di copertina per *Risposta a Giobbe* (1952)
14. Risposta a Martin Buber (1952)
15. Bene e male nella psicologia analitica (1959)
16. Sul problema del simbolo di Cristo (1953)
17. Da una lettera a un teologo protestante (1943)
18. Lettera a "The Listener" (1960)

Sezione seconda - Religioni orientali

1. Commento psicologico al *Libro tibetano della grande liberazione* (1954)
2. Commento psicologico al *Bardo Thödol* (1935/1953)
3. Lo yoga e l'Occidente (1936)

4. Prefazione a D. T. Suzuki, *La grande liberazione. Introduzione al buddhismo zen* (1939)
5. Psicologia della meditazione orientale (1943)
6. Santi indiani. Prefazione a H. Zimmer, *La via del Sé* (1944)
7. Prefazione a *I Ching* (1950)
8. Su K. E. Neumann, *I discorsi di Gautama Buddha* (1955)
12. *Psicologia e alchimia*, trad. di Roberto Bazlen, revisione di Lisa Baruffi, 1981, 1992², 2001, ISBN 8833907198 ISBN 8833909115 ISBN 9788833909110

1. Psicologia e alchimia (1944)

13. *Studi sull'alchimia*, trad. di Maria Anna Massimello, 1988, 1989², 2002, ISBN 8833904490 ISBN 8833910474 ISBN 9788833910475

1. Paracelso (1929)

2. Commento al *Segreto del fiore d'oro* (1929/1957)

3. Necrologio di Richard Wilhelm (1930)

4. Le visioni di Zosimo (1938/1954)

5. Paracelso come medico (1941)

6. Premessa a *Scritti su Paracelso* (1942)

7. Paracelso come fenomeno spirituale (1942)

8. Lo spirito Mercurio (1943/1948)

9. L'albero filosofico (1945/1954)

10. Premessa a un catalogo di alchimia (1946)
11. Alchimia e psicologia (1948)
12. Faust e l'alchimia (1949-50)

- 14.1. *Mysterium coniunctionis. Ricerche sulla separazione e composizione degli opposti psichici nell'alchimia*, vol. I trad. di Maria Anna Massimello, 1989, 2002, ISBN 8833905063 ISBN 8833906434 ISBN 9788833906430
 1. *Mysterium coniunctionis*, parte I (1955-56)
- 14.2. *Mysterium coniunctionis. Ricerche sulla separazione e composizione degli opposti psichici nell'alchimia*, vol. II trad. di Maria Anna Massimello, 1990, 2002, ISBN 883390573X ISBN 9788833906430
 1. *Mysterium coniunctionis*, parte II (1955-56)
15. *Psicoanalisi e psicologia analitica*, trad. di Silvia Stefani e Paolo Santarcangeli, 1991, 1997, ISBN 8833906051 ISBN 8833910415 ISBN 9788833910413
 1. Sigmund Freud come fenomeno storico-culturale (1931)
 2. Fondamenti della psicologia analitica (1935)
 3. La vita simbolica (1939)
 4. Sigmund Freud: necrologio (1939)
 5. Simboli e interpretazione dei sogni (1961)

16. *Pratica della psicoterapia*, trad. di Lisa Baruffi, 1981, 2002, ISBN 8833901440 ISBN 8833907880 ISBN 9788833907888

Sezione prima - Problemi generali di psicoterapia

1. Principi di psicoterapia pratica (1935)
2. Che cos'è la psicoterapia? (1935)
3. Alcuni aspetti della psicoterapia moderna (1930)
4. Scopi della psicoterapia (1931)
5. I problemi della psicoterapia moderna (1929)
6. Psicoterapia e concezione del mondo (1943)
7. Medicina e psicoterapia (1945)
8. La psicoterapia oggi (1945)
9. Questioni fondamentali di psicoterapia (1951)

Sezione seconda - Problemi specifici di psicoterapia

1. Il valore terapeutico dell'abreazione (1921/1928)
2. L'applicabilità pratica dell'analisi dei sogni (1934)
3. La psicologia della traslazione (1946)
4. **Appendice:** Scritti minori

17. *Lo sviluppo della personalità*, trad. di Rossana Leporati e Roberto Bazlen, 1991, 1999, ISBN 8833906418 ISBN 8833911624 ISBN 9788833911625

1. Conflitti dell'anima infantile (1909)

Prefazione a F.G.Wickes, *Il mondo psichico dell'infanzia*

2. Sviluppo ed educazione del bambino (1928)

3. Psicologia analitica ed educazione (1926/1946)

4. Il bambino dotato (1943)

5. Il significato dell'inconscio nell'educazione individuale (1928)

6. Il divenire della personalità (1934)

7. Il matrimonio come relazione psicologica (1925)

18. *La vita simbolica*, trad. di Rossana Leporati, Maria Anna Massimello ed Enrica Matta, 1993, 1999, ISBN 8833908097 ISBN 8833912019 ISBN 9788833912011

Scritti miscellanei a integrazione dei volumi 1, 3-5, 8-11, 17

1. Studi psichiatrici (scritti 1905-57)

2. Psicogenesi delle malattie mentali (scritti 1908-55)

3. Freud e la psicoanalisi (scritti 1901-53)

4. Simboli della trasformazione (scritti 1910-11)

5. La dinamica dell'inconscio (scritti 1914-63)

6. Gli archetipi e l'inconscio collettivo (scritti 1932-59)

7. Civiltà in transizione (scritti 1910-61)

8. Psicologia e religione (scritti 1944-58)

9. Lo sviluppo della personalità (scritti 1919-58)

LA DIMENSIONE MISTAGOGICA NEL PROCESSO DI FORMAZIONE

Prima di introdurre l'argomento, è opportuno soffermarsi su alcuni aspetti che riguardano: a) la memoria e le sue strategie; b) la motivazione; c) il rinforzo.

La memoria

La memoria, come qualsiasi organo e apparato, segue la legge dello sviluppo e del conseguente decadimento. Può essere definita come la proprietà di conservare una traccia delle modificazioni, provocate da stimoli esterni. Si sviluppa fundamentalmente nei primi anni dell'età evolutiva, nelle diverse fasi di sviluppo del bambino. L'attività umana e l'intelligenza stessa poggiano su questa fondamentale attività della mente, alla quale si lega il processo di apprendimento, mediante quattro sequenze mnestiche: *la registrazione, la fissazione, la connessione (archiviazione), la rievocazione*. Affinché si possano attuare questi quattro momenti, occorrono delle particolari condizioni neurofisiologiche e neurochimiche. La *registrazione* consiste nell'incamerare nella nostra traccia mnestica tutte le informazioni che provengono dal mondo esterno. Il momento successivo è

quello della *fissazione*, mediante la quale cerchiamo di fissare le informazioni nella traccia, operando anche una selezione. Il terzo momento è quello della *connessione*, cioè l'archiviazione dei dati. Ciò consente al nostro cervello di accedere a ipotetici cassette mentali, nei quali sono state selezionate tutte le informazioni. Il quarto momento è quello della *rievocazione*, cioè l'atto di richiamare alla memoria le informazioni registrate fissate e archiviate. Ciò è quanto accade nel nostro cervello. Quando parliamo di memoria, bisogna tenere presenti i seguenti punti: a) ciò che si ricorda; b) come si ricorda; c) quanto tempo si ricorda. Per quanto attiene al primo punto, va detto che l'individuo non ricorda tutto quello che percepisce, ma la memorizzazione dei fatti dipende da alcune variabili sia di natura neurofisiologica, che psicologica e comportamentale, che incidono notevolmente sulla qualità degli eventi da ricordare. Per quanto riguarda il secondo punto, come si ricorda, ciò può essere spiegato in termini di meccanismi neurofisiologici e processi biochimici, che si attivano nelle aree preposte alla memoria. Per quanto concerne il punto terzo, per quanto tempo si ricorda, vanno distinti due tipi di memoria: *memoria a breve termine* e *memoria a lungo termine*, che vengono regolati dalle informazioni in entrata e da quelle in uscita. Come accade che gli individui non ricordano? Nel 1885 Ebbinghaus studiò il tempo di ritenzione della memoria e arrivò alla conclusione che un'informazione dopo 24-48 ore viene

ritenuta in memoria nella misura del 20%. Le cause per cui un individuo dimentica possono essere indicate nelle seguenti:

- a) decadimento spontaneo: l'informazione, una volta raggiunta le aree preposte alla memoria, dopo qualche tempo, cade spontaneamente;
- b) distorsione della traccia mnestica, nel modo in cui si fissa dentro di noi la traccia dell'esperienza passata.
- c) interferenze di altre attività didattica o di apprendimenti, che si sostituiscono parzialmente alle tracce precedenti;
- d) rimozione, cioè l'oblio prodotto dal soggetto stesso come meccanismo di difesa.

Le strategie

Tra le strategie che aiutano il processo di memorizzazione, possiamo ricordare: a) l'interesse; ricordiamo maggiormente le cose che destano un certo interesse; b) la natura materiale. Questa, nel ricordo, prevale su un enunciato teorico e astratto; c) tonalità emotiva: si ricorda meglio ciò che è piacevole e che non è legato a una situazione ansiogena; d) l'interruzione di un compito; e) la posizione seriale; f) l'organizzazione. Queste strategie le mettiamo in atto tutte le volte che ci troviamo ad affrontare un compito, per rievocare una situazione passata o recente. Alcune strategie sono anche personali, nel senso che una persona può

trovare strategie adatte per la soluzione di un problema, per portare a compimento un determinato compito.

La memoria e la dimensione dello spirito

Per capire l'importanza della memoria nella dimensione dello Spirito, il maestro che ci guida in questa ricerca è Sant'Agostino. Il capitolo 10° delle confessioni è quasi interamente dedicato alla memoria. Agostino distingue una *memoria sensitiva* da una *memoria spirituale*. La memoria sensitiva è quella che deriva appunto dai sensi, come abbiamo già affermato in precedenza. Per quanto riguarda memoria spirituale, la domanda che ci poniamo è questa: da dove proviene il ricordo di contenuti spirituali, che non possono essere trasmessi con i sensi? Il Profeta Geremia racconta in questi termini la propria vocazione: “⁴ Mi fu rivolta questa parola del Signore: ⁵ «Prima di formarti nel grembo materno, ti ho conosciuto, prima che tu uscissi alla luce, ti ho consacrato; ti ho stabilito profeta delle nazioni». ⁶ Risposi: «Ahimè, Signore Dio! Ecco, io non so parlare, perché sono giovane». ⁷ Ma il Signore mi disse: «Non dire: “Sono giovane”. Tu andrai da tutti coloro a cui ti manderò e dirai tutto quello che io ti ordinerò. ⁸ Non aver paura di fronte a loro, perché io sono con te per proteggerti». Oracolo del Signore. ⁹ Il Signore stese la mano e mi toccò la bocca, e il Signore mi disse: «Ecco, io metto le mie parole sulla tua bocca». (Ger 1,4-9). Leggiamo anche la

vocazione del Profeta Isaia: “¹ Ascoltatemi, o isole, udite attentamente, nazioni lontane; il Signore dal seno materno mi ha chiamato, fino dal grembo di mia madre ha pronunciato il mio nome. ² Ha reso la mia bocca come spada affilata, mi ha nascosto all’ombra della sua mano, mi ha reso freccia appuntita, mi ha riposto nella sua faretra. ³ Mi ha detto: “Mio servo tu sei, Israele, sul quale manifesterò la mia gloria”. ⁴ Io ho risposto: “Invano ho faticato, per nulla e invano ho consumato le mie forze. Ma, certo, il mio diritto è presso il Signore, la mia ricompensa presso il mio Dio”. ⁵ Ora ha parlato il Signore, che mi ha plasmato suo servo dal seno materno per ricondurre a lui Giacobbe e a lui riunire Israele – poiché ero stato onorato dal Signore e Dio era stato la mia forza – ⁶ e ha detto: “È troppo poco che tu sia mio servo per restaurare le tribù di Giacobbe e ricondurre i superstiti d’Israele. Io ti renderò luce delle nazioni, perché porti la mia salvezza fino all’estremità della terra”. Dalla lettura e da un’attenta analisi della vocazione dei due Profeti, si evince la forte motivazione a mettersi al servizio della causa di Dio e del popolo d’Israele, un servizio stabilito da Dio fin dal grembo materno. E’ la vocazione di Isaia e di Geremia, che ritorna alla memoria spirituale e diventa speranza per il popolo, impegno per il popolo e per il Signore, strumento di liberazione dall’oppressione. Che cosa avrebbero potuto dire i due Profeti, se non avessero avuto memoria di sé e della loro vocazione? In

questi termini la memoria diventa speranza, come insegna San Giovanni della Croce, e la speranza diventa azione e azione di Grazia. È dunque importante questo assunto per il credente, perché ci fa comprendere anche l'importanza della memoria nella preghiera; anzi la preghiera si avvale proprio della memoria per attuare quell'itinerario del cuore verso Dio. È singolare l'approccio di Agostino alla memoria in riferimento alla *“memoria della dimenticanza”*. A tale proposito nelle confessioni scrive: *“ciò che ricordiamo lo riteniamo con la memoria; ma se non ricordassimo la dimenticanza, non potremmo mai, sentito questo nome, riconoscere ciò che esso significa. Se è così, la memoria trattiene la dimenticanza. È dunque presente, per non dimenticare ciò che con la sua presenza ci fa dimenticare. Si capisce forse di qui che la dimenticanza non è presente nella memoria per se stessa, quando la ricordiamo, ma per una sua immagine, perché se la dimenticanza fosse presente per se stessa, non potremmo ricordare, bensì dimenticheremmo. È un enigma: chi potrà mai indagare questo fatto? Chi potrà mai comprendere come stanno le cose. Io almeno, Signore, mi arrovello su questo punto, mi arrovello dentro di me. Sono diventato per me un terreno aspro e che mi fa sudare abbondantemente. Giacché adesso non andiamo scrutando le regioni del cielo o misurando gli intervalli delle stelle o cercando quanto pesa la terra: sono io che ricordo, io spirito. Nessuna meraviglia se è lontano da me ciò*

che io non sono. Ma che cos'è più vicino a me di me stesso? Ed ecco che non comprendo la natura della mia memoria, benché senza di essa non possa nominare neppure me stesso. Che cosa mai dirò quando sono certo di ricordare la dimenticanza? Dirò che non c'è nella mia memoria ciò che ho ricordato? O dirò che la dimenticanza è nella mia memoria perché non dimentichi? Due ipotesi ugualmente assurde”⁴⁰. La risposta a questo interrogativo l'ha trovata Agostino stesso, quando dice: *sono io che ricordo, io spirito*. In questa direzione va la ricerca della memoria nella dimensione dello spirito. Facciamo un passo indietro, per riportare la memoria alla sua origine. Nel pensiero filosofico di Platone la memoria assume un ruolo decisivo, tanto che il filosofo elabora la teoria della *reminiscenza (anamnesi)* di idee preesistenti, per cui il conoscere è ricordare. Con Aristotele la memoria è un prodotto del *sinolo*, unione di materia e forma, di corpo e anima, attivata da elementi sensitivi e protende verso immagini spirituali. Tutto il processo filosofico e teologico della patristica e della scolastica si rifà a Platone e Aristotele. I pensatori del 1600-1700 studiano la memoria a seconda dell'ideologia materialistica o idealistica. Nel 1800 si sviluppa una scienza fisiologica e psicologica della memoria. Potremmo dire, con i mistici, che la memoria è lo strumento che permette

⁴⁰ Agostino, *Confessioni*, Libro X, cap.XVI,24, Edizioni PIEMME, 1993, Casalmonferrato (AL), p. 232 ssg.

all'anima (al cuore) di percorrere la propria storia della salvezza e lasciarsi forgiare da Dio nell'atto contemplativo, come accade nella preghiera e nella preghiera intensa, quando si è concentrati su di essa e dopo aver allontanato ogni agente distrattore. Nella preghiera infatti, come afferma Santa Teresa D'Avila, è fondamentale che la memoria ricordi le verità di fede. Quando meditiamo e preghiamo, non siamo disgiunti dalla fede e dalle virtù teologali, ma abbiamo memoria di queste, per giungere a Dio. Quando dico "io credo", esprimo un atto di fede, che ritorna alla memoria e al cuore. Così quando recito il Rosario o qualunque altra preghiera, sempre ritorna alla mente e al cuore la memoria della mia fede. La memoria della fede diventa speranza di congiungermi con Dio e questa speranza si esprime e prende corpo mediante l'amore che si sprigiona in me nel pregare e contemplare Dio. Questo è il motivo per cui la preghiera deve scaturire dalla mia intimità con Dio e con la Trinità, Padre Figlio Spirito Santo, cui si perviene attraverso la concentrazione, dopo aver eliminato ogni pensiero "*vano, estraneo e perverso*". San Giovanni della Croce afferma infatti che nel rapporto uomo-Dio è richiesta "*la purificazione della memoria mediante l'esercizio della speranza, che brama Dio sommo bene, la sua beatitudine e i mezzi per conseguirla. La persona deve abbandonare tutti i ricordi attinenti ai valori terreni che non orientano subito a Dio e, perfino, vanno messe da parte i ricordi di esperienze*

soprannaturali (locuzioni, rivelazioni, visioni), pena l'irrequietezza, il perditempo a scapito della pace interiore. Si deve tendere all'unione amorosa con Dio in pura e integra speranza teologale. Poiché questa è strettamente relazionata alla memoria mentale, una persona desidererà il Sommo Bene e fiduciosamente, fondata sulla bontà e onnipotenza di Dio, attenderà maggiori mezzi per conseguire tale Bene quanto più cancellerà dalla sua memoria i ricordi dei beni terreni o soprannaturali, già posseduti goduti, che non la sospingono subito ed efficacemente all'unione con Dio".⁴¹ Ora si potrebbe obiettare che i mistici sono mistici e viaggiano su una dimensione altissima dello Spirito. Per quanto questa osservazione possa sembrare pertinente, tuttavia non ci esime, quali credenti, di percorrere i sentieri dello spirito, per tendere colà "dove si accende ogni lume di ragione"(Agostino). D'altra parte i contemplativi non sono solo quei santi che continuano ad esercitare il loro fascino attraverso la loro santità e la testimonianza alla Chiesa di Cristo, ma hanno applicato a se stessi la Parola di Dio, mediante le Scritture.

Il rinforzo

Rinforzo è qualcosa che viene dato, per stimolare nel soggetto delle risposte desiderate. I nostri apprendimenti sono basati sul

⁴¹L. Borriello, E. Caruana, M. R. Del Genio, N. Suffi, *Dizionario in mistica*, Libreria editrice Vaticana, 1998, Città del Vaticano, p. 808

rinforzo o da questo incentivati. Per spiegare ciò, procediamo con due esempi: a) volendo insegnare ad un bambino di tre anni una capriola, gli faremo vedere praticamente come si fa una capriola e poi lo inviteremo a seguire l'esempio. In un primo momento egli metterà le mani e la testa atterra, ma difficilmente eseguirà la nostra consegna. Occorrerà somministrare un rinforzo ad ogni sequenza esatta della capriola. Questa tecnica è chiamata anche *modellamento*; b) per insegnare a un bambino a pedalare, potremmo semplicemente fargli osservare, con dimostrazione pratica e con linguaggio appropriato, che se fa un giro completo di pedale, sarà in grado di andare più veloce. Naturalmente sarà difficile riuscire al primo tentativo, ma con un po' di dedizione e dopo qualche tentativo, la cosa si risolverà. Appare chiaro che il rinforzo non si applica solo agli apprendimenti attraverso gli stimoli che provengono dal mondo esterno, ma trova la sua validità anche per quanto riguarda gli stimoli che provengono da noi stessi, dalla nostra facoltà mentale, psichica e spirituale. Questo aspetto assume una connotazione particolare se l'applichiamo alla preghiera o alla confessione o alla meditazione. Quando facciamo bene le cose o quando abbiamo un input che proviene dal di dentro, ci sentiamo incoraggiati a proseguire in quella ricerca. È un meccanismo della mente, ma trova la sua applicazione nella sfera dello Spirito.

La motivazione

Nel processo di apprendimento, la motivazione è fondamentale. Potremmo dire che essa è ciò che spinge l'organismo e lo sostiene. Alla motivazione sono legati tre bisogni: a) *bisogni primari*, che si riferiscono alla sopravvivenza dell'individuo; b) *bisogni secondari*, legati alle scelte ambientali e culturali. Questi bisogni si riferiscono alla crescita umana e sociale dell'uomo; c) *Bisogni di espansione dell'io* che si possono riscontrare nella ricerca di sicurezza, espressività, equilibrio. In tutto ciò che facciamo la motivazione riveste un ruolo determinante e indispensabile, sia per quanto riguarda gli aspetti esteriori del nostro agire, sia per quanto riguarda quelli interiori, cioè i percorsi dello spirito. Possiamo dire che il risultato di un'azione interna o esterna è proporzionato al grado di motivazione che spinge l'individuo a compiere quell'azione. Per quanto riguarda l'argomento che stiamo trattando, la motivazione interiore assume un ruolo caratteristico, in quanto si tratta di una formazione all'interiorità, in cui vanno ripercorsi sentieri che già conosciamo o sentieri inesplorati, come abbiamo avuto modo di approfondire sia nelle lezioni precedenti, sia a proposito della memoria.

