gen's

rivista di vita ecclesiale

«Gesù è l'uomo,
l'uomo perfetto...
E non è solo
un fatto religioso...
per cui si aprirà
un nuovo
umanesimo
dove veramente
l'uomo
è al centro,
quest'uomo
che è anzitutto
Cristo,
e Cristo negli uomini»
(Chiara Lubich)

Atti del Congresso
di Psicologia
Castelgandolfo
14-16 giugno 2002

Verso un pieno umanesimo

ORIZZONTI NUOVI
IN PSICOLOGIA

Spedizione in abbonamento postale – art. 2
comma 20 / C legge 662 / 96 – filiale di Roma

anno XXXII
novembre-dicembre 6 2002

«Gesù è l'uomo,
l'uomo perfetto...
E non è solo
un fatto religioso...
per cui si aprirà
un nuovo
umanesimo
dove veramente
l'uomo è al centro,
quest'uomo che è
anzitutto Cristo,
e Cristo negli uomini»
(Chiara Lubich)

Atti del Congresso
di Psicologia

Castelgandolfo
14-16 giugno 2002

Verso un pieno umanesimo

ORIZZONTI NUOVI
IN PSICOLOGIA

movimento
dei focolari

a cura della commissione di
psicologia

4 **EDITORIALE**

Presentazione
Simonetta Magari

7 **SPIRITUALITÀ**

Carisma dell'unità e psicologia
Il contributo del Movimento dei focolari nella psicologia
Chiara Lubich

10 **RIFLESSIONE**

L'alba di un mondo diverso
Un modo nuovo di pensare cerca di aprirsi strada nelle vicissitudini e sofferenze dell'umanità di oggi
Giuseppe Maria Zanghì

16 **MEDITAZIONE**

L'arte di amare
Solo rapporti ispirati dall'amore disinteressato possono fare dell'umanità una famiglia
a cura di Graziella De Luca

19 **RELAZIONI**

Verso un pieno umanesimo: orizzonti nuovi in psicologia
Non c'è rottura né dicotomia tra "natura" e "soprannatura", il divino è la pienezza dell'umano: prospettive psicologiche
Silvano Cola

27

L'affermazione "Dio è amore" e la psicologia
Amare ed essere amati: fondamento della propria identità
Pasquale Ionata

35

Da una visione individualistica alla reciprocità
L'altro nella psicologia contemporanea: il nuovo paradigma della relazionalità
Pietro Andrea Cavaleri e Andreas Tapken

41

La legge fondamentale dello sviluppo della persona
Valore psicologico del "saper perdere"
Amedeo Ferrari

49 **INTERMEZZO**

Prevenire, mantenere, indurre salute
Smettere di pensare a sé come unico referente, ma correlarsi di più e senza confini
Maria Assunta D'Antiochia

51 COMUNICAZIONI

I cardini fondamentali per lo sviluppo evolutivo
La scoperta dell'amore: sua importanza per il bambino e in ogni età della vita
Ezio Aceti

57

La relazione genitori-bambino disabile
Apporto per un capitolo importante di neuropsichiatria infantile
Maddalena Petrillo

60 ESPERIENZE

Capacità di affrontare i conflitti
Un progetto di ricerca in psicologia della comunicazione
Matthias Bolkart

62

Psicologia e vita cristiana
Come tutte le scienze la psicologia può aiutare a scoprire che i valori evangelici sono essenzialmente veri valori umani
Elisabeth Reichel

65

Prima di tutto creare rapporti
La psicoterapia messa a servizio della promozione umana e sociale
Maria Inês Manna Julião

68

Psicologia e fede: una sintesi possibile
Un'esperienza che si è dimostrata valida in vari campi, anche nei seminari e nella vita sacerdotale
Tania Borges

71

La musica risana
"Onirici" e "Unisono": due complessi musicali composti da utenti di servizi psichiatrici
a cura di Roberto Marchioro

77 INDICE

Indice analitico dell'anno 2002
a cura della redazione

Presentazione

"Verso un pieno umanesimo: orizzonti nuovi in psicologia" questo il tema del congresso internazionale organizzato dal Movimento dei focolari dal 14 al 16 giugno 2002. I partecipanti, 190 tra psicologi, psichiatri e psicoterapeuti appartenenti a varie scuole, provenivano da tutta l'Europa e, pur se attraverso una piccola rappresentanza, dall'America del nord e da quella latina, dall'Africa e dall'Asia.