Cap VI

LA PRATICA DEL TESTO MISTICO

Fissati alcuni assunti propri della psicologia, oltre che della filosofia, cerchiamo adesso di introdurre un argomento di grande importanza per la nostra crescita spirituale: *la pratica del testo mistico*. Cominciamo col dire che i testi mistici sono tutti quei testi, che istruiscono l'uomo nella ricerca di Dio. Il testo mistico per eccellenza è sicuramente la Bibbia, che, oltre a contenere la storia della salvezza, ci orienta nella ricerca di Dio, attraverso la sua Parola. La proposta educativa riferita alla pratica del testo mistico, ripercorre i temi classici della mistica cristiana, da San Paolo⁴² mistico a Origene a Agostino d'Ippona, a Tommaso d'Aquino, ai mistici del XVI secolo Ignazio di Loyola, Giovanni della Croce, Teresa d'Avila, ai contemporanei Jacques e Raissa Maritain, Teresa Benedetta della Croce, per citarne solo alcuni. La metodologia di riferimento può, a ragione, essere definita come pratica pedagogica. A svolgere tale pratica è chiamato colui che (l'esercitante) intende ordinare la propria vita, secondo il modello proposto da Ignazio di Loyola, per modificare se stesso,

⁴² G.De Gennaro, E.C.Salzer, *Letteratura mistica:San Paolo mistico*, Città del Vaticano, Libreria Editrice vaticana,1999. Degli stessi autori:Letteratura mistica: l'evangelista mistico, Città del Vaticano, Libreria Editrice Vaticana, 2001.

i propri atteggiamenti, i comportamenti. La pratica del testo mistico e la ricerca sui testi costituiscono, infatti, il modello pedagogico ignaziano,⁴³ che viene messo in relazione ad altre metodologie. Ciò che maggiormente colpisce di questa proposta educativa, come abbiamo già riferito, è la volontà con cui l'esercitante inizia il suo percorso: dalla diffidenza iniziale alla condivisione della proposta, dopo averne assaporato i primi frutti. A ciò si perviene mediante la meditazione e il lavoro quotidiano sui testi sacri (sempre le letture canoniche del messale), cui viene dedicata un'ora preferibilmente al mattino. Questa pratica potrebbe essere considerata avulsa dal tema che si sta trattando, cioè la famiglia, ma la nostra ricerca va nel senso della formazione e autoformazione, per stare bene in un rapporto di coppia e in famiglia. Il beneficio che riceve l'esercitante si riversa così su tutti gli altri membri della famiglia, fino a rimuovere, in molti casi, quei conflitti che nascono dall'interno della persona. La pratica del testo mistico inizia la sera prima del riposo, in base alle istruzioni studiate e impartite dall'Università della Preghiera dell'Aquila: a) si leggono le letture del giorno dopo e si fissano i punti da prendere in esame. L'illustrazione dei punti viene fatta generalmente dall'esercitante; ma chiunque, ben preparato nell'esercizio, può tracciarli per la riflessione. Nel suo intervento

⁴³ Antonio Spadaro, *Il modello pedagogico ignaziano*, in "La Civiltà Cattolica", 2007, 3760, pp. 338-351

al già citato convegno internazionale “Orationis Millennium” (L’Aquila, 2000), il Card. Carlo Maria Martini suggerisce otto parole chiave per la pratica del testo biblico: “*lectio, meditatio, contemplatio, oratio, consolatio, discretio, deliberatio, actio*”⁴⁴. Dalla lettura del brano si ricavano la sua struttura e gli elementi portanti, su cui l’esercitante deve soffermarsi e rispondere alla domanda: “*che cosa mi dice questo brano?*”. Attraverso la *meditatio* si ricercano i messaggi del testo. Il passaggio successivo è quello della *contemplatio*, il “*momento in cui ci mettiamo di fronte al mistero da cui è nato il brano biblico, al mistero di Dio Amore, al mistero di Cristo e dello Spirito diffuso e operante nella storia. Allora il brano parla a me, per me, non più soltanto un veicolo di messaggi generali*”⁴⁵. Il passaggio successivo è l’*oratio*, in cui inizia il dialogo con Gesù, “*partendo dal testo, mediante la lode, il rendimento di grazie, la domanda*”. Con la *consolatio* “*si sperimenta nel cuore gioia e affinità con gli atteggiamenti evangelici proposti dal messaggio del testo, si avverte il tocco di Dio*”⁴⁶. Attraverso la *discretio* (discernimento), si coglie “*con chiarezza la differenza tra valori e disvalori, valori evangelici e contraffazioni*”⁴⁷. Il momento della *deliberatio* conduce l’esercitante alla scelta di “*azioni e stili di vita*

⁴⁴ Carlo Maria Martini (1927 – 2012), *La pratica del testo biblico*, in G. De Gennaro (a cura di), *I quattro universi del discorso, atti del congresso internazionale Orationis Millennium*, L’Aquila 24-30 Giugno 2000, Roma, 2002, città del Vaticano, Libreria Editrice Vaticana, p.231

⁴⁵ Ivi

⁴⁶ Ivi

⁴⁷ Ivi

pienamente conformi al Vangelo". Il passaggio successivo, l'ultimo, è quello dell'*actio*, che ci porta a *"compiere concretamente un'azione che cambia il cuore, converte la vita"*. Edith Stein suggerisce un momento particolare della giornata per raccogliersi e meditare: *"Non dovrebbe forse essere realmente possibile trovare un'ora di mattina in cui non ci si disperda, ma anzi ci si raccolga, in cui non ci si esaurisca, ma anzi si acquisti forza, per combattere tutta la giornata? Ma certamente serve più di un'ora: si deve vivere nelle ore successive a partire da quell'ora, in modo da poter tornare indietro"*⁴⁸. Tale raccoglimento in sé è meditazione e preghiera, come indicato da Carlo Maria Martini. La pratica del testo mistico, nel suo divenire ed essere preghiera, va vista anche nella dimensione fenomenologica, in quanto espressione della totalità dell'essere della persona in un rapporto empatico con Dio Amore. In questa direzione va anche il lavoro di Antonio Bellingreri sull'empatia: *"Ora la riduzione fenomenologia è una vera e propria conversione della coscienza, perché l'intuizione eidetica è scoperta come <offerta di senso>: punto di luce che, illuminando i fenomeni diversi, li rivela nella comune radice di senso"*⁴⁹. La fenomenologia di Husserl, infatti, si annuncia come *"ritorno alle cose stesse"*, nella loro totalità, che implica la ricerca

⁴⁸ Edith Stein (1891 – 1942), *La Mistica della Croce*, Roma, Città Nuova Editrice, 1985, p. 46

⁴⁹ Antonio Bellingreri, *Per una pedagogia dell'empatia*, Milano, Vita e Pensiero, 2005, p. 68

dell'essenza. Essa si presenta come scienza delle essenze, di quei modi in cui i fenomeni si manifestano alla coscienza e che implicano l'atto intenzionale, cioè la volontà. Vale a dire che la persona, in tutto ciò che fa, si trova sempre di fronte a una scelta, che si può pensare molto vicina alla scelta di vita, di cui parla Kierkegaard : *“ciò che in fondo mi manca, è di vedere chiaro in me stesso, di sapere ciò che io devo fare e non ciò che devo conoscere, se non nella misura in cui la conoscenza ha da precedere sempre l'azione. Si tratta di comprendere il mio destino, di vedere ciò che in fondo Dio vuole che io faccia, di trovare una verità che sia una verità per me, di trovare l'idea per la quale io voglio vivere o morire”*⁵⁰. La pratica del testo mistico nasce proprio dallo smarrimento dell'essere e dalla ricerca di senso da parte dell'uomo, che evidentemente da solo non ce la fa. Scrive G.De Gennaro: *“La scienza dell'uomo solo, senza radicamento nell'amore di Dio, è fittizio e conclude con la morte il suo percorso dove intelletto e volontà sono dissociati e non riescono a produrre conoscenza vivificante, proprio perché non sono radicati in Dio”*⁵¹. In questa fattispecie, dunque, la pratica del testo mistico assume una connotazione specifica, che è

⁵⁰ Soren Kierkegaard (1813 – 1855), *Diario 1834-1835* (a cura di C. Fabro), Brescia, Morcelliana,1980, p. 40

⁵¹ G.De Gennaro, E.C. Salzer, *Letteratura Mistica:San Paolo mistico*, Città del Vaticano, Libreria Editrice Vaticana, 1999,p.25

autoformazione, equilibrio, benessere per sé e per gli altri, autocontrollo, pace interiore; essa va, dunque, inquadrata nella dimensione educativa di rilevanza fondamentale per l'uomo

Cap, VII

FENOMENOLOGIA, EMPATIA, PREGHIERA

Domenica 15 Novembre 1964, al termine del ritiro spirituale mensile, un ragazzo di 14 anni pregava così: “Carissimo Gesù, voglio amarti ancora di più. Tu lo sai quanto io ti amo, ma questo di fronte a quello che voglio non è niente. Io vorrei consumarmi in amore per Te, come Tu ti sei consumato per noi. Vorrei immergere la mia anima nel tuo Amore e consumarmi in quella Teologia Mistica come faceva Santa Teresa la grande (S.Teresa d’Avila). Rinnovo sempre il mio proposito, e cioè quello di pregare bene. Non mi staccherò da questo proposito fino a quando non avrò imparato a pregare”. Quel ragazzo ero io.

Con questa comunicazione - testimonianza intendo percorrere le tappe della mia personale esperienza di preghiera, che mette in luce un percorso educativo e formativo in evoluzione. Potrebbe essere questa, fra tante, una probabile traccia verso il dialogo con Dio e la conoscenza del sé. Cercherò di attenermi, per quanto vi possa riuscire, alla ricerca fenomenologica.

Non mi soffermerò sui modi del pregare, ritenendo questa un’attività del tutto personale e che coinvolge l’uomo nel dialogo diretto con Dio, anche se Gesù ha lasciato agli Apostoli il modello di preghiera. Farò solo una brevissima riflessione. Il termine greco

euché, come riportato da Origene, sta a significare “preghiera”, deriva dal verbo greco *éuchomai* che significa “fare voto”, come accade in 1Sam 1,9-11. Anna, in lacrime, rivolge al Signore una preghiera: “ *Se darai alla tua serva un figlio maschio, io lo darò al Signore per tutti i giorni della sua vita e il rasoio non passerà sul suo capo*”. Ma l’espressione “fare voto” è comune nelle scritture, soprattutto nell’ A.T. ed è anche frequente in tutto il mondo classico, in cui il voto era considerata la massima espressione di ringraziamento o di propiziazione. Ora il termine *euché* significa anche “desiderio”, ciò che è una prerogativa dell’uomo e del cristiano, che attraverso la preghiera vorrebbe che fossero esauditi i suoi desideri, salvo a rimettersi nelle mani di Dio e fare la Sua volontà Gesù nell’orto prega: “ *Padre mio, se è possibile, passi da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!*” (Mt. 26,39). Sant’Agostino, a proposito della risurrezione di Lazzaro, afferma: “*Molti Giudei erano venuti da Marta e da Maria per consolarle del loro fratello. Marta appena seppe che arrivava Gesù, gli andò incontro, mentre Maria restò a casa. Marta disse a Gesù: Signore, se tu fossi stato qui mio fratello non sarebbe morto; ma anche adesso so che qualunque cosa domanderai a Dio, Dio te la concederà. Non disse ‘ti prego di resuscitare subito mio fratello’...Quindi disse soltanto: So che*

*puoi farlo, se vuoi; ma sei tu che devi giudicare se è il caso di farlo, non io”.*⁵²

La preghiera, dunque, è un aspetto fondamentale della vita dell'uomo, è un atto di coscienza, che assume un carattere esigenziale, permanendo nell'uomo un innato bisogno di trascendenza e l'esigenza di aprirsi all'infinito... Meister Eckhart definisce, infatti, l'uomo un *“finitum quod tendit ad infinitum”*. È proprio questo atto di coscienza che colloca la *oratio*, la pratica orante, nell'ambito della *fenomenologia*. Tra gli aspetti che vengono presi in considerazione dalla fenomenologia mi sembra di estrema importanza il concetto di *“ il – mondo – della - vita”*. *“Il mondo – della - vita, afferma Husserl, per noi che viviamo desti in esso, è già sempre per noi, è sempre il terreno di qualsiasi prassi, sia teorica che extra teorica... La vita è sempre un - vivere - la - certezza - del - mondo, un modo di attuarla... Tra gli oggetti del mondo della vita si trovano anche gli uomini che vivono nell'orizzonte comune del mondo e che si fanno appunto in questo mondo”*⁵³. Il-mondo-della-vita, dunque, è caratterizzato dalla intersoggettività. Nonostante che l'approccio metodologicamente corretto alla fenomenologia riguardi la coscienza individuale, tuttavia questo singolo lanciato nella vita è senz'altro un essere intersoggettivo, che condivide con gli altri gli strumenti, le

⁵² AGOSTINO, *commento al Vangelo di Giovanni*, 49,12-14

⁵³ Edmund HUSSERL (1859 – 1938), *la crisi della scienza e la fenomenologia trascendentale*, a cura di E.Paci, in AA.VV., *il testo filosofico*, v. 3/2, Milano, il Saggiatore, p. 141

opinioni, i linguaggi. È in questa condivisione che l'uomo trova se stesso, la sua vera identità. Questo aspetto è messo in risalto in modo efficace da Thomas Merton, uno dei maestri di spiritualità contemporanea: *“È dunque della massima importanza che consentiamo a vivere non per noi, ma per gli altri. Facendo così saremo innanzi tutto capaci di guardare in faccia le nostre limitazioni e di accettarle. Fino a quando ci adoriamo segretamente, tutte le nostre deficienze rimarranno a torturarci come una macchia che non si può nascondere. Se viviamo invece per gli altri, scopriamo a poco a poco che nessuno si aspetta da noi che siamo come dei... Ci vedremo creature umane come tutti gli altri; scopriremo di avere tutti debolezze e deficienze e che queste nostre limitazioni hanno una parte importantissima nella vita di ognuno di noi. Proprio per queste deficienze abbiamo bisogno degli altri e poiché non abbiamo tutti le stesse debolezze, possiamo aiutarci e completarci a vicenda, supplendo l'uno a quel che manca all'altro”*.⁵⁴

Husserl, che della fenomenologia è considerato il padre fondatore, presenta questo metodo come scienza della conoscenza, cioè un metodo o un percorso, che mira all'essenza delle cose, al “quid” che le caratterizza e che ne è l'elemento specifico.⁵⁵ Ora occorre porsi la domanda circa la natura del “quid” di questo

⁵⁴ Thomas MERTON(1915 – 1968), *Nessun uomo è un'isola*, Ed. Garzanti, 1998, Milano, p.19

⁵⁵ Cfr. Husserl, *L'idea della fenomenologia*, a cura di Elio Franzini, Ed. B. Mondadori, Milano, 1995

elemento che caratterizza le cose stesse e le fa essere quelle che effettivamente sono. La fenomenologia di Husserl, infatti, si annuncia come “*ritorno alle cose stesse*” nella loro totalità, e questo ritorno alle cose implica la ricerca dell’essenza. Essa si presenta, dunque, come scienza delle essenze, di quei modi in cui i fenomeni si manifestano alla coscienza e che implicano l’atto intenzionale, cioè la volontà. L’intenzionalità dell’atto trova, quindi, una sua dimensione precisa nella volontà. Vale a dire che in tutto ciò che faccio mi trovo a scontrare sempre con la mia volontà, mi trovo ad operare sempre una scelta, che possiamo definire molto vicina alla scelta di vita di cui parla Kierkegaard. Così, infatti, si esprime il filosofo nel diario: “*Ciò che in fondo mi manca, è di vedere chiaro in me stesso, di sapere ciò ch’io devo fare e non ciò che devo conoscere, se non nella misura in cui la conoscenza ha da precedere sempre l’azione. Si tratta di comprendere il mio destino, di vedere ciò che in fondo Dio vuole ch’io faccia, di trovare una verità che sia una verità per me, di trovare l’idea per la quale io voglio vivere e morire*”.⁵⁶ Questo sembra essere il punto nodale: “*trovare l’idea per la quale io voglio vivere e morire*”. Questa, che dovrebbe essere la domanda di senso da parte dell’uomo, soprattutto del mondo giovanile, diventa spesso un motivo per non scegliere, per restare

⁵⁶ Soren KIERKEGAARD, *Diario 1834-35*, a cura di G.Fabro, Morcelliana, Brescia, 1980, p. 40 s.

nell'indistinto, nel vago. A fare da supporto a questo pensiero è un passo del *De Rerum Natura* di Lucrezio⁵⁷, che viene commentato da Schopenhauer in la saggezza della vita – aforismi, che recita: *“Spesso uno si slancia fuori dalla sua ricca dimora, disgustato d’essere a casa propria; e subito vi ritorna, non sentendosi affatto meglio fuori. Corre, spingendo i suoi puledri a testa bassa nella corsa verso la sua fattoria, come volasse al soccorso della sua casa in fiamme: e sbadiglia di noia appena ne tocca la soglia, oppure, con la testa pesante, si rifugia nel sonno per cercarvi l’oblio, o si affretta a ritornare in città”*.⁵⁸

È questo un brano sul quale mi sono spesso soffermato e mi ha fatto riflettere molto sul senso e sul significato dell’esistenza, sulla condizione dell’uomo alla ricerca di una propria identità, della propria casa. Tutti andiamo alla ricerca della nostra casa! E spesso non ci rendiamo conto che essa brucia proprio lì davanti a noi, tra l’indifferenza generale. Il vuoto esistenziale è la caratteristica dominante dell’uomo contemporaneo alla ricerca di se stesso, della propria identità. Sembra ormai completata l’era delle grandi scoperte, sembra

⁵⁷ Tito Lucrezio CARO (94 a.C – 50/54 a.C.), *De rerum natura*, III, 1073 ss.

⁵⁸ A. SHOPENHAUER (1788 – 1860), *La saggezza della vita. Aforismi*, a cura di Leonardo Casini, Ed. Newton & Compton editori, pag.44: “exit saepe fora magnis ex aedibus ille/Esse domi quem pertaesum est, subito que reventat/ Quippe foris nihilo melius qui sentiat esse./Currit, agens mannos, ad villam praecipitanter,/Auxilium tectis quasi ferre ardentibus instans:/Oscitat extemplo, tetigit quum limina villae/Aut abit in somnum gravis, atque oblivia quaerit;/Aut etiam prosperans petit, atque revisit”.

ormai che il progresso e la tecnologia abbiano completato la parabola ascendente; probabilmente ciò che resta da compiere è solo questione di ritocchi. Che fare di fronte al dramma della crisi dell'uomo? È un interrogativo che mi sono posto diverse volte e la risposta più accreditata sembra essere una sola ed è questa: l'uomo da solo non basta. Scrive Giuseppe De Gennaro: *“La scienza dell'uomo solo, senza radicamento nell'Amore Dio, è fittizia e conclude con la morte il suo percorso dove intelletto e volontà sono dissociati e non riescono a produrre conoscenza vivificante, proprio perché non sono radicati in Dio”*⁵⁹. Ben altri mari, dunque, bisogna solcare, ben altri lidi conviene che si tocchino e si approdi ad una più sicura spiaggia! In assenza di una scelta o in presenza di una non scelta, l'uomo si colloca in una dimensione di apatia e di angoscia. Uno tra i poeti più sensibili del romanticismo, Friedrich von Hardenberg (Novalis), così si esprime: *“Io sono un uomo completamente illegale, che non ha né idea, né bisogno di diritto. Io vivo troppo alla superficie di me stesso; non ho una vita quieta ed intima - un germe - che operi dall'interno, da un punto centrale. La mia vita è superficiale, a zig – zag, orizzontale, instabile, senza carattere; come un gioco o un accidente; non v'è né un'attività determinata, né*

⁵⁹ GIUSEPPE DE GENNARO – ELISABETTA SALZER, *Letteratura mistica: San Paolo mistico*, Libreria editrice vaticana, Città del Vaticano, 1999, p. 25

*una traccia d'indipendenza, né la manifestazione di un essere. Perché debbo fare ogni cosa con pena e nulla quietamente, con agio, placido? ”.*⁶⁰ Da questa angoscia dell'esistenza si può uscire e il percorso indicato dalla fenomenologia ci può aiutare molto. Credo che ritornare alle cose si riveli una carta vincente, in quanto l'uomo si rende conto di ciò che lo circonda e comincia a guardare le cose con occhio diverso. E ritornare alle cose significa anche osservare tutto ciò che è oggetto della coscienza e la coscienza stessa; significa guardare l'uomo in una luce diversa, con gli occhi dell'anima, *sub specie aeternitatis*. In questa dimensione leggo il concetto di empatia in Edith Stein, che di Husserl fu l'allieva brillante: *“Ora l'empatia, in quanto presentificazione, è un vissuto originario, una realtà presente. Quello che presentifica, però non è una propria impressione passata o futura, ma un moto vitale, presente e originario di un altro che non si trova in alcuna relazione continua con il mio vivere e non lo si può far coincidere con esso. Mi pongo dentro il corpo percepito, come se fossi io il suo centro vitale e compio un impulso quasi dello stesso tipo di quello che potrebbe causare un movimento – percepito quasi dall'interno – che si potrebbe far coincidere con quello percepito esternamente”*⁶¹ . È questo un passo

⁶⁰ Friedrich von Hardenberg (Novalis, 1772 - 1801), *Frammenti intorno a se stesso*, Rizzoli, Milano, 1976

⁶¹ Edith STEIN, *Introduzione alla filosofia*, Città Nuova, Roma, 1998, p. 201

molto importante, in cui santa Teresa Benedetta della Croce, al secolo Edith Stein, sviluppa il concetto di empatia già affrontato dal suo maestro Husserl, ma ampliandone il significato, superando gli stessi legami sociali, la stessa intersoggettività, per giungere ad un livello più profondo di alterità, quasi un “alter ego” della persona che mi sta di fronte (*“nel porsi dentro il corpo percepito, come fossi io il suo centro vitale...”*). È, come si può notare, il superamento del “rendersi conto di” o del “prendersi cura di” nella prospettiva esistenziale di Martin Heidegger. Il concetto di empatia in Edith Stein supera ogni barriera tra sé e l’altro, per fare con l’altro una sola cosa con sé. Giovanni Ciudad, che poi diventa Giovanni di Dio, fondatore dei Fatebenefratelli, in un freddo Dicembre, nella Granada del XVI secolo, si carica di poveri e li conduce nella sua casa – ospedale che era riuscito ad organizzare con pochi mezzi a disposizione. Si dice che quando *“trovava qualche povero se lo prendeva sulle spalle, due o tre a spalla, con i piedi del povero da una parte e la testa dall’altra, lui con le mani afferrava i piedi e la testa e così teneva saldamente tutto il corpo caricato sulle spalle”*⁶². La storia dei Santi e del cristianesimo è ricca di questi esempi, molti anche a noi vicinissimi. Non possiamo non pensare a

⁶² Juan Felix BELLIDO, San Giovanni di Dio (1495-1559), Città Nuova, Roma, 1995, p.105

Madre Teresa di Calcutta. D'altra parte è la Parola di Dio che ha scavato nel cuore dei Mistici, come scava nel cuore di ogni uomo, perché si renda conto che solo se è in grado di avere legami affettivi fino a diventare una sola cosa con l'altro uomo, può contemplare la gloria di Dio (Giov. 17,21-25). In sostanza, dunque, la propria dimensione e il proprio equilibrio vanno ricercati nella discorsività della preghiera, che non può non verificarsi lontano dal chiasso e dai rumori. Il silenzio di per sé è già preghiera. Thomas Merton nel suo racconto autobiografico ***La montagna dalle sette balze*** così si esprime a proposito dei monaci Camaldolesi: *“Su questa terra miserabile, rumorosa e crudele, v'erano dunque ancora uomini che assaporavano la gioia stupenda del silenzio e della solitudine, che abitavano in remote celle sui monti, in monasteri appartati, al riparo dalle notizie, dai desideri, dagli appetiti e dai conflitti del mondo. S'erano liberati della tirannia della carne e i loro occhi limpidi, purificati dal fumo del mondo e dal suo irritante sentore, si elevavano al cielo e ne penetravano gli abissi infiniti e la luce salutare”*⁶³. Il silenzio, la preghiera, il distacco dalla materia costituiscono la risposta più eloquente all'exasperata tecnologia, ultimo dio per il filosofo Emanuele Severino. Edith Stein a questo proposito

⁶³ Th.MERTON, *La montagna dalle sette balze*, Garzanti, Milano, 1950, p. 377

è molto chiara: *“Non dovrebbe forse essere realmente possibile trovare un’ora di mattina in cui non ci si disperda, ma anzi ci si raccolga, in cui non ci si esaurisca, ma anzi si acquisti forza, per combattere tutta la giornata? Ma certamente serve più di un’ora: Si deve vivere nelle ore successive a partire da quell’ora, in modo da poter tornare indietro.* ⁶⁴ Così Meister Eckhart afferma: *“La più intensa preghiera e la più potente per ottenere qualsiasi cosa, e la più alta di tutte le opere, è quella che proviene da uno spirito libero. Più esso è libero, più la preghiera e l’opera sono intense, degne, utili, lodevoli e perfette. Uno spirito distaccato può tutto”*. ⁶⁵ E non diciamo nulla di nuovo quando affermiamo che la preghiera è la mediazione tra l’uomo e Dio, anzi attraverso la preghiera l’uomo diventa Dio, uomo – Dio, e partecipa della Sua Gloria. Così Matilde di Magdeburgo: *“La preghiera attrae Dio anche nel cuore più piccolo, ed eleva l’anima affamata alla pienezza di Dio. La preghiera lega i due amanti, Dio e l’anima, in un luogo beato, dove parlano d’amore”*. ⁶⁶ È in questa dimensione che intendo la preghiera nella ricerca fenomenologica: la preghiera come espressione della totalità dell’essere della persona in un rapporto empatico con Dio, che è Amore. In questa fattispecie la preghiera

⁶⁴ Edith STEIN, *La mistica della Croce*, Città Nuova, Roma, 1985, p.46

⁶⁵ Meister ECKHART, *De istruzione spirituali*.

⁶⁶ Matilde di MAGDEBURGO (1207 – 1282), *La luce fluente della divinità*, v. 13

assume la connotazione specifica di autoformazione, di equilibrio, di benessere per sé e per gli altri, di autocontrollo, di pace interiore, di *contemplatio stuporis*. La pratica della preghiera va inquadrata, quindi, in una prospettiva pedagogica di rilevanza fondamentale per l'uomo di ogni età. Per questo la preghiera non ha età. Martedì 27 Gennaio 1970 quel ragazzino di 14 anni era già cresciuto e ne aveva 20 di anni. Quella sera ha pregato così: *“Per un attimo ho creduto di sognare, ma poi mi sono reso conto che era tutto vero. Avrei preferito restare più a lungo, ascoltarli più a lungo, amarli più a lungo, ma dovevo tornare a casa. Tre uomini, i loro aliti emanavano un lezzo di vino, non lo sopporto. Volevo allontanarmi, poi li ho ascoltati: Tu eri lì!*

L'ho capito quando stavo per dire “che schifo”, e sono rimasto fino alla fine. Il lezzo emanava più forte, poi ho stretto loro la mano e li ho amati di più. Ho incontrato tre uomini: tre Cristo da amare. Si può notare una cosa che ritengo importante. Tra la prima e la seconda preghiera c'è un elemento in comune: nella prima accade qualcosa dentro me e mi spinge alla riflessione, alla meditazione e alla contemplazione; nella seconda accade qualcosa fuori di me: incontro delle persone, la cui presenza mi infastidisce, ma io le devo amare. Sia nella prima che nella seconda preghiera

l'elemento dominante è l'*accadere*. È proprio questo atto che definisce la preghiera e le conferisce il significato vero: possiamo dire che la preghiera è *ciò che accade*. Sabato 16 Gennaio 1999 quel ragazzino, che ha ormai cinquant'anni, ha pregato così:

*Tutto accade dentro me,
accaduto per amore traboccante,
dentro me e fuor di me!*

*La Parola, mentre accade,
prende il largo al centro mio,
con me vola sempre in alto,
l'Infinito va cercando.*

*Mentre parlo e scrivo e prego,
una gioia indefinita dentro me
mi trascina, mi travolge
e mi prende tutto intero!*

Nel Tuo riposo prendimi,

Consolatore Dolce!

Il Tuo Capo fai corona

delle angustie mie!

E intanto accade ciò che sono

e sento già che accade in Te,

nell'Amore rivelato

della Santa Trinità.

La mia preghiera si è svolta sempre attraverso un dialogo personale con Dio, a volte profondo a volte più in superficie. A volte mi sento come quei bambini che parlano felici con il loro compagno immaginario. A volte la mia preghiera è fatta di lunghi silenzi. Ritengo questa una dimensione pedagogica fondamentale nella formazione della persona. Occorre che gli educatori prendano coscienza di questa realtà e incomincino ad esercitarsi. Il cammino non è semplice; è abbastanza lungo e faticoso, ma non impossibile. Occorrerà ancora del tempo prima che questo discorso venga recepito nella sua complessità. Se stiamo qui e partecipiamo a questo congresso, è perché vogliamo dare una risposta anche a questa domanda.

LA MEDITAZIONE

Meditare significa fermare, per un periodo più o meno lungo, la propria attenzione e concentrarsi su un oggetto del pensiero, un problema o un argomento soprattutto di carattere morale, religioso, al fine di indagare su di esso e sulla sua natura. Più semplicemente potremmo anche dire “pensare”, ma si tratta di un “pensare”, che, pur derivando dalla facoltà mentale, la trascende, cioè va oltre la semplice attività del pensare. Di qui la meditazione si configura come un atto interiore, che utilizza lo strumento del pensiero, per predisporre l’anima alla concentrazione e, relativamente alla meditazione cristiana, alla preghiera. In questa sede non ci occuperemo della meditazione orientale, né ad altro tipo di filosofia, sebbene esse rientrino nelle discipline dell’interiorità, ma ci soffermeremo sulla meditazione cristiana. Può sembrare che la meditazione sia sinonimo di preghiera, mentre sono due atti distinti, l’uno(meditazione) propedeutico dell’altro (preghiera). Al riguardo leggiamo *“La meditazione cristiana ricerca, attraverso un cammino di interiorizzazione, l’incontro e la comunione di due realtà irriducibilmente diverse, accentuando la differenza come base della relazione. Essa è un atto della persona credente, benché sarà bene ricordare che la preghiera è il risultato e il frutto di due che si guardano, si trattano amichevolmente, nella realtà delle rispettive identità personali. Dio e la persona, che costituiscono un noi in crescente armonia”*.⁶⁷ La preghiera, dunque, come

⁶⁷ L.BORRIELLO – E.CARUANA – M.R.DEL GENIO – N.SUFFI “DIZIONARIO DI MISTICA”, Libreria Editrice Vaticana, Roma, 1998, p.803

riferiamo nel capitolo ad essa dedicato, è un dialogo e un'apertura verso il trascendente, che è Dio; è il momento in cui, in un atto profondo di contemplazione, si confondono l'amato e l'amante, Dio e l'uomo. Così leggiamo in una delle opere sublimi del grande poeta mistico S. Giovanni della Croce: "Notte che mi hai guidato! Oh notte amabil più che i primi albori! O notte che hai congiunto l'Amato con l'amata, l'amata nell'Amato trasformata!".⁶⁸ Questo è il momento in cui, come l'autore stesso spiega, l'amata (l'anima) si congiunge e si confonde con l'Amato (Dio), tanto che l'anima si trasforma nell'amato stesso. È vero che ci troviamo di fronte al massimo rappresentante della mistica del 1500, ma questo riferimento è importante proprio per comprendere la differenza tra la preghiera (in questo caso contemplativa) e la meditazione, la quale rimane pur sempre una propedeutica. Proprio Giovanni della Croce infatti e Santa Teresa d'Avila, pur attribuendo grande importanza alla meditazione, affermano che essa rimane un itinerario che permette all'anima di congiungersi a Dio mediante la preghiera e la contemplazione. Questo assunto è importantissimo, perché ci fa comprendere che la preghiera non è una serie di parole e di devozioni, spesso recitate distrattamente e solo per rispondere a un'esigenza propria del devozionismo a tutti i costi, ma è un momento fondamentale della vita del cristiano, che instaura così un rapporto duale tra sé e il trascendente(Dio). La meditazione è il frutto di una elaborazione della struttura quadrinomia, in cui appunto vengono impiegati tutti i sensi, come insegna S. Ignazio di Loyola, per comprendere, elaborare,

⁶⁸ S. Giovanni della Croce (1542-1591), Opere, la salita al monte Carmelo, Notte oscura, Postulazione Generale dei carmelitani scalzi, 1991, p. 7. Testo originale della 5 strofa "Oh noche que guiaste! Oh noche amable más que el alborada! Oh noche que juntaste Amado con amada, amada en el Amado transformada!".

apprendere e vivere la Parola di Dio. Anche se la preghiera è indipendente dalla meditazione, nel senso che si può pregare anche senza una preparazione specifica, essendo essa un moto dell'anima innato nell'uomo, tuttavia la meditazione e la preghiera sono due azioni, che completano il rapporto con Dio. Un aspetto caratteristico e determinante della meditazione è costituito non solo dal fatto che è propedeutica, ma anche dall'apprendimento, nel senso che la meditazione, quando è fatta con la dovuta profondità, introduce l'anima e la predispone alla preghiera ben fatta. Possiamo dunque comprendere come sia importante fare bene la meditazione.

LA PRATICA

La meditazione è anche una tecnica, cioè una pratica sul testo, ma è soprattutto una disponibilità del cuore e di tutta la struttura quadrinomia. Possiamo indicare nei seguenti passaggi il criterio per una efficace meditazione: 1) Preparazione della struttura quadrinomia, induzione al silenzio e alla concentrazione; 2) preghiera iniziale; 3) lettura e analisi dei testi, 4) invocazione allo Spirito Santo; 5) rilettura attenta dei testi; 6) i punti; 7) spiegazione, elaborazione e riflessione sui punti; 8) applicazione alla propria vita; 9) preghiera personale; 10) preghiera di ringraziamento.

1) La preparazione della struttura quadrinomia

Come per l'atletica occorrono gli esercizi preparatori, così bisogna predisporre la nostra struttura alla meditazione. È necessario fare silenzio intorno a sé e concentrarsi sul proprio respiro, per raccogliere tutte le facoltà fisiche, psichiche, mentali e spirituali, predisponendo la propria anima al silenzio e immaginando di stare davanti alla Divina Maestà, in

un atto di “compunzione del cuore”.⁶⁹ Questo esercizio preparatorio può durare da uno a due minuti, ma è molto soggettivo.

2) La preghiera iniziale

Per esperienza diretta, riteniamo che la preghiera introduttiva dell’Università della Preghiera dell’Aquila, dove da oltre trent’anni si sperimenta la pratica del testo mistico, mediante la meditazione Ignaziana, sia quella più completa e che meglio predispone alla meditazione.⁷⁰

Signore, apri la mia bocca, perché benedica il tuo santo Nome. Purifica il mio cuore da ogni pensiero: vano, estraneo e perverso. Illumina il mio intelletto; infiamma il mio affetto, affinché, in maniera pura, attenta e fedele, possa fare la mia meditazione ed essere così esaudito dalla tua Divina Maestà. Per Cristo Nostro Signore. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

Con questa preghiera iniziale si chiede al Signore di concedere la purezza del cuore, liberandolo da ogni pensiero, che non abbia alcuna attinenza con ciò che si sta per compiere. Sappiamo infatti che il demonio non fa certo eccezione nel suo intervento, anzi, perseverante com’è, ogni luogo e ogni tempo, ogni circostanza e occasione sono buoni, per attaccare: prima con una blanda premessa, facendo leva sulle nostre facoltà; poi, quando è ben certo che abbiamo abboccato all’amo con la sua astuzia, ci porta nella distrazione e nei confronti, soprattutto se abbiamo delle cose importanti da fare e che sembrano indispensabili, tali da presentarsi come improcrastinabili. Talvolta ritorniamo con la mente alla nostra idea

⁶⁹ Imitazione di Cristo, la compunzione del cuore

⁷⁰ Per maggiori approfondimenti, cfr A.Gervasio, modelli educativi per la famiglia contemporanea, Booksprint Edizioni, Salerno, 2017

originaria, cioè alla volontà di fare la meditazione, ma anche i residui di volontà vengono meno. Alla fine ci accorgiamo di esserci completamente distratti. Per ovviare a questa astuzia del diavolo, è necessario fare bene gli esercizi preparatori: la concentrazione e la preghiera iniziale. Si chiede poi al Signore la grazia illuminante, perché la mente si apra alla Verità racchiusa nelle Scritture e l'apertura del cuore, la disponibilità ad accogliere dentro di noi la Verità attraverso la Parola. Il tutto compiuto con la dovuta purezza del cuore, l'attenzione massima e la fedeltà alla Parola. In tal modo, colui che pratica la meditazione, che chiameremo “esercitante” secondo le direttive di S. Ignazio di Loyola, fortificato dalla presenza dello Spirito Santo, in virtù della meditazione, si avvicina a Dio e prega, chiedendo di essere esaudito.

3) Lettura e analisi dei testi

I testi sui quali si va a meditare sono quelli relativi alla liturgia quotidiana della Parola. Per la lettura è necessario seguire un itinerario, che è stato già sperimentato e cioè: a) lettura normale (prima e seconda lettura, salmo e Vangelo); b) lettura efficace, cercando di capire il senso letterale (la storia, la situazione, le circostanze, frasi particolari...); c) lettura meditata. Si tratta di una lettura lenta, scorrendo le singole frasi e cercando di trovare in esse un significato più profondo; d) concentrazione su alcuni punti (due o tre) delle letture e inizio della *ruminatio*, cioè la fase dell'assorbimento dei punti fissati; e) fase dell'identificazione, in cui l'esercitante trova nei punti fissati una concordanza non solo con i propri interessi di natura mentale e psicologica, ma con il proprio atteggiamento spirituale, quello che propriamente può essere definito “cuore”. Possiamo dire che l'una diventa interfaccia dell'altra. È questo un momento

fondamentale, in cui maturano quelle affinità elettive, che scaturiscono dalla profondità del cuore. In questa fase si sperimenta la dolcezza del cuore, la sua dilatazione, fino a sperimentare qualcosa dentro di noi, simile alla gioia, che ci fa sentire appagati. Questa gioia non deriva dalle cose materiali, ma è un fatto eminentemente interiore. È la gioia che provano i discepoli di Emmaus, dopo che Gesù, spezzato il pane e distribuitolo, disparve ai loro sguardi: “Si dissero allora l’un l’altro: non ardeva forse il nostro cuore, quando egli, lungo la via, ci parlava e ci spiegava le Scritture?”. (Lc 24,32).

4) Invocazione allo Spirito santo

O Spirito Santo, luce e splendore di Verità, discendi su di me e illumina il mio intelletto. Vieni, o Spirito d’Amore, e parlami delle cose di Dio.

Questa invocazione si può ripetere più volte, anche durante la fase della ricerca interiore sui testi. È una preghiera un po’ simile a quella iniziale, ma che richiede una concentrazione ulteriore, soprattutto una disponibilità del cuore ad accogliere, analizzare, comprendere ed applicare la Parola di Dio.

5) Rilettura attenta dei testi.

Per fare in modo che il testo entri a far parte del proprio vissuto interiore, è necessaria una rilettura attenta, soffermandosi su alcune frasi o parole, che hanno particolarmente colpito la nostra sensibilità. Questo è un momento particolarmente delicato, perché è facile cadere nella superficialità, soprattutto quando ci sembra che tutti i significati siano chiari alla mente. Si rischia di fare così una semplice analisi testuale del genere letterario e non una vera e propria ricerca spirituale. È bene

rimarcare questa differenza. L'analisi testuale rispecchia i canoni della letteratura, le figure stilistiche, i significati di superficie o anche di profondità. Tali significati restano tuttavia chiusi nella sfera della psichicità o al massimo vengono elaborati dalla mente. Quando ci si avvicina al testo mistico, come la Sacra Scrittura, che è il testo mistico per eccellenza, o ad altri testi sacri, la semplice analisi testuale di tipo letterario, sebbene possa darci indicazioni e stimoli la ricerca, tuttavia non è sufficiente per poter navigare nelle acque dello spirito. È questo il momento in cui l'anima, attraverso il processo *afairetico*, si libera delle scorie della psiche e della razionalità della mente, per transitare nello spirito.

6) Enucleazione dei punti

Dopo attenta rilettura dei testi, vengono fissati alcuni punti, quelli che hanno particolarmente agito sulle nostre facoltà. Possiamo dire che questo è un momento di primo discernimento. Non si tratta di fare un elenco di punti da discutere, né si può pensare di estrapolare quanti più punti è possibile. La meditazione non dipende dal numero dei punti elencati, ma dal fatto che essi abbiano esercitato su di noi un effetto e ci abbiano messi nella condizione di “*ordinare la nostra vita*”. L'importante è che ci si soffermi su quei punti che hanno maggiormente destato la nostra attenzione spirituale, oltre che mentale.

7) spiegazione, elaborazione e riflessione.

Per illustrare questi tre aspetti della meditazione, facciamo un esempio. Leggiamo l'episodio dei discepoli di Emmaus (Lc 24,13-35). Si tratta di una descrizione che tutti conosciamo. I Punti che fissiamo sono: a) l'incontro di Gesù con i discepoli; b) il racconto dei discepoli; c) l'intervento di Gesù, d) Gesù che spezza il pane; e) la presa di coscienza: è il Signore! (ci ardeva il cuore). La spiegazione del primo punto si basa sul fatto che i discepoli non riconoscono Gesù (*ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo*). Elaborazione: perché i discepoli sono impediti a riconoscere Gesù? Sono due mondi distanti. I discepoli parlano di questi fatti, sono tristi, ma fanno parte di questa storia terrena. Riflessione: Gesù, con la sua presenza, avvicina i due mondi, a tal punto che i discepoli avvertono qualcosa dentro, ma non sanno ancora distinguere che cosa si tratti. Quanto al secondo punto, il racconto dei discepoli, c'è da dire che uno dei discepoli, Cleopa, fa un'affermazione importante (*solo tu, essendo pellegrino, non conosci quello che è accaduto?*). L'elaborazione di questo punto consiste nella meraviglia da parte dei discepoli. Era stato un avvenimento così sconvolgente e universale, quello della Crocifissione di Gesù, che destava meraviglia il fatto che il pellegrino non conoscesse quel triste evento. La riflessione ci porta a interiorizzare maggiormente questo punto, fino a destare in me, nei miei sensi, il dolore di quanto accaduto, e la compassione. Quanto al terzo punto, cioè l'intervento di Gesù, c'è da rilevare che Gesù interviene con amabile autorità a colmare quel vuoto di conoscenza. Di qui l'elaborazione, che invita ad approfondire la conoscenza dei fatti. La riflessione consiste nell'accogliere l'autorità di Gesù e il suo insegnamento. Procedendo in questo modo, è possibile avere una visione più chiara di ciò su cui si

medita. In questo caso il risultato è il disvelamento, cioè il riconoscimento di Gesù. Questa è la conferma che qualcosa è mutato nel cuore dell'uomo e viene proprio da quell'ardore che i discepoli di Emmaus avvertono mentre parlano con Gesù. La Pasqua è questa. È il rivelarsi di Gesù all'uomo attraverso la vittoria sulla morte, che segna l'inizio di un cammino autentico verso la libertà, verso la risurrezione, che è già qui con noi e continuerà fino alla fine dei tempi. Il nostro compito è quello di accogliere Gesù dentro di noi, proprio come hanno fatto i discepoli di Emmaus. Il quarto punto (Gesù che spezza il pane), si spiega con la condivisione, in uso nella comunità israelitica. Un gesto che Gesù avrà fatto molte volte con i suoi discepoli, ma che acquista un significato nuovo sia in occasione dell'ultima cena, sia con i discepoli di Emmaus. Questo gesto viene elaborato in senso spirituale, perché si tratta sempre del coinvolgimento da parte di Gesù alla sua dimensione soprannaturale. Di conseguenza la riflessione ulteriore può essere quella di verificare e approfondire quanto accaduto, come se si passasse in rassegna una sequenza mediante la concentrazione e la riflessione. Quinto punto (la presa di coscienza: è il Signore!). Qui non c'è bisogno di una spiegazione particolare, né di una ulteriore elaborazione, perché la presa di coscienza, cioè l'interiorizzazione dei contenuti, è immediata e frutto di un discernimento attraverso la concentrazione. Questo è il momento particolarmente propizio, per esprimere la nostra preghiera.

8. Applicazione alla propria vita

Dopo l'analisi dei punti, si passa alla loro applicazione. Che cosa significa? Si tratta di filtrare con il cuore, cioè in senso spirituale, i contenuti acquisiti, facendoli coincidere con la mia condotta, con il mio modo di essere e di pensare. Nel caso di specie, la riflessione ulteriore sui punti analizzati mi porta a ripensare ad alcuni miei comportamenti, la mia coscienza e a modificare la mia condotta, orientandola verso una dimensione cristiana più convinta e profonda.

9) preghiera personale;

Dalla riflessione sui punti, si passa poi alla preghiera personale, che costituisce la sintesi della meditazione. In questo caso, solo come esempio, riportiamo la preghiera personale scritta al termine di questa meditazione. La preghiera non va necessariamente scritta. Essa scaturisce dalla sovrabbondanza del cuore. Pertanto la sua stesura rimane a discrezione dell'esercitante.

Preghiera

Anche per me, Signore, come per i tuoi discepoli di Emmaus, si fa sera e il giorno già volge al declino. Anche per me è ora di riposare e di vivere l'atmosfera dolce e serena della sera, quando i sensi sono ormai assopiti e cedono il posto al silenzio. Eccomi allora davanti a Te, che mi parli delle Scritture, dei profeti e mi parli di Te. E la mia mente s'illumina e tutto prende nuova consistenza nel mio cuore. Sì, è vero, sono anche io di dura cervice e non comprendo il tuo linguaggio, ma Tu, o Signore, anche a me dona il modo semplice di sentirti nel mio cuore, di vederti negli altri

e nelle cose stesse. Accresci la mia fede e rendila dura come pietra e incrollabile come la casa costruita sulla roccia. No, non voglio fare miracoli; ma l'unico miracolo da Te voluto sia la salvezza della mia anima e del mondo intero. Apri il mio cuore e infiammalo con il tuo amore, perché io possa accogliere degnamente Te e gli altri in Te. Fa' che la mia preghiera non sia un castello costruito sulla sabbia, ma incrollabile baluardo di difesa contro gli attacchi del maligno. Donami la speranza, perché io possa ogni giorno compiere il mio dovere, renderti grazie ed elevare a Te la lode. O Regina del Cielo, che tutto allieti con la tua presenza, accompagnami nel mio cammino, perché io possa vivere sempre sotto la bandiera del tuo Figlio Gesù e con Lui rinascere a nuova vita. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

10) preghiera di ringraziamento.

Dopo la meditazione, si rimane ancora qualche minuto in silenzio e si conclude con la preghiera di ringraziamento, che è questa che proponiamo.

Grazie, Signore, per il dono di questa meditazione, per aver aperto il mio cuore alla tua Parola. Fa' che attraverso il tuo divino insegnamento e attraverso la preghiera, frutto di questa mia meditazione, io possa compiere tutto secondo la tua santa volontà e tutto alla tua maggior gloria, per Cristo nostro Signore. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

ESERCITATORIO

Lunedì 25 gennaio 2016, ore 08:45

Chi sei, o Signore?

Testi di riferimento: At 22,3-16; Sal 116 (117); Mc 16, 15-18

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Gesù si mostra a noi in ogni circostanza, per farsi conoscere e per indicarci la strada da seguire. Non c'è bisogno di trovarsi nei panni di San Paolo, per ammettere e riconoscere la nostra persecuzione. Basta scorrere la nostra vita, per sottolineare tutte le volte che lo abbiamo rifiutato, abbiamo finto di non conoscerlo, abbiamo guardato altrove, perché la sua sola presenza ci infastidiva. Accade sempre così quando cediamo alle lusinghe del demonio e non siamo capaci di annientarlo, di bloccare la sua avanzata. Gesù ci sta sempre davanti con il suo invito alla conversione, ma non ne vogliamo sapere, perché abbiamo paura di impegnarci seriamente per nutrirci della sua parola e diffonderla. Il punto fondamentale è: nutrirci della sua Parola. Le chiacchiere non sortiscono alcun effetto positivo, perché Gesù conosce e distingue i chiacchieroni da coloro che vivono nel silenzio e nella preghiera il loro rapporto con Lui. Chi sei, o Signore? La risposta è immediata: sono quel Gesù che tu

perseguiti. Io, Signore, sono invece quel testardo, che si ostina rifiutarti, a non seguirti.

Preghiera

Chi sei, Signore? È la domanda che si affaccia alla mia mente tutte le volte che ti perseguito con la mia superbia, la mia vanagloria, la mia carnale sofferenza. Quanto più piccole sono le cose cui si attacca la mia carnalità, tanto più grande è quella sofferenza che mi logora dentro, fino a farmi male. Sciogli questa mia sofferenza, o Signore, libera la mia mente e il mio cuore da ogni impurità, da ogni mio attaccamento morboso alle piccole cose di questa mia precarietà. Come posso essere e diventare Chiesa in uscita, se non sono capace di rientrare io stesso in me stesso e orientarmi verso la tua luce, che illumina il mio cuore? E in che modo mi faccio da te illuminare? Eccomi, Signore! Liberami da questa mia cecità e fa' che io prosegua nel cammino che tu hai tracciato, lontano da ogni ipocrisia, da ogni orpello, da ogni esteriorità, per concentrarmi sempre e solo su di Te e la tua misericordia. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

Martedì 26 gennaio 2016 ore 09:10

Chi governa sia come colui che serve

Testi di riferimento: 2Tm 1,1- 8; Sal 95(96); Lc 10, 1- 9

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

È la grande rivoluzione operata da Gesù: chi governa sia come colui che serve. Gesù mette da parte ogni ruolo e ogni posizione nella scala gerarchica umana, per aprirci al regno del Padre, dove è approntata una mensa per i giusti, dove le categorie umane cedono il posto all'unica grande risorsa dello spirito: Dio-Amore. Se colui che governa non si riveste di umiltà e non considera la sua posizione come un privilegio terreno, ogni tentativo di conservare il suo governo è vano. Così allo stesso modo ogni collettività è destinata a perire, se in essa non prevale lo spirito del servizio sull'interesse personale, lo spirito di unione su quello della disgregazione, lo spirito d'amore su quello dell'odio. Come? Attraverso la perseveranza, che è la forza che proviene dallo spirito d'amore e di saggezza. Non deve essere la mia preghiera un esercizio letterario o una prosa poetica, giacché la poesia stessa è preghiera. La virtù che bisogna coltivare rimane sempre l'umiltà. Solo in questa dimensione posso comprendere e partecipare all'economia di Dio.