Anche se eterogenei per provenienza, età e ruolo (docenti universitari, studenti, clinici ecc.) erano però tutti accomunati dalla condivisione della vita del carisma dell'unità scoperto nel Movimento dei focolari.

L'idea del congresso era nata quando, nel febbraio '99, 70 membri del Movimento esperti in materia si erano ritrovati a Malta, da varie parti del mondo, per partecipare al conferimento del dottorato *honoris causa* in Lettere-Psicologia, a Chiara Lubich, fondatrice del Movimento.

Le motivazioni che sottendono a questo conferimento sono concentrate in poche ma significative parole: «L'Università riconosce il contributo significativo di Chiara Lubich, nel campo del pensiero umano, in quanto ha tradotto in prassi e metodo di ricerca il nucleo del messaggio cristiano e ha offerto, alle discipline umanistiche in particolare, una chiave ermeneutica originale del soggetto umano, avendo fondato un modello di vita spirituale caratterizzato, da un lato, dall'equilibrio tra il rispetto dell'individualità della persona e la reciprocità dei rapporti interpersonali e, dall'altro, dalla valutazione positiva del dolore e di ciò che è negativo nella storia personale e collettiva. In questo modo ha aiutato a coltivare una visione integrale della persona umana nel campo della psicologia».

Un dottorato in psicologia ma anche un riconoscimento all'insieme dell'opera di Chiara Lubich, come ha ben espresso, nell'ampia *laudatio*, il decano della facoltà, prof. Mark Borg: «Chiara e i suoi seguaci hanno acceso una rivoluzione silenziosa, che non esiterei a definire 'antropologica' viste le conseguenze personali e sociali che essa ha operato».

Nella lezione magistrale, tenuta dalla cattedra di neo-dottore, nell'aula magna dell'università, alla presenza delle più alte autorità civili e religiose dell'isola e di tutto il corpo accademico, Chiara Lubich ha presentato la spiritualità dell'unità considerata dal punto di vista della psicologia, mostrando come la spiritualità comunitaria sia una risposta alla società di oggi anche sotto l'aspetto psicologico.

Partendo dalla spiritualità dell'unità pone in luce aspetti nuovi riguardanti appunto le scienze psicologiche. Dalla sua lezione emerge non una terapia psico-

logica, perché questo suppone qualcuno ammalato, ma piuttosto la via dello sviluppo psicologico alla piena umanità.

Partendo dall'esperienza di una comunità cristiana che contiene in sé una nuova antropologia, quella trinitaria, presenta una psicologia aperta al trascendente: l'altro come cammino di maturazione e Gesù come modello della persona realizzata.

Propone un paradigma innovativo nel campo del pensiero e del comportamento umano, non una nuova ed ennesima teoria psicologica da affiancare o far competere con altre famose e collaudate teorie psicologiche. Presenta una psicologia in cui la realizzazione passa inevitabilmente nel rapporto d'amore con l'altro, che si gioca tutta nella relazione tra persone. Una psicologia che punta a realizzare il disegno di Dio sulla persona umana: perché se Dio è trinità e l'essere umano è a immagine e somiglianza di Dio, è ovvio che la persona umana è portatrice di un progetto trinitario, progetto che si realizza appunto in relazione con gli altri.

Dopo aver ripercorso la storia e la diffusione del Movimento, i punti della spiritualità, i vari dialoghi aperti e gli effetti prodotti dal carisma dell'unità, nella seconda parte della sua lezione, Chiara Lubich mostra gli evidenti risvolti psicologici dei punti della spiritualità dell'unità.

I 70 esperti del Movimento presenti alla cerimonia si erano poi ritrovati per una condivisione di esperienze professionali vissute alla luce del Carisma. La *lectio* del giorno prima costituiva la base del loro confrontarsi. Avvertivano che non potevano più aggrapparsi alle proprie categorie perché il carisma dell'unità penetrando la psicologia la costruiva su nuove basi. L'arricchente esperienza vissuta insieme aveva fatto nascere in tutti il desiderio di ritrovarsi con altri che condividono lo stesso stile di vita, per cominciare a riflettere insieme su come approfondire i risvolti psicologici della spiritualità dell'unità ed evidenziare le novità che essa presenta.