Preghiera

Mi chiami ogni giorno al tuo altare, mio Signore, per offrirmi la Parola. E io mi chiudo nella mia miseria, nel mio mondo fatto di piccole cose. Come vedi, non sono poi tanto cambiato da quel che ero a quel che sono. Sempre rimane in me il desiderio di conoscerti, ma sempre viene attratto e ingannato dal nostro comune nemico, che tu hai vinto e io invece lascio vincere. Tu mi chiedi perseveranza e coerenza e io rispondo con la mia fragilità e ipocrisia; tu mi chiedi forza e saggezza e io rispondo con la mia debolezza e incoerenza; tu mi chiedi amore e io rispondo con la mia tiepidezza. Quanto ribelle e dura questa mia mente, che spesso offusca e

stringe il cuore fino a soffocarlo. Liberami, Signore, liberami e fammi sentire leggero con il soffio del tuo Santo Spirito, mio desiderio e fonte di eterna vita. Amen

Madre mia, fiducia mia

Giovedì 28 Gennaio 2016 ore 08:58

Lampada che illumina

Testi di riferimento: 2Sam7,18 - 19. 24 - 29 Sal 11(132); Mc 4, 21 – 25

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Chi è colui che, volendo illuminare, nasconde la lampada? O chi e colui che vuole la luce e si nasconde ad essa? Essere cercatori di luce, illuminare perché illuminati: questa è la nostra fede, il nostro costante desiderio. Devo parlare chiaro con il Signore e confessare a Lui, che è misericordia, tutti i peccati, perché nulla venga tenuto nascosto e tutto sia chiaro nel mio rapporto con Dio. Chiarezza, umiltà, preghiera sono tre elementi indispensabili per essere familiare di Dio, per appartenere a Lui. Voglio essere una lampada che illumina? Allora comincio a procurarmi la luce! Voglio essere fuoco che riscalda? Allora comincio a procurarmi calore! Dove posso trovarli, se non in Dio? Se non in colui che è luce e fiamma che arde? Luce e calore, che, cercati con tutto il cuore, ci trasformano e ci fanno diventare a nostra volta luce e calore perenne.

Preghiera

O luce divina, o lampada sempre accesa, che illumini la notte del mio cuore e rischiari le zone d'ombra della mia esistenza, attraversa questo mio mondo precario, perché io possa vedere, amare e gioire. Ricomponi questi frammenti della mia temporalità, perché diventino un pezzo della tua eternità. Sì, o mio Signore, io ti conosco: Tu sei la luce, Tu il fuoco e Tu il calore, Tu la vera gioia, Tu la vera pace, Tu il vero Amore. Quante belle parole! E poi? Che cosa rimane di me oltre le parole? Vieni, o Gesù, vieni a rischiare la notte del mio cuore, sono certo che non ti accoglierò con le parole inutili, ma con il mio cuore contrito e libero, il mio cuore schietto e nitido, il mio cuore che desidera amarti e poi amarti e solo amarti. Poi sarà di me quello che vuoi. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

Venerdì 29 Gennaio 2016

Riconosco la mia colpa

Testi di riferimento: 2 Sam 11,1-4a.5-10. 13 -17; Sal 50(51); Mc 4,26 -34

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Non c'è perdono più grande e meritato di quando si riconosce la propria colpa. Siamo tutti assetati e bisognosi di misericordia e di perdono. Tuttavia il perdono non avviene a distanza, ma in presenza, cioè faccia a faccia. Esso consiste nell'incontro del creatore e della sua creatura; una

relazione d'amore tra Dio e l'uomo. Davide, il nuovo Adamo, si macchia di peccato, ma trova la misericordia di Dio nella richiesta di perdono e nel riconoscere la propria colpa. In questa relazione intima l'uomo cresce, anche in modo inconsapevole, proprio come il seme, che, circondato dalla buona terra, giunge a maturazione. È la svolta del credente, la sua conversione: lasciarsi fecondare dalla terra buona della Parola, per giungere alla grazia attraverso il perdono e la misericordia. Se non c'è relazione intima con Dio, non c'è nemmeno la possibilità di crescere.

Preghiera

Grande sei tu, Signore, con la tua misericordia. A te voglio elevare la preghiera di lode e di benedizione. Ascolta la voce del tuo servo, o mio Signore, e come Davide, tuo prescelto e unto per la tua discendenza, concedimi il tuo perdono. Non c'è perdono più grande di quando si riconosce la propria colpa, ancorché il tuo perdono è gratuito e precorre già di gran lunga la mia richiesta. Eccomi al tuo altare, per offrire me stesso e questo mio cuore. Consapevole che la tua misericordia paterna è gratuita, rendimi degno del tuo perdono. Fa' che i miei occhi vedano solo la tua luce, le mie orecchie odano solo la tua voce, la mia bocca canti solo la tua lode, il mio olfatto si possa inebriare con il profumo della tua santità, le mie mani siano operose per lavorare nella tua vigna e al tuo servizio sempre. Amen.

Madre mia fiducia mia.

Sabato 30 Gennaio 2016

Chi è costui?

Testi di riferimento: 2 Sam 12, 1 - 7.10 - 17; Sal 50(51); Mc 4,35 – 41

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Di fronte al miracolo di Gesù, che fa cessare la tempesta, gli apostoli restano increduli: chi è costui? Per conoscere Gesù dobbiamo semplicemente metterci sotto la sua bandiera. Ciò richiede fede, cioè fiducia. La nostra conversione è il punto obbligato di passaggio, per conoscere Gesù. Conversione-riforma sono due termini paralleli, che devono accompagnare il nostro passaggio di stato: da una condizione di peccato a una condizione di grazia. Più mi rendo conto e riconosco i miei peccati e più la mia condizione diventa una condizione di grazia. Dal peccato alla grazia è l'itinerario di una vera conversione. Davide abusa del suo potere, crede di potere tutto, accecato dal desiderio di possedere Betsabea. Può riscattarsi? Certamente. Occorre un cuore pentito e proiettato verso la promessa di osservare le leggi del Signore. Se invociamo Dio e lo accogliamo attraverso il suo figlio Gesù, nessun timore potrà assalirci, perché Gesù è con noi, anche quando sembra che dorma.

Preghiera

La tempesta nel mio cuore a te presento, o mio Signore, per chiederti perdono per la mia incredulità. Tu fai tacere il vento e io, tremante, alla paura affido la mia vita. Tu, ricco di perdono, vieni a portarmi la tua

serenità, la tua pace nella tempesta della mia carnalità, dove la psiche e la mia mente fanno scempio del mio cuore. Conversione chiedo a te, mio Signore, e grazia per questo affranto, povero mio cuore, soffocato dalle angustie del peccato. Donami, Padre, il tempo del perdono, preludio della mia resurrezione, tu che sei misericordia e null'altro vai cercando che amore e ancora amore e amore vero. Voglio salire in alto, o mio Signore, ed elevarmi alla tua guancia, per guardare i tuoi occhi divini, consumare in essi il mio sguardo e perdermi, per ritrovarmi in Te e nella tua Luce. Amen.

Madre mia fiducia mia.

Domenica 31 Gennaio 2016

Io sono con te per salvarti

Testi di riferimento: Ger 1,4 -5.17 -19; Sal 70(71) ; 1Cor 12,31 - 13.13;
Lc 4,21- 30

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Quale Dio potrebbe dire “*io sono con te per salvarti*”, invece di dire “*tu mi devi assolutamente obbedienza*”, se non un Dio che palpita di tenerezza e di amore? È la Scrittura che si compie attraverso Gesù e che non viene accolta, perché nel figlio del falegname non può compiersi nulla. Il mistero dell'iniquità avanza, mentre il popolo allontana da sé l'unica fonte di verità. Occhi che non vedono e orecchie che non odono rifiutano la vita.

Gesù è più grande, è magnanimo, scusa tutto, sopporta tutto, accetta tutto, perché Egli è carità. Egli è con me per salvarmi! E cosa faccio io per meritare il dono della fede e della salvezza?

Preghierà

“Io sono con te per salvarti” è la promessa che hai fatto attraverso il profeta Geremia, o mio Signore. Tu, magnanimo e pieno di passione, ti cingi i fianchi e mi servi con la tua carità. Tu sopporti tutto dal cuore dell’uomo, spesso ipocrita e ribelle, testardo e presuntuoso, sordo e cieco, che non ode la tua voce e non vede tua luce. Tu, figlio del falegname, oltraggiato, cacciato dalla sinagoga, impostore e presuntuoso, che hai osato tanto, Tu, dolcezza del mio cuore, sei passato fra la folla, cieca e irriverente, beffarda e inconcludente, povera e infelice, e l’hai amata nel silenzio della tua Parola, della tua regalità, della tua magnificenza. Davvero grande sei, o mio Signore! Un cuore innamorato sei, che non conosce ostacoli e che continuamente mi dice: io sono con te per salvarti. Amen.

Madre mia, fiducia mia

Lunedì 02 Febbraio 2016

Davide e la sua gente continuarono il cammino

Testi di riferimento: 2 Sam 15,13 - 14.30; 16,5 - 13; Sal 3; Mc 5, 1 - 20

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Il re Davide accetta il castigo di Dio; non si ferma nel proclamarsi peccatore. Egli spera nella misericordia di Dio, perché riconosce il suo peccato e le conseguenze. Egli continua a camminare, nella speranza del perdono. Gesù scaccia la legione di demoni dall'uomo di Gerasa e gli usa misericordia, lo guarisce e dimostra che il male, cioè il demonio, non può nulla contro di Lui. Trionfa il Signore con la sua infinita misericordia. All'indemoniato Gesù dice: va ad annunciarmi ed egli lo fa. E io? Annuncio Gesù? Oppure la mia missione è quella di annunciare a chiacchiere? Qui è il punto: la mia non deve essere una chiacchiera, ma la ferma volontà di convertirmi e di convertire. La misericordia di Dio è gratuita e non dobbiamo approfittarne.

Preghiera

Eccomi, Signore! Anch'io con la sacra famiglia di Nazaret mi presento al tuo tempio santo, per offrirti me stesso e la mia vita, per dare il giusto senso a tutto ciò che sono; un senso e un significato che solo Tu, Signore, puoi suggerire. Nel giorno della presentazione e dell'offerta, un solo pensiero voglio esprimere davanti al tuo altare, una sola lingua voglio parlare, lontano dall'inganno delle parole e dei linguaggi che oscurano

il mio cuore e ammalano la mia mente: voglio ordinare la mia vita! Tu sei il fonditore e io l'oro da colare e raffinare. Tu con la lisciva del tuo Spirito mi lavi e mi purifichi e mi prepari un bagno di santità con la tua acqua lustrale. Liberami, o Signore, da ogni malattia dell'anima, perché più leggero io possa presentarmi al tuo altare insieme con Giuseppe e la Vergine Maria. Eccomi, Signore, sono pronto a ordinare la mia vita. Amen.

Madre mia fiducia mia.

Lunedì 03 Febbraio 2016

...E si scandalizzavano di lui

Testi di riferimento: 2 Sam 24, 2.9-17; Sal 31(32); Mc 6,1 - 6

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Il figlio del carpentiere non può profetare, né tantomeno operare miracoli. Questa non è roba da ciarlatani o da persone del popolo. La profezia appartiene alla casta, a coloro che hanno studiato le scritture. Chi è questo carpentiere che si fa chiamare Gesù? Gesù dimostra che la profezia non appartiene alla casta, ma a chiunque fa la volontà del Padre e segue le sue leggi. Profeta è ogni persona che desidera santificarsi, cioè entrare nella gloria di Dio e sedersi al suo banchetto. Profeta è chiunque chiede perdono a Dio e del perdono si rende degno davanti ha un Dio giusto nella sua misericordia. Il Signore ci vuole integri, con il cuore puro e non

inquinato dalle nostre ambizioni, dai nostri calcoli interessati, dalle nostre disobbedienze. Gesù ci apre una nuova porta, con una prospettiva nuova, una prospettiva d'amore e di misericordia. Dov'è lo scandalo? David infatti si sentì battere il cuore; ritornò in sé, si rese conto di avere trasgredito la legge di Dio. David chiese perdono.

Preghiera

Tutti, Signore, si scandalizzano di Te, perché tu non puoi profetare, perché il dono della profezia non è per Te, ma è riservato alla casta dei falsi profeti. No, Signore, Tu non puoi operare prodigi, né miracoli, né rimettere i peccati, perché tu sei figlio del carpentiere, uno che si fa chiamare Gesù. Quanta stoltezza, quanta cecità nell'uomo da Te amato, quanta malizia nel cuore dell'uomo, che non conosce altro, se non l'ingratitude. Tu, disconosciuto, non accettato dal tuo popolo, compi ancora miracoli, imponendo le tue mani. Quanta ingratitude, quanta insipienza nel cuore dell'uomo. Ma io non mi scandalizzo di Te, Signore, perché sei Tu che devi scandalizzarti di me, della mia superbia, della mia vanagloria, del mio essere carnale. Inondami con il tuo Spirito e sostienimi con la tua Parola. Non sei Tu lo scandalo, ma io con la mia iniquità. Amen.

Madre mia fiducia mia.

Giovedì 04 Febbraio 2016

Il testamento del re Davide

Testi di riferimento: 1Re 2,1 4.10 -12; Sal da 1Cr 29,10-12; Mc 6,7-13

PUNTI PER LA MEDITAZIONE

Saldezza e perseveranza nella fede è in sintesi il testimone che Davide passa a Salomone. È la Parola di Dio e la sua Legge che si è incarnata nel popolo e nell'uomo fin dalla sua creazione. Testimone che passa da ogni uomo, a tutti quelli che l'accolgono lo vogliono custodire. La nostra missione è quella di vivere la Parola, trasmetterla e difenderla con tutto il nostro cuore e con tutta la nostra mente. Gesù vuole la conversione di tutti, a partire da me, dalla mia vita; e la conversione non può avvenire se non attraverso la volontà di ordinare la mia vita. Solo mettendo ordine in me stesso infatti posso dire che la mia conversione è vicina. Ordinare la mia vita significa discernere, vagliare ogni cosa, come dice San Paolo, per mettere ogni cosa a suo posto, per elencare e attuare delle priorità. La priorità in senso assoluto è quella di accogliere Gesù nel mio cuore e fare della sua Parola il mio desiderio di santità.

Preghiera

Forte è la fede, Signore, perché forte sei Tu con la tua Parola, con la tua essenza. Tu mi chiedi conversione e metti nel mio cuore incerto e timoroso la tua legge, i tuoi decreti, perché più forte e viva sia la tua presenza. Io sono qui, o mio Signore, al posto che tu mi hai affidato, sentinella delle leggi e custode del tuo amore. Vieni Gesù, entra nella mia vita, nella mia

storia, perché io possa accogliere la tua Parola e custodire le tue leggi. O Signore, possa io trasmettere e annunciare la Parola a coloro che tu mi hai affidato. Ascolta la mia voce e fa' che la mia conversione sia piena e totale. Infondi nel mio cuore il desiderio ardente di ordinare la mia vita, perché soltanto ordinando me io posso dire che è vicino il tempo della mia conversione. Donami la saggezza del cuore e aiutami a discernere, vagliare ogni cosa, per poter mettere ogni cosa al suo posto. Concedimi di mettere sempre Te nel mio cuore e infondi in me il vivo desiderio di santità. Amen.

Madre mia fiducia.

Domenica 7 Febbraio 2016

...e io risposi. Eccomi, manda me.

Testi di riferimento: Is 16,1-2°.3-8; Sal 137(138); 1Cor 15,1-11; Lc 5,1-11

La vocazione di Isaia e quella degli apostoli, è l'invito che il Signore rivolge a tutti gli uomini: annunciare la sua Parola. Ogni credente, ciascuno nella sua dimensione, deve essere un annunciatore della Parola. Ma come io posso annunciarla, se non la vivo e non la posseggo, cioè non è radicata in me? Gesù mi vuole pescatore di uomini, ma prima dobbiamo essere pescatori di noi stessi, cioè dobbiamo vivere il Vangelo nella forma e nei modi in cui ci è stata annunciata da Paolo. Ogni tentativo di uscire fuori da questo principio o di trasformare la parola in un esercizio mentale

e farla apparire ciò che essa non è, è vuoto e inconsistente. La mia risposta alla vocazione deve scaturire da una conoscenza autentica, dal desiderio che parte dal cuore. Richiede una vita autentica e irreprensibile, ma senza la certezza del cuore, ogni tentativo di elaborazione mentale rimane fine a se stesso.

Preghiera

Eccomi, manda me! È questa la risposta del profeta Isaia al tuo invito. Signore, che effondi il tuo Santo Spirito e vuoi che tutti si salvino per mezzo della tua Parola, concedi anche a me di essere un tuo servo fedele. Fa' che la mia vita sia sempre di integra condotta e il mio cuore irreprensibile, per meritare ciò che Tu hai promesso. Fa' che la Tua Parola metta radici forti e profonde nel mio cuore, nel cuore dei miei figli e nel cuore di tutti i credenti. Null'altro ti chiedo, Signore, ma solo desidero ardentemente abitare nella tua casa e vivere una vita autentica al tuo servizio. Che la mia vocazione sia piena, totale e forte al richiamo della Tua Parola e dei Tuoi precetti. O Maria, che hai seguito il tuo figlio Gesù e sei partecipe della sua missione, accompagnami in questo cammino di perfezione, perché più salda sia la mia fede e più forte e sicura la mia vocazione. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

Giovedì 11 Febbraio 2016

La vita e la morte

Testi di riferimento: Dt 30, 15-20; Sal 1; Lc 9,22-25

L'offerta che il Signore fa a Mosè, è un patto di VITA in piena libertà. Solo con l'adesione alla sua proposta posso dire chiaramente di appartenere al popolo di Dio. Solo chi confida nel Signore, infatti, può essere partecipe della sua eredità. Aderire al patto, non è una chiacchiera, ma un impegno serio e rigoroso, senza tentennamenti, senza alcun velo di compromesso. Chi è fedele? Chi medita la sua legge giorno e notte. Il mio impegno, infatti, non può essere a giorni alterni, ma costante e coerente, accettando tutto ciò che racchiude il Mistero della Croce. L'incontro con Gesù non si basa su scelte estemporanee e momentanee, ma sull'unica scelta, che è quella di amarlo e osservare le sue leggi, una scelta, che implica necessariamente l'impegno di condividere la Croce di Cristo. Non è la chiacchiera, ma la condivisione di un percorso di perfezione, al quale non possiamo rinunciare, perché significa scegliere la vita.

Preghiera

Ascolta, Signore, questa mia preghiera, ascolta e perdona la mia iniquità. Tu non sei insensibile alla mia supplica, che è lode alla tua Potenza e Magnificenza, perché grande è il tuo amore per me. Il mondo è in fiamme, la nostra casa sta bruciando e tanti dicono "dov'è il tuo Dio?". Non mi hai detto Tu, Signore, di confidare in Te e di seguire le tue leggi? Eccomi allora a chiederti perdono per quelli che credono sia tutto uno scherzo e, inebriati della loro follia, confidano nel ventre, il loro dio. Ti chiedo perdono per tutti quelli che, accesi dal delirio della loro onnipotenza, vogliono costruire la vita artificiale e sovvertire le tue leggi. Ti chiedo perdono per tutti quelli che, accecati dalla loro follia, scelgono il male e uccidono Te, autore della vita. Fa', o Signore, che io scelga sempre la

vita, che le tue leggi siano impresse nella mia mente e la tua Parola accenda sempre, notte e giorno, il mio cuore. Amen.

Madre mia, fiducia mia.

Venerdì, 12 Febbraio 2016

Uno spirito contrito è sacrificio a Dio

Testi di riferimento: Is 58, 1 - 9; Sal 50(51); Mt 9,14 - 15

L'economia mercantile avanza e ci avvolge nelle sue spire, nei suoi ingranaggi perversi, in cui tutto diviene normale. Di contro l'economia di Dio, l'altra economia, viene giudicata anormale, perché non appartiene a questo mondo. Quanta ipocrisia nel mio cuore, quanta falsità! Il Signore non chiede l'esteriorità, non chiede che si annuncia al mondo intero il mio digiuno, nè chiede l'impegno e il dispendio di energie, ma chiede uno spirito contrito, per poter "sciogliere le catene inique e togliere i legami del giogo", quando la "luce sorgerà come l'aurora, la tua ferita si rimarginerà presto. Che il nostro digiuno non sia accompagnato dal chiasso della vana gloria, ma un cuore contrito e semplice, lontano dalla vanità esteriore e psichica e mentale, che cerca consensi e ammirazione. Il vero digiuno è nel cuore, nel mio atto di contrizione, confidando nella misericordia di Dio.

Pregghiera

O Signore, mentre avanza intrepida l'economia mercantile, che semina distruzione nel cuore dell'uomo, Tu ti presenti a me con la tua economia

e m'inviti a un digiuno perfetto e semplice nello spirito, con il cuore contrito. Sì, o mio Signore, io voglio vivere secondo le tue leggi e nella certezza della tua Parola. Nel tuo cuore innamorato io voglio prendere dimora; e anche se le mie infedeltà sono tante, anch'io ti chiedo di eleggere il mio cuore a tua dimora. Ti offro il mio digiuno intimo del cuore; è il mio sacrificio a te più gradito. Ti offro il silenzio del mio cuore e della mia contemplazione, tutto il mio essere amante amato, giacché non posso essere amante se non ho fatto la dolce esperienza di essere da Te amato. Grande, Gesù, nel tuo amore e nella tua misericordia! Io t'invoco e tu mi rispondi: eccomi! Amen.

Lunedì, 15 Febbraio 2016

Siate santi, perché io sono Santo

Testi di riferimento: Lv19,1- 2.11-18; Sal 18(19); Mt 25, 31 - 46

Dobbiamo partire da questo principio: che il destino di ogni credente è la santità. Nascondersi dietro una falsa modestia, è un modo di eludere la santità. Questo è il mio cammino di perfezione: santità. Anche se sono una persona fragile, l'impegno vero per diventare santo è gradito al Signore, che conosce tutto nel segreto della mia anima. Non è un'invenzione moderna, ma è un invito a una prescrizione dell'antico testamento, quello di essere santi. Gesù mi detta le regole per essere perfetto e santo: la carità. Al di fuori di questo comandamento non può esservi di santità: o carità, vera santità! Senza confusione alcuna, perché il rischio di confondere la solidarietà con la santità è grande, perché accanto alle opere indicate dal Vangelo e dal Levitico, occorre un cuore

contrito, una profonda umiltà e un coinvolgimento nella parola di Dio. La fede e le opere non vanno mai disgiunte, perché l'una è complementare dell'altra. Imitare dunque Cristo e compiere le opere che ci ha insegnato è il lasciarsi passare per la vera santità.