Il congresso, la cui preparazione è stata curata da un gruppo, piccolo ma rappresentativo dei partecipanti, era rivolto quindi proprio a persone che vivono questa spiritualità. Da ciò si comprende perché il linguaggio è ancora in qualche momento segnato da una terminologia propria di essa. Ciò permetteva però a tutti i partecipanti una comprensione veloce e profonda di quanto veniva comunicato.

Il prof. G. M. Zanghì nella relazione introduttiva al congresso presenta una visione sapienziale della cultura contemporanea, invita a leggere e a capire il messaggio del carisma dell'unità non solo in senso spirituale ma anche culturale. Mostra come l'amore diventa la categoria per eccellenza del nuovo modo di fare cultura.

Silvano Cola nel suo prezioso intervento spiega il significato del tema "Verso un pieno umanesimo", presentando l'antropologia sottesa alla visione psicologica che il convegno propone.

Dopo queste prime relazioni si aprono a ventaglio gli approfondimenti di tre punti cardine: "Il fondamento dell'identità personale", "La legge fondamentale dello sviluppo della persona: saper perdere per crescere" e "La relazione di reciprocità nella psicologia contemporanea".

Negli Atti tutti gli interventi mantengono il linguaggio proprio di chi li ha presentati.

Al vissuto professionale e agli approfondimenti tematici è stata premessa la lezione magistrale del dottorato a Malta, che ha rappresentato il punto di partenza di tutti i lavori congressuali. Sono stati inseriti anche alcuni contributi che, pur essendo stati preparati, non erano però stati presentati al congresso.

Negli Atti non viene invece esplicitamente riferito dei gruppi di lavoro in cui, per lingua, nei vari momenti, il congresso si è articolato.

La pubblicazione è destinata soprattutto a chi ha partecipato al convegno, a chi, pur volendolo, ne è stato impedito da ragioni diverse ed anche agli amici e membri del Movimento. Ma pensiamo possa aprire un orizzonte originale a chiunque.

I contributi contenuti in questo volume rappresentano i primi tentativi d'approfondimento delle tematiche affrontate. Sono tentativi che possono apparire a prima vista modesti rispetto all'obiettivo prefisso, nati in soli tre anni di lavoro secondo l'ottica dell'unità. Sono però contributi che vanno nella stessa direzione di Malta, e che la pista seguita sia valida lo confermano le numerose impressioni lasciate dai partecipanti.

Simonetta Magari

Una nota d'obbligo: gli Atti che presentiamo avrebbero trovato migliore collocazione nella rivista *Nuova Umanità*, essendo stato il Congresso un'applicazione nelle discipline psicologiche della dottrina scaturita dal carisma del Movimento dei focolari. Ma poiché sono stati considerati molto utili anche a chi lavora nel campo della pastorale, si è pensato di stamparli per gli abbonati alla rivista *Gen's*, pur facendone anche un quaderno a parte, come *Atti del Congresso*.

Il contributo del Movimento dei focolari nella psicologia

Carisma dell'unità e psicologia

di Chiara Lubich

Della lezione tenuta all'Università di Malta da Chiara Lubich il 26 febbraio del 1999, in occasione del conferimento del dottorato "honoris causa" in scienze umanistiche, riportiamo qui quanto si riferisce al campo della psicologia. L'autrice, partendo dalla spiritualità dell'unità, pone in luce aspetti nuovi delle scienze psicologiche.

Il nostro Movimento può essere visto anche sotto l'aspetto teologico, filosofico e – perché no? – anche quello psicologico ed educativo. Per fare un accenno all'aspetto psicologico, occorre pensare ai principali punti della nostra spiritualità.

Dio Amore: sicurezza e forza psicologica

In psicologia si sa per certo che il bisogno fondamentale di una persona è di essere riconosciuta nella sua propria identità unica e irripetibile, di non essere considerata un numero o un oggetto.

Normalmente in genere questa sicurezza viene dai genitori, dalla famiglia, dalle doti, dalla educazione ricevuta... per cui la persona si sente se stessa, distinta dagli altri; ma tutte queste cose possono venire relativizzate (gli altri non la riconoscono, non la capiscono, non la apprezzano, e perciò cade nel senso di insignificanza e nella depressione...).