Preghiera

Carità, vera santità! Tu mi inviti oggi, o mio Signore, a prendere coscienza della santità. Siate santi, perché io sono Santo, è il tuo monito che ci perviene dalla tua Parola. Spesso, troppo spesso sono lontano dalle tue leggi, tanto da dimenticare questa parola che a te piace di più: santità. Troppo spesso cado, mi rende schiavo delle mie abitudini e anche la preghiera è succube di questa abitudine. Grazie, Signore per questo messaggio mediante la tua Parola. Presento ai tuoi piedi tutta la mia fragilità, tutta la mia incoerenza, perché la mia conversione alla santità sia piena e totale. Sì, mio Signore, voglio essere santo, secondo la tua parola. Che il mio cammino dunque sia un cammino verso la santità, con tutta la mia fragilità, in tutto affidandomi alla tua volontà e alla tua Divina Maestà. La tua bandiera sia il vessillo della mia fede e del desiderio di santità. Amen.

Domenica 28 Febbraio 2016

Se non porta frutto, lo taglierai

Testi di riferimento: Es 3,1- 8.13-15; Sal 102(193); 1Cor 10,1-6. 12; Lc 13,1- 9

Il padrone della vigna ascolta la saggezza e la pazienza del vignaiolo, perché il padrone stesso è buono e paziente. Ciò non deve indurci a procrastinare sempre ciò che è nostro dovere compiere: la conversione del cuore. È in gioco la nostra vita non solo terrena, ma soprattutto la vita eterna. Non indugiare nella nostra conversione, ora che è tempo propizio, e mettersi nella condizione di essere perdonati, per aprirci alla via della Risurrezione, è il dovere di ogni cristiano. Quelli che non si comportarono secondo la legge durante la permanenza nel deserto, non furono accettati al Signore. E noi? Quale scusa adduciamo, per giustificare la nostra pigrizia? È tempo di svegliarci dal sonno e prepararci invece alla risurrezione. È tempo di concimare la nostra anima, perché porti frutti a suo tempo. Vogliamo essere tagliati come l'albero di fico?

Preghiera

È questo il mio tempo propizio, o mio Signore! È questo il tempo di perdono e di grazia che tu effondi su questo mio povero cuore, spesso fagocitato dalle sue misere e banali affezioni. Io non voglio perire come quelli che hanno disobbedito ai tuoi comandi e nel deserto hanno fatto scempio delle tue leggi e deriso i tuoi decreti. No, mio Signore, non voglio perire come loro! Effondi il tuo Santo spirito su di me e metti nel mio cuore e nella mia mente la tua Parola, perché io non fugga dai tuoi decreti, desiderando cose cattive. Che io beva sempre alla tua roccia, mio Gesù, per dissetarmi con la tua acqua, per sfamarmi con il tuo corpo. È questo il mio tempo propizio, il tempo della mia conversione, quando, da te purificato, mi presenterò con la mia veste candida, per prendere parte alla tua Risurrezione. Amen.

Madre mia fiducia mia.

Giovedì, 03 Marzo 2016

Mi hanno voltato le spalle

Testi di riferimento

Ger 7,23-28; Sal 94(95); Lc 11,14-23

Siamo prigionieri della nostra autonomia, perché non vogliamo accettare il fatto che senza Dio noi non possiamo fare nulla. L'autonomia esclude ogni legame con Dio e ci porta alla durezza del nostro cuore e ci fa voltare le spalle a colui che invece può sciogliere tutta la nostra tensione e può liberarci dalla nostra iniquità. Molto spesso voltiamo le spalle al Signore, irretiti nel vortice della nostra indifferenza, del nostro egoismo e di tutto quanto è contro Dio. Siamo legati alla religione del ventre e della cupidigia, alla religione dell'avere e del possedere, che sono i nostri idoli, ma non vogliamo neppure pensare che Gesù mi osserva e m'invita a seguire la sua linea. È una linea troppo scomoda, che richiede impegno e sacrificio: chi me lo fa fare? Chi mi dice poi che tutto il mio impegno verrà ricompensato? Non è meglio godere? Stolti siamo e ancora più stolti diventiamo. O Signore, vigila su di me e fa' che la rete del demonio non mi prenda tra le sue maglie, perché non voglio ancora voltarti le spalle.

Preghiera

O Signore, non voglio voltarti ancora una volta le spalle, chiuso nella mia autonomia e irretito nelle maglie della mia pigrizia. Tu, buono e misericordioso, mi inviti a cambiare vita, e io, con la mia dura cervice, mi ostino a trasgredire la tua Legge, per stare lontano dalla tua Parola.

No, non voglio ancora offenderti con la mia mente, con il cuore e le azioni. Allontana da me ogni perversione e vanità, ogni pensiero che possa in qualche modo offendere il tuo dolce nome e la tua regalità, ogni azione che possa allontanarmi dal tuo volto e dal tuo amore. No, Signore, non voglio voltarti le spalle, perché senza di te la vita è impossibile e ancora più vana è la mia pretesa di autonomia. Guidami, Signore verso i sentieri della tua perfezione e della tua santità; sono certo del tuo amore.

Amen. Madre mia, fiducia mia.

Venerdì, 04 Marzo 2016

Se il mio popolo mi ascoltasse!

Testi di riferimento: Os 14,2 -10; Sal 80(81); Mc12,28b- 34

L'invito di Gesù è costante, perché egli vuole la mia salvezza e la mia santità. Un popolo dalla dura cervice non lo ascolta. Il saggio comprende e opera secondo la sua saggezza, che gli proviene da Dio. I giusti camminano nelle vie del Signore, mentre i malvagi inciampano in esse. Chi sono i giusti? Coloro che si affidano completamente Dio, pregano notte e giorno e fanno del comandamento dell'amore il proprio pane quotidiano. Spesso inciampo, Signore, nella mia iniquità e tu mi tratti in modo giusto; ma tu sei anche misericordia e amore e perciò non guardare questa mia iniquità, ma liberami e fammi diventare una persona nuova, una persona che segue il tuo comando.

Preghierà

Signore Gesù, sorgente viva d'amore e di perdono, che allo scriba hai dato la risposta giusta, il metro del tuo amore, fa' che anch'io accolga

sempre la tua Parola e non mi stanchi mai di amarti, come Te, inesauribile fonte di Amore. “Torna” Tu mi dici con il profeta Osea, “ e dalla infedeltà ti guarirò”. E so già, o mio Signore, che Tu non prometti invano, perché Dio fedele sei Tu. Eccomi, sono tornato, o misericordia infinita e solo Te voglio servire e amare per tutti i miei giorni. Ogni tuo comando voglio eseguire in umiltà e ogni tuo volere accetterò con tutto il mio cuore. Per questo guidami e fa’ che io non mi perda nella chiacchiera, nella vanità delle mie azioni, nella vacuità dei miei pensieri. Guidami, o Signore, perché forte sia la mia fede e sempre vivo il mio desiderio di amarti. Amen.

IGNAZIO DI LOYOLA

Ignazio di Loyola, anche se il suo “diletto preferito era il maneggio delle armi” non fu un uomo d’armi, ma fu un uomo di corte. Nasce nel 1491. Ultimo di tredici figli, quasi tutti dediti alla vita armata al servizio dei re di Castiglia. La casa-torre di Loyola, dove nasce, è immersa nel verde, un ambiente bucolico, in cui Ignazio riceve la sua prima formazione. Ignazio amava la natura e la sua “maggiore consolazione era quella di contemplare il cielo e le stelle, cosa che faceva molte volte e per molto tempo, perché così sentiva in sé un grande slancio per servire a nostro Signore”. Amava moltissimo anche la musica e diventa anche un appassionato ballerino. Verso i sedici anni diventa paggio del re

ad Arevalo, anche se non direttamente, Ferdinando il cattolico. A coorte si forma il gentiluomo Ignazio, ma vive anche una vita piuttosto dissoluta, come la maggior parte dei nobili del tempo. Alla morte di Ferdinando il cattolico, lo vediamo al servizio del vicerè di Navarra. In questi anni gli vengono affidate delle importanti missioni, meritandosi la stima da parte del vicere e della nobiltà. Si rende protagonista della difesa di Pamplona, durante la guerra franco-spagnola, che viene espugnata dai Francesi nel 1521. Ignazio viene ferito a una gamba e viene trasportato su una lettiga al suo castello. Durante la degenza, passato il pericolo di vita, chiede alla cognata donna Maddalena di portargli qualche libro da leggere. La cognata gli può offrire solo una vita di Cristo e una vita dei santi. È qui che comincia la trasformazione di Ignazio. *“La decisione che doveva fare definitivamente d’Ignazio il gentiluomo di Dio, il cavaliere di Cristo, avvenne gli ultimi giorni d’immobilità nella sua stanza della casa-torre. Ignazio era desto. Forse stava osservando e scrutando quanto avveniva nell’anima sua. Improvvisamente vide con grande chiarezza la Vergine Maria con il Bambino Gesù tra le braccia. Se si fosse trattato di una visione esteriore o soltanto interiore e di che indole, Ignazio non osava determinare. La visione durò a lungo. La consolazione spirituale sovrabbondante. Da quel momento, dirà Ignazio 32 anni dopo, egli provò tale una nausea di tutta la sua vita passata e specialmente dei peccati e*

delle cose carnali che gli sembrò di aver gettato via dall'anima sua tutte le fantasie che prima aveva concepito. Da allora e per sempre Ignazio stesso notava due cose: la prima di non aver avuto per tutta la vita la minima debolezza in materia carnale, la seconda di non aver rimandato né di un giorno né di un'ora una cosa, per nessuna difficoltà, quando si trattava della gloria di Dio"⁷¹. Ristabilitosi, nel 1522 chiede ospitalità ai Benedettini di Monserrat, fa la sua confessione scritta per tre giorni. Il 24 Agosto 1522 abbandona i suoi abiti, li dona a un povero e veste l'abito di penitenza, passando tutta la notte in piedi e in ginocchio davanti al Santissimo Sacramento e all'immagine della Madonna "la Moreneta". Ignazio si sente ormai interpellato e investito da questa sua nuova missione, quella di portare l'annuncio di Cristo. Successivamente parte per Manresa, dove si sviluppa in maniera radiosa la vita spirituale e mistica di Ignazio. Lungo il fiume Cardoner ha un'esperienza spirituale eccezionale, che egli descrive così: "*Si sedette un momento, rivolto verso l'acqua che scorreva in basso e stando lì seduto, cominciarono ad aprirgli gli occhi dell'intelletto. Non già che avesse una visione, ma capì e conobbe molte cose della vita spirituale, della fede e delle lettere, con una tale luce che tutte le cose gli parevano nuove. Egli non può spiegare i particolari che allora penetrò, benché fossero*

⁷¹ Antonio COVI (a cura di), Ignazio di Loyola, Esercizi Spirituali, Edizioni Messaggero Padova, 2003, p.15

*molti; solo può dire che ricevette una gran luce nell'intelletto. Di modo che in tutto il corso della sua vita ,fino ai sessantadue anni suonati, sommando tutti gli aiu ti ricevuti da Dio e tutto ciò che ha imparato, anche riuniti così insieme, non gli pare di aver appreso tanto come in quella volta’’⁷². Dal 1524 al 1528 riprende gli studi a Barcellona, Alcalà e Salamanca. Dal 1528 al 1535 giunge a Parigi, dove frequenta i corsi alla Sorbonne e contemporaneamente dà ad alcuni studenti gli esercizi spirituali. Con un gruppo di amici, tra cui Francesco Saverio e Pietro Fabro, decide di compiere un viaggio in Terrasanta, ma, non essendo possibile, si dirigono a Roma, dopo essere stati ordinati sacerdoti a Venezia. Prima di giungere nella città, Ignazio si ferma a pregare in una cappella nella località “la Storta”. In questa piccola Chiesa Ignazio vive un'altra delle sue visioni mistiche, che si può paragonare alla stessa esperienza del Cardoner: “*et facendo oratione, ha sentita tal mutatione nell'anima sua, et ha visto tanto chiaramente che Iddio Padre lo metteva con Cristo, suo Figliuolo, che non gli basterebbe l'animo di dubitare di questo, sennonché Iddio, Padre lo metteva con suo Figliuolo*”.⁷³ A Roma Ignazio e il suo gruppo fanno l'atto di sottomissione al papa paolo III, nel Novembre del 1538. La data del 24 Giugno del 1539, dopo serate di discussioni e di approfondite analisi della situazione, è*

⁷² Ibidem, p.17

⁷³ Ibidem, p. 20

l'atto fondativo della Compagnia di Gesù (così si chiameranno i Gesuiti). Ignazio accetta la carica di Superiore della compagnia il 19 Aprile del 1541.

Cap X

LA PREGHIERA: ISTRUZIONI PER L'USO

Quanto sostenuto in precedenza, deve trovare la sua corrispondenza in un'attività, che, come credenti, siamo tenuti a mettere in atto con efficacia ed efficienza: la preghiera, che è il mezzo che ci avvicina a Dio e ci coinvolge direttamente nel suo progetto. La preghiera è la pratica fondamentale di ogni

cristiano. Gesù, infatti, pregava e ci ha insegnato a pregare.

Essa è anche rinnovamento. Tutte le volte che preghiamo, essa agisce in noi e ci rinnova. Fin dalla creazione l'uomo ha sempre pregato, come la storia universale e la storia della salvezza ci descrivono. In questa nostra rubrica, vogliamo riferirci alla preghiera del cristiano. La domanda che spesso mi viene posta è: come si prega? Tanti sono i modi di pregare, ma uno solo è lo Spirito che li anima e li vivifica.

Qui cercherò di dare solo alcune indicazioni che possono tornare utili. Perché la preghiera sia efficace, sono indispensabili alcuni semplici gesti che l'accompagnano. Se

ne possono elencare tre importanti: la concentrazione, la rappresentazione e la riflessione. La concentrazione è il momento iniziale. In piedi, seduti o in ginocchio, è importante una disponibilità giusta e tale da poter

raccogliere il corpo, la mente e la psiche nel punto centrale che è il cuore. S. Ignazio di Loyola (1491 – 1556) negli Esercizi Spirituali, alla nota n. 1, cita: “...*Come sono esercizi corporali il passeggiare, il camminare, il correre, così si chiamano esercizi spirituali tutti i modi di preparare e disporre l’anima a togliere da sé tutte le affezioni disordinate e, dopo averle tolte, di cercare e trovare la volontà divina nell’organizzazione della propria vita per la salvezza dell’anima*”. Ciò vale ovviamente anche per la preghiera, giacché mediante gli esercizi spirituali, ci si esercita, tra l’altro, alla pratica della preghiera. La rappresentazione è il momento in cui, chi prega vede, con la sua capacità d’immaginazione, una determinata azione, che è l’oggetto di quella preghiera: i misteri del santo Rosario, la localizzazione dell’Ave Maria, del Padre nostro, o anche semplicemente l’immaginazione e la rappresentazione della mia relazione con Dio. In effetti è come se io stesso vedessi Dio, attraverso la concentrazione e la rappresentazione. Se, ad esempio, recito l’Ave Maria, mi rappresento l’Annunciazione nella sua globalità, salvo poi a fissare lo sguardo e l’attenzione su un particolare punto. Se invece voglio pregare con il santo Rosario, posso rappresentarmi ogni singolo mistero e contemplarlo. Così

accade con tutte le altre preghiere, anche con quella preghiera spontanea, che produce il mio dialogo diretto con Dio, la Madonna, i Santi. La riflessione è il momento culminante. Essa consiste nell'applicare a me stesso il contenuto della preghiera. Accade, a questo punto, una cosa importantissima: io divento la situazione che mi sto rappresentando e la situazione agisce in me, in modo tale, da diventare una sola cosa. Ciò vuol dire che la riflessione ci fa diventare tutt'uno con l'oggetto della mia preghiera. Questi tre momenti, pur essendo indipendenti uno dall'altro, agiscono in maniera coordinata e chiedono di essere controllati dalla volontà e dall'intelletto. E' chiaro che la preghiera deve partire dalla volontà. Solo se voglio, infatti, posso decidere di pregare. E' un esercizio che ciascuno deve compiere nella palestra della propria struttura (cuore, psiche, mente e corpo). Più mi esercito con deliberato consiglio alla preghiera, e più essa diventa parte integrante e insostituibile di me. L'esercizio quotidiano diventa indispensabile per chi, come il cristiano, è candidato alla santità. Vuoi essere santo? Prega. Vuoi la vita eterna? Prega. Vuoi la pace? Prega. Qualunque cosa tu voglia, prega, prega, prega, perché solo la preghiera può

tutto e consente all'anima d'incontrare Dio in un perenne
linguaggio d'MORE.

Cap XI

SULLA PREGHIERA NELLA TENTAZIONE

La preghiera, come abbiamo osservato, è il gran mezzo, attraverso cui la creatura e il Creatore discorrono d'amore. La preghiera talvolta può trasformarsi anche in un momento di angoscia e di paura, che sono tra gli strumenti più subdoli utilizzati dal demonio, allo scopo di indurre al peccato e spesso o quasi sempre nel peccato dominante. Cercherò di spiegare questa dinamica molto particolare, che riguarda la dimensione dello spirito, ma che può essere facile preda della psichicità. Non parlo della preghiera che normalmente si fa, ma di quella preghiera che facciamo nel momento in cui, nel renderci conto di essere preda della tentazione, rivolgiamo al Signore, perché da quella tentazione ci liberi o non ci abbandoni in quel momento particolare.⁷⁴ Attenzione! In questo caso possiamo avere due modi di versi di pregare, credendo in

⁷⁴ In riferimento alla preghiera del Padre nostro, si riporta un articolo di Famiglia Cristiana del 15 Novembre 2018, a firma di Antonio Sanfrancesco: *“Dopo un dibattito durato sedici anni, l'Assemblea generale della Cei, riunita da lunedì scorso in Vaticano, ha approvato la traduzione italiana della terza edizione del Messale Romano. Durante il percorso, si legge nel comunicato finale dell'Assemblea generale straordinaria della Cei, vescovi ed esperti hanno lavorato al miglioramento del testo sotto il profilo teologico, pastorale e stilistico, nonché alla messa a punto della Presentazione del Messale, che aiuterà non solo a una sua proficua recezione, ma anche a sostenere la pastorale liturgica nel suo insieme. Il testo della nuova edizione sarà ora sottoposto alla Santa Sede per i provvedimenti di competenza, ottenuti i quali andrà in vigore anche la nuova versione del Padre nostro («Non abbandonarci alla tentazione») e dell'inizio del Gloria («Pace in terra agli uomini, amati dal Signore»). Nell'intento dei vescovi, la pubblicazione della nuova edizione costituisce l'occasione per contribuire al rinnovamento della comunità ecclesiale nel solco della riforma liturgica. Di qui la sottolineatura, emersa nei lavori assembleari, relativa alla necessità di un grande impegno formativo. In quest'ottica «si coglie la stonatura di ogni protagonismo individuale, di una creatività che sconfina nell'improvvisazione, come pure di un freddo ritualismo, improntato a un estetismo fine a se stesso». La liturgia, hanno evidenziato i vescovi, coinvolge l'intera assemblea nell'atto di rivolgersi al Signore: «Richiede un'arte celebrativa capace di far emergere il valore sacramentale della Parola di Dio, attingere e alimentare il senso della comunità, promuovendo anche la realtà dei ministeri. Tutta la vita, con i suoi linguaggi, è coinvolta nell'incontro con il Mistero: in modo particolare, si suggerisce di curare la qualità del canto e della musica per le liturgie».*

buona fede che siano la stessa cosa: a) una preghiera normale , in cui ci abbandoniamo fiduciosi nelle mani di Dio; b) Una preghiera che definirei “di paura”, fondata cioè sulla paura, il cui terreno fertile è la psichicità. Mentre la prima deriva dallo spirito, la seconda deriva dalla psichicità, che è la sede dell’ansia, della paura. Spesso non ci è dato di discernere tra la prima e la seconda modalità e crediamo che siano la stessa cosa. Si ha motivo di ritenere che non sia così e cerco di spiegare il perché, soffermandomi su quella che ho definito “preghiera di paura”. Quando ci rendiamo conto di essere incorsi nel peccato dominante, cioè ripetitivo nel tempo, e la tentazione continua ad aggredirci, nasce in noi un bisogno istintivo di pregare e spesso ce la mettiamo anche tutta, per allontanare da noi la tentazione. E’ certamente un atteggiamento giusto, come ci ha insegnato il nostro confessore. Se tuttavia questa preghiera di paura diventa uno strumento generato dall’ansia e dalla paura di peccare, allora dobbiamo fare un buon cammino di discernimento, perché questo è esattamente il momento in cui entra in gioco il diavolo, il quale, facendo leva sulla nostra ansia e sulla paura, ci spinge a pregare in quel modo, cioè nel modo sbagliato, mentre continua a persistere la tentazione e la lotta tra il rifiuto, dettato dalla consapevolezza di peccare, e l’accondiscendenza. In questa lotta, condotta sul filo dell’ansia e della paura, ci convinciamo che è inutile proseguire e ci arrendiamo, cedendo le armi al nemico. E’ la nostra caduta, cioè la nostra sconfitta, cui seguono sensi di colpa, pentimento, rammarico per non avercela fatta, sfiducia e talvolta anche l’idea che, stando

così le cose, il Signore non potrà perdonarci. E' vero che il perdono viene da Dio e che l'uomo deve meritare, ma è anche vero che il Signore, nella sua infinita bontà e misericordia, perdona le nostre colpe e ci invita a riflettere. Valga per tutti la parabola del padre misericordioso.⁷⁵ Questo, dunque, è il momento della preghiera, che abbiamo definito "normale", intendendo, con questo termine, il modo giusto di pregare. Tutto dipende dalla fede radicata in noi.⁷⁶ Una preghiera fatta con ansia e paura, non porta frutti, ma scompiglio nella mente e sconforto nel cuore. Che fare? Nei momenti della tentazione, bisogna abbandonarsi completamente al Signore, esprimergli tutta la nostra fiducia e concentrarsi sulla sua Divina Maestà, anche attraverso l'attività immaginifica. Ci troviamo di fronte a un Padre buono, che non esita a gettarsi al collo del figlio, perché risorto a vita nuova. Una tale situazione spirituale richiede molto esercizio e molta pazienza.

⁷⁵ Lc 15,11-32. Ad una lettura attenta del testo, riteniamo fondamentali due momenti: a) la decisione del figlio, che, dopo aver sperperato l'eredità, rientra in sé, rivive la condizione di benessere nella casa paterna, riflette, si pente, decide di ritornare. Sono tutte azioni, che preludono al perdono; b) l'attesa del padre e la sua misericordia. Sono i due pilastri di questo testo, che sta ad indicare la lacerazione del rapporto padre-figlio e la successiva ricostruzione. Nota sostanziale è l'attesa del padre, che, nonostante la lacerazione dovuta al libero arbitrio del figlio, non solo rimane in costante attesa, ma "...suo padre lo vide e ne ebbe compassione. Gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò". Da notare che il testo greco, al posto di "gli si gettò al collo", utilizza il verbo "epipesen", equivalente al latino "cécidit", che, stando alla lettera, dovrebbe tradursi "gli cadde sul collo". Una notazione semantica non di poco conto, se si immagina la lunga attesa del padre, che quasi non si regge sulle gambe alla vista del figlio ritrovato. In questa parabola si configura il rapporto uomo-Dio, un Dio che si comporta da padre buono e misericordioso, un padre che, nonostante il suo rigore, non castiga, ma perdona e fa festa per ogni figlio che si ritrova, per ogni pecorella che si smarrisce, per ogni peccatore che chiede sinceramente perdono.

⁷⁶ Per una completa ed esaustiva formazione alla preghiera, rimandiamo al Catechismo della Chiesa Cattolica (CCC), parte IV, la preghiera nella vita cristiana, sez. I e II, Editrice Vaticana, pp.673-751.

PSICOLOGIA, SENSO DI COLPA E PECCATO

Come facciamo a capire quando siamo sotto l'attacco del demonio? Una bella domanda, ma che richiede una risposta chiara, sebbene si tratti di un argomento complesso. Partiamo subito da quello che potremmo definire un assioma: la preghiera. La preghiera costante e profonda, anche se semplice, è gradita a Dio e tiene il diavolo lontano. "Chi prega si salva e chi non prega si dannà" afferma S. Alfonso Maria de Liguori (*Del gran mezzo della preghiera*). Fatta questa premessa sulla necessità della preghiera costante, cerchiamo di capire quando e perché siamo sotto l'attacco del demonio. Dobbiamo innanzitutto essere convinti che il nostro nemico mortale, che vuole la nostra morte eterna, non viene di tanto in tanto, quando gli fa comodo o magari quando fa comodo a noi, ma è costantemente presente accanto a noi. Se c'è un primato, di cui il diavolo va certamente fiero, è proprio la sua perseveranza e tenacia nell'insidiarci. Di ciò dobbiamo essere convinti e potremmo definirlo come l'assioma numero due. Se dunque siamo costanti nella preghiera e crediamo fermamente che il nostro nemico è costantemente presente, allora siamo sulla buona strada, per poter comprendere se e quando siamo sotto l'attacco del demonio. E' una condizione che non possiamo creare a tavolino, come se si trattasse di un'opera letteraria, ma che dobbiamo necessariamente sperimentare, per rendercene conto.

Teniamo bene in mente ciò: può entrare il ladro in casa, se le porte sono blindate a prova di proiettile? Assolutamente no, o almeno è molto improbabile.⁷⁷ Molto spesso non ci accorgiamo quando stiamo per spalancare le porte al diavolo, semplicemente perché preghiamo male o non preghiamo affatto oppure siamo convinti che il nostro nemico sia assente o distratto. Non è così, perché, come abbiamo detto, il nostro nemico è sempre presente. Per renderci conto di stare sotto il suo attacco, è necessario il discernimento, cioè comprendere se una determinata azione è fatta per il bene o per il male; se è fatta con leggerezza, se c'è il deliberato consenso o l'azione è del tutto involontaria; le circostanze in cui avviene l'azione. Un esempio calzante può essere il seguente: se avviciniamo la fiamma a un liquido infiammabile, accade inevitabilmente lo scoppio e l'incendio. Cadiamo nel peccato, se ci avviciniamo troppo ad esso, fino a cedere alla tentazione. Pensiamo al rapporto esistente tra la fiamma e il combustibile. Se l'oggetto del peccato (il desiderio) rappresenta il combustibile e l'occasione rappresenta la fiamma(tentazione), possiamo ben comprendere che se si avvicinano, l'esplosione, cioè il peccato, è inevitabile. I rapporti di forza sono questi e in teoria se tutti avessero coscienza di ciò, nessuno peccerebbe. Dobbiamo però fare i conti con la nostra precarietà. In effetti l'essere precari implica anche la nostra fragilità, di cui fanno parte i desideri peccaminosi, i nostri pensieri vani, estranei e perversi, la nostra

⁷⁷ Lc 12,39-40. "Sappiate bene questo: se il padrone di casa sapesse a che ora viene il ladro, non si lascerebbe scassinare la casa. Un modo per comprendere quanta attenzione sia necessaria, per preservarsi dall'attacco del demonio.

impudicizia, le affezioni dell'anima.⁷⁸ Un altro esempio pratico: prendiamo uno dei sette vizi capitali, ad esempio l'ira.⁷⁹ E' il mio difetto predominante? Se non rientra tra i miei difetti predominanti, allora l'analisi è addirittura più agevole. Se invece è il mio difetto predominante, vale la pena di comprendere come esso si generi. Possiamo distinguere due fasi: una fase interna e una fase esterna. La prima si verifica dentro di noi, attraverso pensieri aversivi, cioè che si generano dentro di noi e sono diretti contro determinate persone e situazioni. Per spiegare questo fenomeno, facciamo riferimento al Manzoni nel suo romanzo "i promessi sposi". Renzo, dopo aver incontrato don Abbondio e aver saputo che don Rodrigo contrastava le sue nozze con Lucia, in cuor suo, pensando a colui che è diventato il suo nemico, don Rodrigo, lo uccide tante volte nel pensiero, ma altrettante volte chiede perdono a Dio per il suo pensiero malvagio.⁸⁰ Anche a noi accade la stessa cosa, specialmente quando ci sottraggono con l'inganno o la prepotenza qualcosa che ci appartiene. In questa prima fase rientra anche la memoria di eventi che ci hanno indotto, a breve o a lungo termine, in uno stato di irascibilità. Tale situazione può essere risolta mediante la consulenza psicologica e la psicoterapia, discipline che possono certamente aiutare ad uscire da uno stato di

⁷⁸ Nel pensiero antico (Aristotele), le affezioni sono identificate con il patire, che è una categoria della sostanza. I sensi, che sono l'oggetto del patire, trasmettono all'anima le sensazioni provocate dagli oggetti esterni. Le sensazioni tuttavia suscitano anche le passioni, per cui il termine "affezioni" non investe solo la sfera conoscitiva, ma anche quella etica e morale.

⁷⁹ I sette vizi capitali sono: Superbia (superiorità e disprezzo degli altri e delle leggi); avarizia (cupidigia, avidità costante e senso di insoddisfazione); lussuria (irrefrenabile desiderio del piacere sessuale); ira (alterazione che si traduce nell'avversione profonda e vendicativa verso qualcuno o anche qualcosa); gola (abbandono ai piaceri della tavola, senso di ingordigia e perdita della cognizione del piacere); invidia (tristezza per coloro che hanno dei beni); accidia (pigrizia, indolenza, infingardaggine).

⁸⁰ A. Manzoni, I promessi sposi, cap. II

ansia e di stress emotivo, ma non è una strategia assoluta per la persona. In termini esclusivamente spirituali e non psicologici, infatti, tutto viene visto da un'angolazione diversa. E' chiaro che il credente, per sua stessa natura ed essere, nonché per la sua fede, è orientato verso la legge del perdono. Ci rendiamo conto però che, anche quando abbiamo perdonato, spesso ritornano alla mente situazioni e circostanze, che generano sentimenti di rancore. Queste situazioni ritornano alla mente nei momenti diversi della giornata, specialmente quando abbiamo raggiunto una certa pace interiore e un certo equilibrio. Il motivo di ciò è dovuto alla perseveranza e alla furbizia del diavolo, il quale aspetta il momento opportuno per aggredirci e ridurci al suo comando. Per quanto riguarda la fase esterna, tutti sperimentiamo quotidianamente quanto sia spesso difficile alzare una barriera agli attacchi del demonio, come ad esempio frenare la lingua o non cedere all'invidia e alla gelosia. Gli attacchi esterni sono tanti e spesso quelle stesse condizioni che si generano dall'esterno, si fissano nella mente e diventano ridondanti. In effetti le esperienze interne ed esterne si ritrovano in un unico terreno fertile e diventano l'oggetto dei nostri pensieri. Questi meccanismi si sviluppano su un terreno psicologico, ma qualcosa di diverso accade quando si ha a che fare con lo spirito, che è la parte centrale della nostra struttura quadrinomia (cuore, psiche, mente, corpo) che abbiamo trattato. Che cosa accade dunque a livello dello spirito? Si rende necessario fare una distinzione tra la psicologia e lo spirito. E' facile cadere nella confusione quando non si ha la chiarezza della distinzione.

La psicologia può essere di grande aiuto allo spirito, ma non si può sostituire ad esso. Lo stesso discernimento o esame, è di estrazione psicologica, nel senso che intervengono gli aspetti psicologici a determinare la coscienza e la consapevolezza, che offrono allo spirito la possibilità di costruire una volontà buona, fondata sulla legge del perdono. Non dobbiamo pensare però che la psicologia e lo spirito siano la medesima cosa in termini religiosi. La psiche, infatti, come ampiamente dimostrato e approfondito con lo studio della struttura quadrinomia, è una componente più alta della corporeità ed è vicinissima alla parte centrale, che è il cuore o lo spirito. S. Ignazio di Loyola chiama “ le astuzie del nemico”⁸¹ tutti gli inganni che il diavolo mette in campo, per farci cadere nel peccato e per allontanarci da Dio. Invidiosissimo, non risparmia nessuna delle sue astuzie, per aggredirci e farci diventare schiavi del peccato, specialmente del nostro peccato dominante. Ritornando alla psicologia in rapporto al peccato, dobbiamo dire che essa affronta l’argomento nella sua totalità e complessità, perché riguarda sia la coscienza che l’inconscio, i processi mentali superiori, che determinano un atto di coscienza in senso fenomenologico. Proprio attraverso la fenomenologia, è possibile rendersi conto di ciò che accade dentro di noi e fuori di noi, generando una risposta di piacere e di dolore in senso morale. Lo stesso senso di colpa, a volte tanto biasimato, è un accadimento della nostra coscienza, un rendersi conto di qualcosa di spiacevole e di cui ci si è resi protagonisti. Tale consapevolezza, che

⁸¹ S. Ignazio di Loyola, Esercizi Spiritualì.

potremmo indicare anche come autocoscienza, se elaborata a livello psicologico, diventa lo strumento di superamento del conflitto. Se l'elaborazione psicologica va oltre la psiche e tocca lo spirito, allora subentra una nuova dimensione, che è la pace spirituale, ciò che consente di stare bene e permette di iniziare un nuovo percorso, che è quello dello spirito. Si potrebbe obiettare: dov'è la differenza? La differenza è sostanziale, in quanto la sola elaborazione psicologica, nonostante apra alla consapevolezza, tuttavia non cancella il substrato negativo, che molto spesso affiora attraverso la memoria, generando un nuovo conflitto, che viene poi superato dalla struttura psichica della persona. Questo fenomeno è ridondante, nel senso che ritorna spesso alla memoria. L'elaborazione che apre allo spirito e si conclude in esso, apre invece a una nuova dimensione, basata soprattutto sul perdono e sulla compassione, che costituisce il senso e la cifra dell'essere credenti, cioè persone di fede. Gesù stesso ha compassione e chiede al Padre di perdonare i suoi accusatori e coloro che lo portano al patibolo. La psicologia del senso di colpa inoltre studia le modalità di approccio e di superamento, anche attraverso la sdrammatizzazione del caso. Provare invece il senso di colpa come senso del peccato, come ci detta lo spirito, significa rifiuto del peccato, quand'anche si sia già commesso. Perdono, totale abbandono alla volontà di Dio, fiducia di avere a che fare con un Dio che è Amore, è la cifra che ci porta ad operare la grande distinzione tra lo Spirito e la psiche.

LA VIA DEL CUORE

“Vi aspergerò d'acqua pura e sarete puri; io vi purificherò di tutte le vostre impurità e di tutti i vostri idoli. Vi darò un cuore nuovo e metterò dentro di voi uno spirito nuovo; toglierò dal vostro corpo il cuore di pietra, e vi darò un cuore di carne. Metterò dentro di voi il mio Spirito e farò in modo che camminerete secondo le mie leggi, e osserverete e metterete in pratica le mie prescrizioni. Abiterete nel paese che io diedi ai vostri padri, sarete il mio popolo, e io sarò il vostro Dio” (Ez 36,26-28). Abbiamo visto come la psicologia, perlomeno fino a quando non si è costituita come scienza sperimentale, abbia tenuto in grande considerazione il cuore, che era considerato la parte centrale dell'uomo e dal quale partivano tutti gli impulsi, da quelli più noti, come il muoversi e il camminare, a quelli meno noti, come i ragionamenti e gli istinti. Per entrare nella tematica che riguarda il cuore, è necessario operare prima una distinzione tra *psiche* e *cuore*. I due termini, di diversa origine semantica, (*psiche*=anima e *cardias* = cuore), non vanno confusi, sebbene si tenda a considerarli

sinonimi o perlomeno ad avvicinare molto i due significati. Il primo termine, come abbiamo avuto modo di illustrare negli incontri precedenti, viene assunto con quel significato platonico di *anima*. Dire *psiche* e dire *anima*, significava sostanzialmente la stessa cosa. La definizione di psicologia infatti è: studio dell'anima, vista nelle sue molteplici manifestazioni sentimentali e spirituali. Il termine “spirituale” qui non deve essere fuorviante, in quanto esso si riferisce ancora al sentimento, cioè al sentire (in greco *aisthanomai*, che significa: sento con l'anima). Lo spirito propriamente detto (*pneuma*) e secondo le Scritture, rappresenta la scintilla divina impressa da Dio al momento della creazione. Nel libro della Genesi infatti si legge: “...e lo spirito di Dio aleggiava sulle acque”(Gen 1,2). Al di là di questa distinzione, bisogna anche dire che il più delle volte utilizziamo i due termini, cuore e anima, in modo indistinto. Senza formalizzarci troppo su questa distinzione, cerchiamo di chiarire che cosa è il cuore. Possiamo dire che esso è la dimensione dell'uomo nel suo duplice aspetto, quello interiore e quello esteriore. Il cuore abbraccia dunque queste due dimensioni, che a loro volta diventano la culla dell'uomo, nel senso che l'uomo non si barcamena tra queste due dimensioni, ma le racchiude in sé entrambe,

per poter affinare la sua spiritualità, la sua dimensione religiosa. In Mt 15,8 Gesù, citando Isaia, dice: “*Questo popolo mi onora con le labbra, ma il suo cuore è lontano da me*”. Gesù corregge il tiro dei farisei e dei Dottori della legge, dediti a un culto solamente esteriore, per richiamare la necessità di un recupero del cuore, cioè di quel mondo interiore dell'uomo, che, partendo dal suo *finitum*, tende verso l'*infinitum* che è Dio.⁸² Possiamo così comprendere quanto dice il Profeta Ezechiele “*Vi darò un cuore nuovo e metterò dentro di voi uno spirito nuovo; toglierò dal vostro corpo il cuore di pietra, e vi darò un cuore di carne*”(Ez 36,26). Ciò vuol dire che tutto prende forma e movimento dal cuore , da un cuore vivo, entro il quale “*io metterò il mio Spirito*”. La parola “cuore” echeggia in tutta la Scrittura. Innumerevoli sono infatti i passi, in cui il cuore diventa la parte centrale e dominante, la parte non carnale, sebbene sia di carne, ma la parte più intima di noi stessi, che solo Dio conosce e scandaglia con il suo Cuore. La psicologia in generale non ha ricercato, come abbiamo visto, la via del cuore; tutt'al più quella dell'anima, e soprattutto della coscienza. Grazie a Jung, con la sua

⁸²Meister Eckhart, *De istruzione spirituali*, in G.Reali-D.Antiseri, antologia filosofica, vol. I, Brescia, Editrice La scuola, 1990, pp.518-519.

psicologia analitica, a Husserl, con la sua fenomenologia, agli studi sull'empatia di Edith Stein e alla svolta cristiana della filosofia, la via del cuore, un tempo inesplorata o parzialmente esplorata, diventa accessibile, ma è un discorso tutto in salita, per i motivi che andremo ad analizzare nel corso dei nostri incontri. La psicologia della religiosità si distingue dalla psicologia della religione, come abbiamo già osservato, proprio perché quest'ultima studia le implicazioni psicologiche della religione o delle religioni; mentre la prima osserva, in base alla fenomenologia, ciò che accade nel cuore, anzi il cuore stesso diventa un accadimento, perché è dal cuore che parte il movimento, per orientarsi verso l'infinito Amoredivo. Quando parliamo dunque di psicologia della religiosità, ci riferiamo all'intimo della persona, cioè il cuore, che è la sede dei pensieri, dei sentimenti e di tutte le intenzioni. D'altra parte nel cuore si realizza la vera compassione, anzi possiamo dire la compassione stessa è la condivisione dei cuori. Il Profeta Osea, nel suo travaglio esistenziale e spirituale, pronuncia parole di grande compassione da parte di Dio per il suo popolo, che lo ha tradito: *“Come potrei abbandonarti, Efraim, come consegnarti ad altri, Israele? Come potrei trattarti al pari di Admà, ridurti allo stato di*

Zeboim? Il mio cuore si commuove dentro di me, il mio animo freme di compassione. Non darò sfogo all'ardore della mia ira, non tornerò a distruggere Efraim, perché sono Dio e non uomo; sono il Santo in mezzo a te e non verrò nella mia ira” (Os 11,8-9). Ci troviamo di fronte alla vera identità del cuore, la sua vera e autentica natura, che media le istanze della psiche e della mente, fino a scioglierle con il suo calore, con la sua dolcezza, con la sua vera identità. E che dire della preghiera del re Salomone, in risposta alla richiesta di Dio in sogno? “*Chiedimi ciò che devo concederti*” (2 Re 3,5). E che cosa chiede Salomone? “*Concedi al tuo servo un cuore docile perché sappia rendere giustizia al tuo popolo e sappia distinguere il bene dal male...*”(2Re 3,9). E il Signore che cosa concede a Salomone? “*perché hai domandato questa cosa e non hai domandato per te una lunga vita, né la ricchezza, né la morte dei tuoi nemici, ma hai domandato per te il discernimento per ascoltare le cause, ecco faccio come tu hai detto. Ecco ti concedo un cuore saggio e intelligente...*”(2Re 3,11-12). Vale la pena di approfondire con una lettura efficace e meditare su questo passo, che mette in luce quanto importante sia il cuore in tutte le decisioni e dove si sviluppa il discernimento del cuore. Se

ci soffermiamo sulla storia del popolo di Israele, possiamo subito notare che il popolo eletto da Dio si è allontanato da lui, ha rivolto il suo *cuore* agli idoli, al culto di dei stranieri, al vitello, ad Assur e ad altri idoli. E' questo il punto di frattura tra Dio e il suo popolo: la mancanza di *cuore*, che è mancanza di fede e di speranza. Un altro esempio che conferma il nostro assunto. Il Profeta Geremia intuisce la catastrofe che sta per abbattersi sul popolo di Israele, il capovolgimento generale della società di allora, di cui egli era attore, spettatore e vittima, perchè si trovava di fronte un popolo deviato e ribelle e di cui egli aveva perso il suo ruolo di guida. Ma è il Profeta stesso, che nel suo cuore non perde la speranza: *“Darò loro un cuore capace di conoscermi, perché io sono il Signore; e essi saranno il mio popolo ed io sarò il loro Dio, se torneranno a me con tutto il cuore”* (Ger 24,7); e ancora *“Darò loro un solo cuore e un solo modo di comportarsi perché mi temano tutti i giorni per il loro bene e per quello dei loro figli dopo di essi. Concluderò con essi un'alleanza eterna e non mi allontanerò più da loro per beneficiarli; metterò nei loro cuori il mio timore, perché non si stacchino da me”* (Ger 32,39-40). Possiamo concludere questo prima riflessione, sostenendo che, psiche e cuore, semanticamente

diversi, in varie circostanze sono alleati. Il confine tra i due significati è netto, ma nello stesso tempo si ritrovano motivi di unità. Quello che interessa tuttavia alla ricerca, non è tanto di trovare i confini di demarcazione e mettere dei paletti invalicabili, ma di applicare le giuste regole semantiche, anche per dare corso a una ermeneutica di più ampio respiro e nello stesso tempo attinente al significato del termine cuore.

La domanda dell'uomo

La domanda dell'uomo circa la sua origine e che lo pone di fronte al rapporto tra fede e ragione, è quanto mai attuale, soprattutto in una società in cui le certezze sono cose molto rare. Nel prendere in esame la struttura quadrimomia dell'uomo, analizzeremo, con metodo fenomenologico, le singole parti, per ricercare e semmai ricostruire tra esse un'armonia, nel tentativo di tracciare una terza via della ricerca, che già Kierkegaard aveva preconizzato in termini filosofici esistenziali, nel tentativo di integrare l'ideale etico e quello estetico. Perché la ricerca possa essere esaustiva, è necessario qualche riferimento storico filologico. Ancora una volta facciamo riferimento all'analisi semantica di due termini: la *mente* e il *corpo*.

Innanzitutto occorre precisare, a livello lessicale, che il termine “mente” è anch’esso una derivazione dall’altro termine “psiche”, che, come abbiamo visto in precedenza, quando l’abbiamo confrontato con il cuore, contiene molteplici significati. Il dizionario Greco – Italiano di Lorenzo Rocci infatti, alla voce *psiche*, riporta, tra le altre, le seguenti definizioni: a) significato generale: anima, vita, soffio o forza vitale, spirito; b) anima, in opposizione al corpo; c) anima, animo, come sede dell’intelligenza; come sede degli affetti, dei sentimenti, delle passioni; come indole, natura, animo riferiti al mondo animale. Analizzando questa terminologia, non è difficile rendersi conto che tutti i significati dei termini riportati conducano, in qualche misura, a qualcosa che sfugge alla corporeità, e per ciò stesso si avvicina a quello che noi, spesso impropriamente, come abbiamo già affermato in precedenza, chiamiamo Spirito (con la esse maiuscola). La differenza terminologica, per quanto possa sembrare meticolosa, è importante per quello che stiamo ricercando e cioè la psicologia in rapporto alla religiosità. Lo stesso dizionario, alla voce *soma* riporta, tra le altre, le seguenti definizioni: a) corpo; b) vita, persona; c) schiavo); d) stato civile; e) organo; f) organo genitale; g) materia, corpo

solido, corpo tangibile; h) sostanza; i) l'assieme; il corpo del mondo, dell'universo. Tale suddivisione è sostanzialmente ancora attuale, nonostante gli studi e le ricerche più recenti abbiano evidenziato la necessità di una ulteriore suddivisione, che andrebbe a costituire proprio la struttura quadrinomia. Dalla ricerca effettuata, i significati più articolati e polisemici sono quelli relativi al primo termine, di cui notiamo una varietà di significati riconducibili a due dimensioni: una che fa riferimento allo *spirito* nel senso di soffio, di respiro; l'altra che fa riferimento più marcatamente alla *corporeità* (indole, intelligenza, affetto, sentimento, passione). Ambedue i significati sono fortemente radicati nella corporeità. Con Origene, prima, e nella visione Agostiniana, poi, il termine *anima* ha assunto un significato spirituale e contrapposto al corpo. Attraverso la gnosi cristiana, il cui capofila è Paolo di Tarso, i due termini, *psiche* e *soma*, pur conservando lo stesso aspetto dicotomico, tuttavia assumono una caratteristica funzionale convergente, in quanto proiettati armonicamente in una nuova dimensione: quella evangelica (*farà nuove tutte le cose*) e mistica. La psiche, come la mente, è la parte più nobile del corpo, ma pur sempre radicata nella corporeità. L'uomo stesso è

profondamente radicato nel corporeo, ma aperto all'infinito, come sosterrà Meister Eckhart (1260 – 1327), che indica nel “distacco” la via per arrivare a Dio: *“Uno spirito distaccato può tutto. Cosa è uno spirito libero? E' quello che non è turbato da nulla, non legato a nulla, che non fa dipendere da alcunché il suo bene supremo, che non considera in nulla ciò che è suo, che è completamente uscito da se stesso e sprofondato nella dolcissima volontà di Dio. Nessuno può compiere un'opera, per piccola che sia, senza ricevere da ciò la sua forza e il suo potere”*⁸³. Sulla stessa scia si colloca Nikolaus Krebs Von Kues (Cusano), (1401 – 1464), che, nel tracciare l'itinerario dell'uomo verso Dio, ricorre a una metafora geometrica tra le più incisive e suggestive: quella della circonferenza e il poligono in essa inscritto, il quale quanti più angoli avrà, tanto più risulterà simile al circolo, non si renderà mai uguale ad esso, anche se moltiplicherà all'infinito i propri angoli, a meno che non si risolva in una identità con il circolo (*Docta Ignorantia*). Questa identità, preannunciata già dalla tradizione alessandrina con Origene(185 – 253/54) e continuata con Plotino (205 – 270), l'ultima voce pagana, trova la sua

⁸³Meister Eckhart, *De istrutione spirituali*, in G.Reali-D.Antiseri, antologia filosofica, vol. I, Brescia, Editrice La scuola, 1990, pp.518-519.

piena attuazione nella mistica medioevale e nei mistici del 1500, in particolar modo S. Ignazio di Loyola, (Esercizi Spirituali), Santa Teresa d'Avila (Castello interiore o Mansioni) e San Giovanni della Croce (La notte oscura, cantico spirituale). In questa prospettiva si pone la *mistagogia*, lo studio dei mistici, quella che Giuseppe De Gennaro ha giustamente chiamato “la scuola dei Mistici”⁸⁴. La ricerca è in corso ed è destinata ad ampliarsi, vista la mole di scritti mistici e gli studi che ad essi si rifanno e che coinvolgono i diversi ambiti: antropologico, sociologico, psicologico, pedagogico, didattico, formativo.

⁸⁴Giuseppe De Gennaro, *Cura delle tossicodipendenze. La scuola dei Mistici*, in *La Civiltà Cattolica*, 1995, 3473, p. 461

Cap XIV

Gli studi attuali: la struttura quadrinomia

La ricerca intorno alla struttura quadrinomia della persona incomincia all'Università dell'Aquila, ad opera di Giuseppe De Gennaro, già all'inizio degli anni ottanta e si apre con un congresso : “*Droga anni ottanta: che fare?*”, in cui vengono fissati i primi punti per la ricerca sulla struttura della persona e dove il termine “droga” viene passato al vaglio degli studiosi di varia natura e tendenza. Fulcro del congresso è il *disordine* della persona e il tentativo di fissare dei principi per eliminarlo, almeno in parte. In questa prospettiva il disordine viene studiato da ogni angolo visuale e si comincia a pensare ad un intervento pluri –interdisciplinare, ma con una forte implicazione di carattere spirituale, in quanto il modello è appunto “*la scuola dei mistici*”. Dopo dieci anni da quella data, all'inizio degli anni novanta, è la volta del *Congresso internazionale di Semiotica del testo Mistico*, in cui si accentuano le basi della ricerca mistica, che viene vista come la vera via della guarigione. Gli studi al riguardo portati avanti da Giuseppe De Gennaro mettono in luce alcuni aspetti fondamentali per la ricerca sul testo: a) non

vi è ricerca se non vi è pratica del testo; b) ricerca e pratica del testo non prescindono dalla preghiera, che diventa l'elemento sostanziale della ricerca stessa; c) da questo esercizio quotidiano scaturisce la via della guarigione. A queste conclusioni si perviene anche attraverso una lunga e meticolosa ricerca sul processo di individuazione secondo la psicologia analitica junghiana. Tra gli obiettivi di questo processo figura, senza dubbio, l'armonia della struttura. La persona viene analizzata secondo quattro aspetti: *corpo - mente - psiche - cuore*. Immaginiamo una struttura circolare, il cui centro è occupato dal cuore, cui segue un altro cerchio, che è la sede della psiche, poi un altro ancora, che è la sede della mente. L'ultimo cerchio, quello all'estrema periferia, è occupato dal corpo. Cominciamo proprio da quest'ultimo, che è la sede della fisicità, degli istinti, delle pulsioni. Tutte manifestazioni della corporeità, che di per sé indicano la parte più lontana dal *cuore*. L'idea è che l'uomo, nella visione eckhartiana, è profondamente radicato nella corporeità, con la mente e con la psiche, ma aperto all'infinito, cioè al cuore. La corporeità, pur essendo la sede della caduta, come annunciano gli idealisti, costituisce un pilastro importante della struttura ed è l'espressione più chiara del limite umano. La mente è la

parte razionale, in cui l'uomo è costretto a vivere. Non che la razionalità sia considerata un male, ma quando questa prende il sopravvento sulle altre parti della struttura, viene a mancare quell'equilibrio dinamico, che rende la struttura ordinata e coordinata. La psiche è la sede delle emozioni, dell'istinto, dell'affettività, il luogo dell'inconscio. Agire sulla psiche significa riportare questa parte in armonia con le altre. Il cuore è la sede della vera e autentica *affettività-libertà*, quella parte che tiene in piedi la struttura intera. Armonia significa portare in equilibrio le parti, metterle insieme e ridurle a un solo grande spartito musicale armonico, in cui si rispettano le pause. E osservare le pause significa: fare silenzio intorno a sé, mettersi in ascolto dei propri sintomi, per capire l'origine della propria malattia, del proprio disagio, della propria vita. La ricerca viene portata avanti nell'ottica della salute globale, dove il Cuore, la Psiche, la Mente e il Corpo trovano la loro giusta dimensione e il loro giusto valore. E' la persona, che, chiusa nel segreto della propria stanza, si mette in ascolto dei propri sintomi, li fa parlare, li analizza. E' la "notte oscura" di Giovanni della Croce, è quella stessa "notte di fuoco" di Pascal, in cui si può rinvenire, con motivi diversi, il travaglio, la consapevolezza della propria corporeità, che,

assopita, schiude la porta del Mistero.

L'armonia delle parti

Gli studi condotti sulla struttura quadrinomia non possono che avere come obiettivo quello di armonizzare la struttura stessa. A questo proposito, vale la pena richiamarsi non solo alle leggi di quella parte della psicologia, che vede nell'armonia uno degli elementi fondamentali per lo studio dell'apprendimento e della personalità (Gestalt), ma anche a ricerche più recenti, come quella di Eugenio Coseriu⁸⁵, relative all'universo del discorso. Egli distingue quattro universi, che sono: *universo del discorso, universo della fantasia, universo della tecnologia, universo della fede*.⁸⁶ I quattro universi, pur avendo ciascuno una vita autonoma, tuttavia devono necessariamente integrarsi e armonizzarsi. E proprio quest'armonia delle parti rende la ricerca più interessante e costruttiva, oltre che stimolante, ed apre a nuovi orizzonti. Ora questi quattro universi trovano la loro piena attuazione nella struttura quadrinomia di corpo, mente, psiche, cuore. Solo trovando armonia ed equilibrio fra le parti è possibile una formazione totale della persona. Da questo punto di vista la filosofia in genere compie

⁸⁵Eugenio Coseriu (1921-2002), filologo, linguista e filosofo del linguaggio, linguista e poliglotta, concentra i suoi studi sulla teoria linguistica generale. Ha collezionato più di quaranta lauree honoris causa.

⁸⁶Eugenio Coseriu, Congresso internazionale "Orationis Millennium", L'aquila, Giugno 2000.

un'opera fortemente educativa e formativa, per cui riesce difficile pensare ad una pedagogia che non abbia implicazioni filosofiche, teologiche, antropologiche, scientifiche, nonostante, e a ragione, rivendichi il suo ruolo di scienza autonoma. In questa dimensione occorre riscoprire il valore di una nuova paideia, che possa far fronte alle esigenze educative del terzo millennio. La questione va posta nei termini di salute globale, laddove le scienze della salute non sono esclusivo retaggio della medicina, ma di tutte le discipline, che, in sinergia, concorrono alla salute della persona, comprese le discipline dell'interiorità, come la meditazione, la disciplina yoga e altre discipline dell'interiorità.

GLI ESERCIZI SPIRITUALI

La vita di Ignazio di Loyola è inscindibilmente legata agli Esercizi Spirituali, che continuano ad essere seguiti in maniera sempre più intensa da gruppi di persone che intendono “ordinare la propria vita”, come sostiene Ignazio. È un piccolo libro, ma intenso, in cui è condensato tutto il programma da osservare, perché si metta ordine nella propria vita, nell’ottica di una vera, totale e radicale conversione. Il Piano degli Esercizi Spirituali (E.S.) è strutturato in quattro settimane. La prima settimana riguarda la considerazione e la contemplazione dei peccati; la seconda riguarda la vita di nostro Signore, fino al giorno delle Palme incluso; la terza, la passione di nostro Signore; la quarta, la risurrezione e l’ascensione, con i tre modi di pregare. Gli E.S. sono preceduti da 20 note introduttive-esplorative. Nella nota n. 1 leggiamo. *“La prima nota è che con il nome di “Esercizi spirituali” s’intende ogni modo di esaminare la coscienza, di meditare, di contemplare, di pregare oralmente e mentalmente e di altre attività spirituali, come si dirà in seguito. Infatti come il passeggiare, il camminare e il correre sono esercizi corporali, così si chiamano esercizi Spirituali tutti i modi di*

*preparare e di disporre l'anima a togliere da sé tutti gli affetti disordinati e, dopo averli rimossi, a cercare e a trovare la volontà divina nella disposizione della propria vita per la salvezza dell'anima". La nota n. 2 recita: "La seconda è che la persona che propone a un altro il modo e l'ordine per meditare o contemplare deve esporre fedelmente la storia di tale meditazione o contemplazione, discorrendo sui vari punti soltanto con una spiegazione breve e sommaria. Infatti la persona che contempla, tenendo presente il vero fondamento della storia, riflettendo e ragionando da sé e scoprendo qualcosa che gliela faccia più capire o sentire, sia per proprio ragionamento, sia perché l'intelligenza è illuminata dalla potenza divina, trarrà maggiore soddisfazione e frutto spirituale di quanto non ne ricaverebbe se chi dà gli E.S. avesse spiegato e sviluppato il senso della storia; perché non è il molto sapere che sazia e soddisfa l'anima, ma il sentire e il gustare le cose interiormente"*⁸⁷.

Questa breve nota può bastare a rendere più o meno l'idea di che cosa siano gli E.S. di Sant'Ignazio, che richiedono una lettura sicuramente, ma soprattutto richiedono di essere vissuti, fatti propri secondo il dettato di Ignazio, essendo gli E.S. l'applicazione fedele della vita di Gesù e del Vangelo. Chi

⁸⁷ Ibidem, p.39-40

per la prima volta si accosta agli E.S. potrà farlo con un esercitatore esperto, che abbia già esperienza di E.S. e insieme potranno percorrere il cammino della perfezione. Tutti siamo infatti esercitanti, chi dà gli E.S. e chi li riceve, perché siamo tutti animati dall'unico intento, che è quello di ordinare la nostra vita.

UNA POSSIBILE BIBLIOGRAFIA RAGIONATA

Gli studi sugli E.S. sono molteplici, da quelli meno impegnativi e che ripercorrono le tappe indicate dal S. Ignazio a quelli più strettamente legati all'esegesi e all'ermeneutica, in quanto gli E.S., per la loro struttura e natura, allargano il campo della conoscenza anche attraverso la *comparatio* con altre opere di spiritualità. Per una bibliografia minima, si consigliano i seguenti testi:

1. Giuseppe De Gennaro, Ignazio di Loyola, Esercizi Spirituali, Città Nuova Editrice, Roma, 2002
2. Giuseppe De Gennaro, Racconto di un pellegrino, Città Nuova Editrice, Roma, 1993
3. Antonio Covi, Ignazio di Loyola, Esercizi Spirituali, Edizioni Messaggero, Padova, 2003
4. Sul sito Internet, alla voce Ignazio di Loyola è possibile reperire e scaricare una biografia di Ignazio di Loyola.

Cap.XVI

PER LA RIFLESSIONE

L'uomo: questo profeta

In una delle sue appassionante e profonde riflessioni, la poetessa Alda Merini (Milano 21 Marzo 1931 – 1 Novembre 2009), afferma: “ *...malgrado l'uomo lo neghi, non sa che Dio l'ha destinato ad essere eterno, che Dio ha destinato ogni uomo ad essere un grande profeta*”(Corpo d'amore, Frassinelli, p. 24). Questa riflessione ci spinge a considerare la grandezza dell'uomo come la base su cui si costruisce l'umanità intera. Chi è il Profeta? E' un uomo contro corrente, che mette in risalto la bassezza umana, per poter elevare l'uomo al livello di Dio. Il Profeta è un uomo che soffre, che lotta, che prega, che ama e cerca di portare il popolo intero sulla via della ragione e della speranza: è l'interprete privilegiato del suo tempo. Il cristiano è chiamato a questa missione, è chiamato ad essere profeta, ad essere interprete e protagonista, ma prima deve far “quadrare i conti” con se stesso. Che significa? Deve essere profeta di se stesso, farsi interprete privilegiato di questo tempo che sta vivendo, in cui è quanto mai necessario “trascendere se stesso”, come dice

S. Agostino, per ri-trovare il lume della ragione, la strada smarrita. Come? Non occorrono esempi, perché la lezione teorica la sappiamo tutti. Il problema sta nella pratica. Che cosa faccio io, per essere un cristiano autentico? Come organizzo io la mia vita spirituale? Sono certo che altri, osservando il mio comportamento, possano dire “è un cristiano”? In altre parole, la fede richiede coerenza, esercizio quotidiano, azione, contemplazione. Ecco allora che il discorso diventa veramente serio, ineluttabilmente pratico, per cui prima di predicare, devo praticare. E’ come dire che è inutile ogni nostra azione educativa, se quell’azione non è rivolta prima a me stesso. Io cristiano, dunque, ho un compito preciso: “esercitarmi sotto la bandiera di Cristo”, come suggerisce S. Ignazio di Loyola negli Esercizi Spirituali (nn. 136 – 147). Per questo sono obbligato a fare una continua revisione di me stesso, dei miei comportamenti, della mia vita intima e di relazione. Difficile, vero? Al primo impatto, sembrerebbe di sì, ma quello che conta è il primo passo. Voglio cambiare la mia vita? Voglio una vita autenticamente cristiana o preferisco scendere sempre a compromesso? Il falsario, che è il demonio, è abile nel farci accettare compromessi, nell’edulcorare le cose per renderle appetibili! Quale sarà la mia semplice conclusione? Alda Merini, nella sua poesia autentica, limpida e profonda, trasmette un messaggio d’amore. E’ come se dicesse: uomo, la

tua autenticità è la porta dell'eternità, alla quale Dio ti ha chiamato. Che aspetti a entrare? Io decido di entrare. E tu?

Imitare per educare

Nella lettera agli Ebrei, S.Paolo afferma: “ *cerchiamo anche di stimolarci a vicenda nella carità e nelle opere buone...esortandoci a vicenda*” (Ebr.10,24-25). Prendo spunto da questi versetti, per fare una riflessione sul senso e sul valore di un metodo educativo, che chiamerei naturale, e cioè: *l'imitazione*. Non solo gli addetti ai lavori (pedagogisti, psicologi, insegnanti...), ma anche i genitori, perlomeno quelli più attenti, conoscono bene il valore di questo metodo. D'altra parte è noto che nei bambini l'apprendimento per imitazione, il cosiddetto gioco imitativo, ha una valenza fondamentale per lo sviluppo cognitivo e psico -affettivo. E' chiaro, tuttavia, che si possono imitare sia modelli positivi che negativi; anzi, per sua natura, l'uomo spesso è maggiormente incline ad imitare modelli negativi. E' altrettanto chiaro che, in una dimensione educativa, i modelli da imitare e che vanno incoraggiati, non possono che essere quelli positivi. Ora è talmente importante e connaturato all'uomo il concetto di imitazione, che è stato scritto persino quel

capolavoro di pedagogia spirituale o mistagogia, che s'intitola *"l'imitazione di Cristo"*, di cui abbiamo già avuto modo di parlare in alcune delle precedenti "pillole di energia" e che è stato il libro prediletto da molti santi. L'imitazione, dunque, è l'espressione di una sana pedagogia, che fa leva su due elementi: la capacità e la volontà. La capacità è l'atteggiamento di chi apprende e che possiamo identificare con lo "stile cognitivo"; la volontà, invece, è il desiderio di utilizzare lo stile cognitivo, per raggiungere un risultato. In questo caso il risultato è: posso essere come l'altro? Dunque, voglio essere come l'altro, cioè: voglio imitarlo. I due elementi sono complementari e vanno sempre rinforzati. Quando S.Paolo dice di *"stimolarci a vicenda nella carità e nelle opere buone"*, significa che ogni cristiano deve comportarsi in modo tale che quel comportamento sia da stimolo per l'altro. L'imitazione, infatti, non ha bisogno di parole o di trattati scientifici, ma di comportamenti silenziosi, che stimolino comportamenti analoghi. Chi vive, infatti, una vita morigerata, in armonia e, aggiungiamo noi, nell'imitazione di Cristo, non ha bisogno di ostentare o comunicare alcunché, perché la sua presenza è già una pedagogia, è un modello da imitare. Ciò è anche il significato di *"esortandoci a vicenda"*, perché l'esortazione non è altro che la testimonianza che ciascuno di noi offre all'altro. Non è forse la testimonianza il modello più alto da imitare? Ci rendiamo conto che non è facile attuare questo

principio, perché ci costa troppo in termini di impegno e di perseveranza; e sappiamo bene che è più semplice scrivere un trattato di pedagogia piuttosto che praticare certi principi teorici. Se ciò può valere (ma non è giustificabile) per chi non si identifica nel cristianesimo, non può valere per noi cristiani, per il semplice fatto che a ognuno di noi viene richiesto di praticare questa dimensione educativa naturale: seguire, attraverso la testimonianza, il modello dell'unico Maestro, che è Gesù. Ci riusciremo? Io ci provo. Provaci anche tu!

L'uomo e l'ape

“Chi può pensare di produrre del miele se non è ape?” (Muriel Barbery: *l'eleganza del riccio*, edizioni e/o, p.229). Questo che può sembrare un pensiero tanto scontato, addirittura banale, nasconde invece un significato molto profondo, che vale la pena analizzare. L'ape, com'è noto, è il simbolo della laboriosità e dell'attività produttiva. L'esempio può essere applicato all'uomo, che si adopera e mette a frutto la propria intelligenza per trovare soluzioni. Lo scenario della società contemporanea presenta da una parte la scienza e la tecnologia, con le loro pretese di voler tutto spiegare e realizzare, e dall'altra il relativismo etico, che proietta l'uomo sempre più verso una società edonistica. L'illusione di aver conquistato la vera libertà e il vero sapere,

inducono spesso l'uomo a credere di poter fare o produrre anche ciò che in effetti non può, avendo perso di vista la consapevolezza di sé. Il problema è tutto qui: la perdita della consapevolezza di sé, del proprio essere, delle proprie capacità, del proprio destino. Essere consapevoli significa conoscere se stessi. Solo se conosco me stesso, infatti, posso capire quale sarà la mia storia e il mio cammino; e questa consapevolezza non la si acquisisce da un giorno all'altro, ma è qualcosa che si realizza con il tempo, attraverso la costante azione quotidiana, attraverso l'esercizio dell'interiorità. Per comprendere ciò ricorriamo a un esempio: quando un artigiano fa una statua di legno, non introduce l'immagine nel legno, ma toglie i trucioli, cioè scava e toglie ciò che ricopre l'immagine. Questo metodo si chiama "afairetico", (dal verbo greco afaireo, che significa appunto asportare). Più si asportano i trucioli dal legno e più l'immagine prende forma. Allo stesso modo, più l'uomo toglie le impurità che ricoprono l'anima, più questa si mostra in tutta la sua essenza, bellezza e operosità, fino a rendersi conto che è parte di un progetto collettivo. Si rende conto che è un operaio che lavora per un progetto divino. Proprio come l'ape, che lavora nel progetto collettivo per produrre il miele. Ogni persona nella vita deve avere la consapevolezza di ciò che veramente vuole fare, per realizzarsi completamente. Al cristiano è richiesto sicuramente un impegno maggiore, che si traduce innanzitutto nella sua adesione alla Parola di Dio e ai suoi

precetti: solo se osservo i precetti di Dio posso produrre frutti divini, come solo chi è ape può produrre il miele. La domanda fatidica e che inchioda il cristiano di fronte alle sue responsabilità, è sempre la stessa: io chi sono? I miei frutti sono quelli di un autentico cristiano? La risposta a questo interrogativo è l'inizio del vero cammino della fede. A che punto siamo?

Il compromesso

Il compromesso è una modalità che consente a due o più persone di scendere a patti, di mettersi d'accordo per regolare un proprio tornaconto. Forse in termini giuridici non va esattamente così, ma il senso è questo. Se ciò possibile per la legge umana, non è tuttavia pensabile per quella divina. La fede, infatti, non fa compromessi, né scende a patti con alcuno; al contrario richiede un coinvolgimento esclusivo da parte di ognuno di noi. Ciò vuol dire che il cristiano che voglia essere veramente tale, deve tenersi lontano da ogni compromesso, nel senso che non si può “ incominciare con lo spirito e finire nella carne”, come dice S.Paolo(Gal. 3,3). Ognuno deve fare i conti con la propria coscienza, per scoprire e capire tutte le volte che scende a compromesso con la carne. In poche parole io come cristiano devo vivere la mia quotidianità secondo la parola di Dio, che non è un compromesso, né un aggiustamento, ma è schiettezza: sì sì,

no no. La fede, infatti, e con essa la vita cristiana, non richiede tentennamenti, né calcoli, né aggiustamenti, ma accettazione libera e cuore puro. Come recita infatti il salmo 23 “chi salirà la montagna del Signore? Chi starà nel suo luogo santo? Chi ha mani innocenti e cuore puro”. Sono queste, alla fine, le due caratteristiche del cristiano: mani innocenti e cuore puro. Il Signore, infatti, non gradisce sacrifici e olocausti, ma un cuore sincero. E questa sincerità del cuore va scoperta e riscoperta ogni giorno, lontano da ogni compromesso. Se ci guardiamo intorno, infatti, ci rendiamo conto che la nostra quotidianità è costellata di continui compromessi. La cosa è tanto più grave per il fatto che spesso, molto spesso, il compromesso è tacitamente accettato, quando non è ostentatamente cercato, dal cristiano. Persino le pratiche religiose, quando sono più ostentate che vissute intimamente, rischiano di diventare la base di un serio compromesso o di un “cristianesimo fai da te”. Quale deve essere, allora, l’impegno del cristiano? Quello di vivere intensamente e intimamente la Parola e cercare in essa il proprio nutrimento spirituale. Cercare la relazione intima con Dio, attingere ogni giorno alla sua fonte “l’acqua che disseta” deve essere la prima pratica del cristiano, da cui tutto scaturisce. Il veicolo per attingere “l’acqua che disseta” è la preghiera. E’ questa la risorsa che ci è stata insegnata da Gesù stesso e che i

Santi hanno fatto propria. Pregare sempre, ogni giorno, è un lasciapassare per la vita eterna. Più chiaro di così!

La condotta esemplare: un motivo per impegnarsi.

Tutti sappiamo che il “gioco imitativo” è un momento fondamentale per la crescita umana. Moltissimi apprendimenti, infatti, avvengono per imitazione. Partendo da questo principio, possiamo anche analizzare l’espressione “ *condotta esemplare*”, che sta a significare uno stile di vita ineccepibile e irreprensibile, che sia da tutti accettato e che costituisca per tutti un esempio da imitare. E’ chiaro che una condotta esemplare, o uno stile di vita irreprensibile, non può essere tale a piacimento, ma al contrario, richiede una costanza nel tempo. Vivere, infatti, una condotta esemplare dovrebbe essere un fatto normale, dovrebbe cioè rientrare nello stile di vita di ogni persona. Le cose, purtroppo, come possiamo constatare, non stanno così; a maggior ragione se questo stile di vita irreprensibile diventa un *Optional* per il cristiano. Mi spiego: se, come cristiano, non vivo una vita irreprensibile e tale che il mio stile di vita sia di esempio per gli altri, allora devo vagliare bene la mia posizione e operare una

scelta, perché io non posso essere cristiano o, peggio, non posso ostentare una pratica cristiana e poi comportarmi in modo difforme o contrario ai principi del cristianesimo. In poche parole, il cristiano o vive una condotta esemplare oppure non si deve definire tale. Di qui nasce l'impegno: se voglio essere un cristiano, m'impegno a vivere una vita autenticamente tale, cioè irreprensibile. Non dico che ciò sia facile, intendiamoci, ma come cristiano non posso nascondermi dietro al fatto che sia difficile. Devo perciò decidere se voglio intraprendere un percorso interiore, che mi conduca verso lo Spirito oppure se voglio restare a mezz'aria, in una sorta che potremmo definire di "*consapevole contaminazione*", cioè un po' di qua e un po' di là, senza operare una scelta. Emblematica è l'affermazione di San Paolo: "*c'è in me il desiderio del bene, ma non capacità di attuarlo; infatti io non compio il bene che voglio, ma il male che non voglio*"² (Rm 7,18-19). E' questo il dramma del cristiano, il quale deve operare una scelta, cioè deve decidere da che parte stare. Io non posso risolvere questo dramma con aggiustamenti di comodo, con quell'atteggiamento che ho definito di "*consapevole contaminazione*", perché, così facendo, sarei un imbrogliatore. Quale condotta esemplare potrei tenere, se vivo in questa situazione d'imbroglio? E che cosa devo, dunque, fare, per vivere una dimensione esemplare? Semplice: devo liberarmi degli orpelli, che confondono e appesantiscono la mia persona, e

impegnarmi a vivere, con l'esercizio quotidiano, una vita autenticamente cristiana, lontano da imbrogli e compromessi. Non è facilissimo, ma io ci provo lo stesso.

La conversione del cuore

Al cristiano che medita sulla Parola, non è sfuggita quella bella pagina del libro di Giona, dove il Profeta predica la distruzione di Ninive e invita tutti alla conversione (Gio 3,1-5.10). Gli abitanti di Ninive, accogliendo l'invito di Giona, si convertono e cambiano il loro stile di vita. Ninive rappresenta una città lasciva e dissoluta, che segue modelli ingannevoli e perversi. Lo sforzo compiuto dai Niniviti per cambiare stile di vita è già di per sé un modello da imitare. Di fronte alla prospettiva della distruzione, nasce nel popolo la volontà di obbedire alla legge divina e di cambiare vita. Se facciamo mente locale e osserviamo la società in cui viviamo, ci rendiamo conto che la situazione è la stessa , con la variante che i Niniviti si convertono, mentre la società contemporanea precipita sempre più nella perversione. Cerco di spiegare questo aspetto. Il Messaggio di Giona è rivolto ad ogni singolo uomo, a prescindere dalla sua appartenenza religiosa. Per il cristiano l'invito alla conversione non è un optional, ma è un ordine divino. La domanda allora diventa perentoria : vivo io una vita autenticamente cristiana? Questa domanda precisa richiede

una risposta altrettanto precisa, senza tentennamenti. Ci rendiamo conto, allora, che la vita autenticamente cristiana richiede una scelta radicale: o con Cristo o con il diavolo. Allora la domanda ancora più specifica è: vivo il Vangelo? Lo metto in pratica? E' importante rispondere a questa domanda, perché dalla nostra risposta, possiamo capire semplicemente come stanno per noi le cose dello spirito. Sempre che io faccia questo esame “senza trucchi e senza inganno”, cioè onestamente. Sì, perché il rischio di ingannare me stesso è altissimo quando mi trovo in difetto e cerco di giustificare le mie azioni con parole di comodo. Come cristiano, perciò, devo tenere presente che ogni tentativo di convivenza tra Cristo e il diavolo, è ingannevole, in quanto si regge su un compromesso e il cristiano autentico, proprio perché sceglie un cammino di perfezione, non può scendere a compromesso alcuno. Appare, in verità, abbastanza difficile seguire una linea di perfezione, ma, in quanto cristiano per mia scelta, non posso esimermi dallo sforzo di mettere in atto ogni risorsa per raggiungere la perfezione. Quanto più il cammino è difficile e la porta angusta, tanto più mi avvicino alla perfezione; è solo una questione di scelta e di convinzione. D'altra parte la tentazione di mischiare l'etica, di per sé laica, con il cammino della perfezione, prerogativa del cristiano, è grande, tant'è che spesso il cristiano stesso confonde questi due aspetti, rischiando di accettare un pericoloso sincretismo, da cui si origina la

confusione, cioè l'imbroglio. Poiché questo approccio non sempre si ferma solo alla tentazione, ma diviene spesso una pratica consolidata, allora si rende necessaria una configurazione autentica del cristiano: se sono cristiano autentico, non devo fare altro che applicare, cioè vivere, quotidianamente il Vangelo. Difficile? Può darsi, ma gli abitanti di Ninive ci hanno provato e ce l'hanno fatta. Provaci anche tu.

La via della guarigione

“...Ed egli (il cieco) ci vide chiaramente e fu sanato e vedeva a distanza ogni cosa”(Mc.8,22-25). Le guarigioni compiute da Gesù fanno parte del patrimonio della nostra fede. Ciò che può sembrare un luogo comune o anche una banale metafora, è in effetti una grande verità. Come ciechi, infatti, andiamo spesso a tentoni, disorientati dalle distrazioni della nostra società mercantile. Molte volte sono i nostri occhi che si rifiutano di vedere, nel senso che spesso il cristiano rifiuta il vero contatto con Gesù, soprattutto quando pratica un cristianesimo in forma esteriore, quando vive una vita non autenticamente cristiana, quando giustifica il proprio e l'altrui compromesso, quando non solo non rifiuta, ma pratica certi comportamenti. Se vivo questa

dimensione, allora sono un cristiano ammalato. Sono proprio come il cieco e ho bisogno, dunque, di intraprendere un cammino che mi conduca alla guarigione. Il cieco incontra Gesù ed è guarito e vede a distanza ogni cosa. Ciò vuol dire che io, in quanto cristiano autentico, devo cercare l'incontro con Gesù nella mia quotidianità; devo cercare in Lui il senso di ogni cosa. Devo capire che senza questo passaggio fondamentale, non posso definirmi un cristiano. La risorsa fondamentale è racchiusa nella pratica quotidiana della Parola e nell'esercizio della preghiera, due gesti correlati e complementari. Attraverso la pratica della Parola il messaggio evangelico mi guida in tutte le mie azioni quotidiane, anche quelle più semplici ed elementari come mangiare o camminare o lavorare. Attraverso l'esercizio della preghiera, il messaggio penetra nella profondità del mio essere e della mia coscienza; talché più intensa e costante è la preghiera e più la Parola di Dio prende il posto di rilievo nella profondità della mia anima, fino a fondersi totalmente in Dio. Non occorre un grande impegno, ma l'esercizio costante, questo sì, giacché solo attraverso l'esercizio e la pratica costante posso raggiungere il traguardo. Non è, questa, una mera esercitazione psicologica, né un esercizio rigenerante basato sull'autocontrollo e l'autoconvincimento, ma è la pratica quotidiana che proviene dalla fede e dalla certezza della presenza di Gesù, unica vera via della guarigione. Ed è anche quella certezza che c'è Qualcuno che

si prende cura di me e mi vuole bene: devo solo affidarmi completamente a Lui. Ogni altro comportamento che prescinda da ciò, è ambiguo. Che devo fare? Semplice! Devo discernere i miei comportamenti, attraverso la pratica della Parola e l'esercizio costante della preghiera, e agire di conseguenza. Quando avrò messo in pratica questo programma di vita, allora avrò trovato anche la via della guarigione. Voglio ancora aspettare?

Educare alla semplicità

Machthild von Magdeburg (1207 - 1283), in “la luce fluente della divinità”, VII, 43, così si esprime: “la santa semplicità è il dottore di ogni sapienza; essa costringe gli eruditi a inchinarsi davanti agli ignoranti e ad ammettere: siamo dei poveri stolti”. Le parole di questa mistica indicano la strada maestra che ognuno deve percorrere: quella della semplicità. Spesso ci perdiamo nei complessi meandri della nostra mente, nei dotti ragionamenti o ci arrovelliamo in pensieri che offuscano il nostro cervello. Il ritmo incalzante cui è sottoposta la nostra esistenza, la pressione esercitata dal mondo circostante, impediscono all'anima di esprimere la sua semplicità. Proviamo a vedere dentro di noi che cosa succede, quali sentieri stiamo percorrendo e in quale tunnel ci stiamo incanalando. Facciamo, allora, un esame di

coscienza e analizziamo le nostre dimensioni: quella orizzontale, che investe il nostro rapporto con gli altri; quella verticale, che investe il nostro rapporto con Dio; quella interiore, che riguarda il rapporto che abbiamo con noi stessi. E', questo, un esercizio quotidiano, che il cristiano, per sua natura e scelta, non può eludere. Occorre perciò scoprire e vivere una dimensione nuova e questa è la semplicità. La parola "semplicità" indica una posizione essenziale, in cui la persona esprime se stessa con uno spirito non condizionato. Più si è semplici e più si esprime la propria libertà. I grandi ragionamenti servono a poco, se la persona non si esercita ad essere semplice e umile. Il messaggio evangelico " siate dunque prudenti come i serpenti e semplici come le colombe " (Mt. 10, 16), sta a indicare proprio questa dimensione nuova , la semplicità, attraverso cui l'uomo fa la vera esperienza dello spirito. Esercitarsi alla pratica della semplicità comporta una scelta, che consiste nel liberare la mente dal pensiero dominante della società mercantile: l'avere e il piacere. Sono, infatti, queste le due categorie che l'uomo, anche il cristiano, ha cercato di assolutizzare, nel senso di obiettivi da raggiungere e incentivare ad ogni costo. Ma come possiamo liberarci dalla spessa coltre soporifera dell'avere e del piacere? Cerchiamo di spiegarlo. Poiché la prerogativa di ogni cristiano è quella di diventare santi, allora è necessario esercitarsi, come afferma Matilde di Magdeburgo, alla santa semplicità. L'anima

semplice, infatti, può tutto, può affrontare ogni situazione, perché esperta di Sapienza e di Scienza. Non è necessario riferire questo modello di santità ai grandi temi o ai grandi problemi in cui si dimena la nostra società; basta cominciare a vivere una vita semplice, a partire dalla persona, dalla famiglia, per esportare questo modello anche nel lavoro e nei rapporti umani. Il problema, forse è: quando cominciare? Quando decidere? Subito! Se voglio veramente cambiare la mia vita di cristiano di superficie ed essere un cristiano di profondità, cioè un cristiano vero, allora devo decidere di cambiare subito, non devo indugiare, né devo lasciarmi vincere dalla pigrizia, magari rimandando a domani il mio impegno, perché ciò che si rimanda è sempre una perdita e mai un guadagno. La semplicità ci fa santi e una vita improntata alla santità ci fa semplici. Tutto qui. Devo solo decidere di mettermi in cammino.

Educare alla speranza

Molto è stato scritto intorno alla speranza, una delle tre virtù teologali.⁸⁸ Ad essa il Papa Benedetto XVI ha dedicato una lettera enciclica, la “*Spe salvi*” del 30 Novembre del 2007, cui

⁸⁸Tra gli studiosi più accreditati possiamo citare: Jurgen Moltmann (1926) con il volume “Teologia della speranza”, pubblicato nel 1964 in Germania e tradotto in Italia nel 1970. Già il filosofo marxista Ernst Bloch (1885-1977), aveva affrontato questo argomento, le cui ricerche sono state poi sintetizzate in un volume pubblicato in Italia nel 1970 con il titolo “Il principio speranza”. Non mancano studi e allocuzioni del teologo Bruno Forte e del compianto Cardinale Carlo Maria Martini, per citarne solo alcuni.

faremo riferimento in questa riflessione. Spesso la speranza viene considerata come una sorta di parolina magica, soprattutto quando si ha a che fare con le malattie incurabili o quando ci si trova in una situazione di imminente pericolo. Allora (e solo allora) ci si aggrappa ad essa. Di qui la considerazione che la speranza venga percepita come qualcosa di magico, che interviene a risolvere situazioni difficili o impossibili. E' chiaro che una speranza di questo tipo, per quanto possa essere un elemento di conforto, è sempre caduca, perché sottoposta anch'essa alla legge della precarietà. I Latini affermavano, infatti, che *“la speranza è l'ultima a morire”* (*spes ultima dea*). Se cambiamo però la prospettiva e ci mettiamo nell'ottica cristiana, ci rendiamo conto che essa va al di là della dimensione terrena, perché è proiettata verso il raggiungimento della vita eterna. Essere animati dalla speranza, infatti, significa possedere dentro di sé la certezza che si verificherà tutto ciò che Gesù ha promesso a noi, come Dio l'aveva promesso al popolo d'Israele (quel resto d'Israele), attraverso i Patriarchi e i Profeti. Questo, ad esempio, è il messaggio del Profeta Baruc (4,5-29), il quale esorta il resto d'Israele a cercare Dio con zelo, *“...poiché - afferma al verso 29 - chi vi ha afflitti con tanta calamità, vi darà anche, con la salvezza, la gioia perenne”*. Cambiando la prospettiva, dunque, cambia anche il significato di *“speranza”*, che assume, tra

l'altro, una dimensione educativa. Trasmettere all'uomo, fin da bambino, il seme della speranza, che è la porta della vita eterna, è un compito arduo, ma non impossibile. E' necessario che ognuno si eserciti quotidianamente a questa speranza, e la viva come elemento integrante e costante della propria vita. La certezza che Dio è Padre e Madre, come affermò Papa Luciani, è segno che la speranza agisce in me, mediante la fede e la carità. La speranza, infatti, è lo strumento mediante il quale io posso misurare il valore della mia fede e si traduce nella certezza che risusciterò nell'ultimo giorno. Come fare, allora, perché in me si possa generare il senso autentico di questa speranza? Nell'Enciclica "*Spe salvi*" vengono indicati i "*luoghi di apprendimento e di esercizio della speranza*". Questi luoghi sono: *la preghiera, la via della sofferenza e il giudizio*. Ci soffermiamo solo sul primo punto, cioè la preghiera, rimandando al lettore la facoltà e l'impegno di approfondire gli altri due luoghi indicati da Benedetto XVI. La preghiera è lo strumento efficace e imprescindibile, mediante il quale si realizza la speranza. E' un atto fenomenologico, che si manifesta sia interiormente (dentro di me), che esteriormente (fuori di me), assumendo una connotazione precisa, che si concretizza nella certezza mediante la fede. Ora poiché il termine "*preghiera*" significa anche "*desiderio*", è una prerogativa dell'uomo quella di vedere esauditi i suoi desideri,

salvo a rimettersi nelle mani di Dio e fare la sua volontà. Gesù nell'orto pregava *“Padre mio, se è possibile, passi da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu”* (Mt 26,39). Nella preghiera, dunque, specie in quella personale e intima, si affaccia il desiderio di raggiungere il Paradiso. E' mediante la preghiera, infatti, che i santi hanno raggiunto la via della perfezione. Essa è un aspetto fondamentale del cristiano, è un'azione dello Spirito e un atto di coscienza, derivanti dall'innato bisogno di trascendenza e d'infinito da parte dell'uomo. L'esigenza d'infinito, infatti, e la speranza che ne consegue, cioè la vita eterna, è la ragione per la quale l'uomo si avvicina a Dio e prega. Educare alla speranza, dunque, è un dovere di tutti; a maggior ragione è dovere del cristiano, la cui prospettiva è la vita eterna.

Educare con la Parola di Dio

Sono sempre più frequenti i dibattiti televisivi più o meno culturali o sociali a sfondo pedagogico: genitori disperati, coppie scoppiate, famiglie distrutte, mariti incuranti e mogli scriteriate... Di fronte allo spettro di una società in frantumi, dominata dall'assoluto relativismo, la famiglia in qualche modo ancora resiste, ma è fortemente minacciata dalle fondamenta. E' necessario, perciò, recuperare quello che è rimasto di essa, per rafforzarne la struttura. Per capirci: un palazzo il cui crollo sia imminente, ha bisogno di essere puntellato, necessita cioè di un intervento

strutturale appropriato, perché venga recuperata la sua stabilità. La famiglia assume, nella fattispecie, la forma di un palazzo, la cui struttura è a rischio di crollo. Accanto agli interventi di natura sociale, mirati a risollevare le sorti economiche, è necessario anche un altro tipo d'intervento più in profondità, un intervento spirituale, che tocchi il cuore della famiglia e della persona. Il cristiano è chiamato non solo a operare una scelta di vita coerente, ma la sua vita deve essere improntata alla ricerca quotidiana di Dio. Perciò egli non può mai dire di aver raggiunto il gradino più alto di spiritualità. Ciò fu una vana pretesa del grande falsario Lucifero, il capo banda di tutti i diavoli, che voleva prendere il posto di Dio. Il cristiano, invece, deve meditare sulla Parola di Dio espressa nella Sacra Scrittura e accettarla nella condivisione e nell'ottica della "salute globale", come viene indicato da Padre Giuseppe De Gennaro, gesuita, fondatore dell'Università della Preghiera dell'Aquila. Questo è lo spirito del gruppo di *"incontro con la Parola"*, che si riunisce ogni Martedì alle 16:45 presso la nostra parrocchia. E' un appuntamento settimanale, i cui partecipanti-esercitanti apprendono a vivere la Parola di Dio. L'obiettivo? Fare in modo che la Parola di Dio pervada tutta la struttura dell'uomo e metta in equilibrio le varie parti che la compongono: cuore, psiche, mente, corpo; laddove per "cuore" s'intende anche l'anima e lo Spirito. Di conseguenza, quando lo Spirito di Dio entra nella struttura dell'uomo e la pervade, tutto l'uomo gode di un equilibrio e di un'armonia perfetti. Perché si raggiunga questa dimensione, è necessario vivere quotidianamente la Parola di Dio, come si sta cercando di fare all'interno del gruppo d'incontro, dove gli esercitanti sono stimolati alla ricerca di Dio mediante la lettura e la comprensione dei testi biblici, la prima e vera

fonte della Parola di Dio. In questo contesto assume importanza fondamentale la preghiera, quella pensata e interiorizzata, che avvicina la creatura al creatore. A chi è rivolto l'incontro con la Parola? A tutti, nessuno escluso, perché tutti abbiamo bisogno di confrontarci, di comunicare, di pregare; e quale occasione migliore, se non un luogo dove tutti ci esercitiamo attraverso la ricerca di Dio e dello Spirito?

Educare con l'Eucaristia-Gesù

L'ultima pillola di energia, prima della pausa estiva, la dedichiamo al grande dono di Gesù: l'Eucaristia. Che cosa rappresenta per noi cristiani? E qual è il suo valore educativo? Andiamo per ordine. Nell'Eucaristia è realmente presente il Corpo di Gesù e racchiude in essa tutto il Mistero della passione, morte e resurrezione di Cristo. Da ciò non si può prescindere. La consacrazione del pane e del vino e l'assunzione del Corpo di Cristo, cioè la Comunione, sono i momenti culminanti, in cui il cristiano, esprimendo il suo atto di fede, si pone in intima comunione con Gesù: in quel momento i due corpi sono talmente uniti in una unione intima, da diventare quasi un solo corpo. Affinché questa comunione abbia la sua efficacia, sono necessarie due condizioni: a) chi riceve l'Ostia, cioè il Corpo di Cristo, deve credere che in quel momento sta mangiando realmente il Corpo e bevendo il Sangue di Cristo; b) l'assunzione deve comportare necessariamente lo stato di grazia da parte di chi intende ricevere Gesù. Ora poniamoci due domande: a) credo che nell'Ostia è presente il Corpo di Cristo? b) quando mi avvicino alla Comunione, sono sempre in uno stato di grazia? Se le risposte sono

affermative, allora siamo nella dimensione giusta. Se una delle due condizioni viene a mancare, allora siamo nella dimensione di peccato. Questa condizione viene chiaramente espressa da San Tommaso d'Aquino, autore della celebre sequenza (*Lauda Sion Salvatorem*) che si recita durante la Messa del Corpus Domini. In essa, a un certo punto, si dice, riferendosi al Corpo di Cristo: “*(Lo) ricevono i buoni, (lo) ricevono i malvagi, ma con ineguale sorte: di vita o di morte. È morte per i malvagi, vita per i buoni: vedi di pari assunzione quanto sia diverso l'effetto*”. Ciò vuol dire che il cristiano che si avvicina al sacramento dell'Eucaristia in stato di grazia, riceve la vita; colui che si avvicina allo stesso sacramento in uno stato di peccato, riceve la morte (spirituale). Il cristiano che si professa tale, non può comportarsi in maniera superficiale con la dimensione eucaristica. Egli deve invece trovarsi in uno stato di grazia e provare massimo rispetto e adorazione profonda verso l'Ostia-Corpo-di-Cristo. Immaginiamo di invitare a pranzo una persona importante e influente. Sicuramente ci adopereremmo per fare una bella figura e preparare un'accoglienza adeguata. Bene! Quando ci avviciniamo al Corpo di Cristo, proviamo a pensare alla sua importanza, alla sua influenza, alla sua santità e maestà, al suo amore per noi e comportiamoci di conseguenza. In ciò consiste la risposta alla seconda domanda iniziale: qual è il valore educativo dell'Eucaristia? Il valore educativo lo si misura con il rispetto e con quel santo timore, che si chiama compunzione del cuore, credendo fermamente di trovarmi alla presenza reale della Maestà Divina, l'Eucaristia Gesù, di fronte alla quale non posso barare, non posso fingere di essere nello stato di grazia, non posso semplicemente pensare “tanto Gesù è misericordioso e mi perdona”. Pensiamo che in Gesù è

talmente forte il senso dell'unione e della comunità, da farci questo bel dono nell'ultima cena, istituendo appunto l'Eucaristia. Certo Gesù è misericordia infinita, ma sicuramente non vuole essere preso in giro da nessuno. Ecco, dunque, che l'Eucaristia non ha solo un valore spirituale, che alimenta il nostro spirito e la nostra fede, ma anche un valore educativo: la carità, l'unione, il senso della comunità, sono tutti aspetti che provengono dal valore educativo dell'Eucaristia. Da un lato, dunque, l'aspetto propriamente spirituale e dall'altro quello educativo, insieme concorrono alla formazione dell'uomo. Possiamo allora renderci conto che spesso la verità è a due passi da noi, ma non riusciamo a vederla. Proviamo a domandarci il perché; troveremo dentro di noi sicuramente la risposta. Forse sono stato un po' troppo severo? Allora coraggio, cari amici lettori. L'Eucaristia ci sana e ci santifica solo se non ne facciamo una scorpacciata senza senso o, peggio, per l'abitudine e la superficialità con cui ci accostiamo alla Comunione. L'Eucaristia è una cosa seria e noi dobbiamo essere seri. Vi auguro allora una buona estate con la serietà dell'Eucaristia, che illumina la nostra mente e infiamma il nostro cuore.

CONCLUSIONE

Affido la conclusione di questo libro a Gesù, unico Maestro, con questa mia preghiera.

Il mio unico Maestro

O Signore, che hai dato all'uomo una legge non scritta e l'hai da sempre stampata nel suo cuore, fa' che nella mia quotidianità io ti riconosca e ti annunci mediante la tua Parola. Infondi nel mio cuore il desiderio costante di amarti e servirti, perché il pungiglione della morte sia lontano dal mio cuore. O Signore, Dio mio e mio salvatore, come potrei allontanarmi da Te, che mi attendi ogni istante sulla tua porta, come il padre misericordioso attende il suo figlio? Come potrei tradire la tua fiducia, se Tu, per tua bontà, mi hai unto con la tua Parola e con l'olio della tua santità? Come potrei starti lontano, se tu sei costantemente dentro di me? Tu conosci tutto di me e lo sai che il mio passo è incerto, limitato, e ha bisogno di te, come un bambino ha bisogno della sua mamma e del suo papà per compiere i primi passi. La gioia tutta umana è grande, quando ciò accade; ma è una gioia più grande, sapere che Tu mi tieni costantemente per la mano e mi sollevi alla tua guancia. O Gesù Maestro, che m'inviti a imitarti, fa' che io possa compiere sempre la tua volontà, con tutti i limiti della mia mente temporale. Fa' che il mio cuore, forgiato come l'argilla del vasaio e purificato nel crogiolo con il tuo fuoco, non trovi altro riferimento che Te, che sei la mia pietra miliare, la mia roccia indistruttibile, la mia sicura difesa e il mio unico, vero e grande Maestro. Amen.

Madre mia, fiducia mia.