Ora, la scoperta e il raggiungere la certezza che Dio l'ha voluta e l'ama (che non è abbandonata al caso o a un destino cieco), è la base perché abbia quella sicurezza psicologica che dà senso alla sua vita e uno scopo nel mondo. Solo la certezza che *Dio è amore anche per lei,* le dà la forza di continuare a uscire da sé, a vivere, ad amare e a creare comunione sociale.

Volontà di Dio: liberazione dal narcisismo

Si sa che lo sviluppo psichico della persona (dell'Io) inizia dalla fase iniziale del "narcisismo" (essere concentrati unicamente su se stessi, sui propri bisogni e piaceri) per poi allargare progressivamente il campo delle relazioni (ai membri della famiglia, poi nella scuola e nella società); e – si dice – dovrebbe approdare a un Tu trascendente dopo aver superato l'ultimo ostacolo che impedisce la piena maturazione: il proprio Io (Igor Caruso).

In altre parole: la liberazione dell'Io da tutti i condizionamenti interiori e esteriori e, infine, il riconoscere la relatività stessa del

proprio Io (smettere di difenderlo, tenendolo in opposizione con Dio o con gli altri) vuol dire accettarsi senza maschere per coordinare la propria volontà a una Volontà trascendente.

L'amore del prossimo: autorealizzazione

Qui sta la perfezione anche umana, poiché, se la volontà di Dio è l'amare il prossimo, il "farsi uno" col prossimo, vuol dire proprio rinunciare a difendere l'Io per trascendersi nell'altro e in definitiva nell'Altro («...l'avete fatto a Me»). È stato detto: «Le persone che si autorealizzano, in effetti, hanno relazioni interpersonali più profonde di ogni altro... Esse sono capaci di maggiore fusione, di maggiore amore, di identificazione più perfetta, di una maggiore riduzione delle barriere dell'ego di quanto lo ritengano possibile le altre persone»[1].

La rivoluzione nei rapporti

Ora, che Dio sia Amore, e che la sua volontà coincida con l'amore, ossia con l'amare il prossimo, è confermato non solo dall'insegnamento di Gesù, ma anche dall'esperienza psicologica dei rapporti interpersonali: la sola relazione con l'altro che non sia di violenza o condizionamento, ma che riconosca e rispetti la sua "persona" come essere trascendente, è "amarlo come se stessi", poiché il mio amore non soltanto conferma lui nel suo essere distinto da me, uguale a me, trascendente come me, ma "fa essere" anche me. Solo l'amore rende conto della diversità (o distinzione) salvando l'eguaglianza e rendendo così possibile l'unità. La novità della cultura portata da Gesù sta nella rivoluzione dei rapporti interindividuali.

Se prima di Lui i rapporti reciproci erano regolati dal sangue, da affinità di classe, da interessi particolari o da finalità unicamente estrinseche, con Gesù tutte queste motivazioni perdono di valore, perché ogni uomo prende coscienza di essere un valore trascendente, al punto da rappresentare per gli altri Dio stesso: «Ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a Me» (*Mt* 25, 40).

La rilevanza psicologica di questo dinamismo è evidente: prendendo come esempio la misura massima di questo rapporto, io sono massimamente persona quando liberamente e coscientemente affermo l'altro anche a costo della mia vita: dinamismo che Gesù esprime con le parole: «Nessuno ha un amore più grande di chi dà la vita» per gli altri (cf *Gv* 15, 13).

In altri termini: nessuno è così Io, così persona, come colui che per salvare la trascendenza dell'altro trascende se stesso negandosi (esempi di Gesù, padre Kolbe, madre Teresa...). È questo il più autentico "umanesimo" che si possa concepire e raggiungere.

Il senso della sofferenza

La legge psicologica della maturazione personale viene definita anche dalla legge spirituale enunciata da Gesù: «Chi ama la propria vita la perderà; chi è pronto a perdere la propria vita... la conserva per la vita eterna» (*Gv* 12, 25).

Nel processo di maturazione, infatti, non si raggiunge un nuovo stadio senza il distacco e la rinuncia allo stadio acquisito precedentemente (lo svezzamento è per il bambino un passaggio che implica sofferenza, ma necessario per ritrovarsi più uomo; l'accettazione del fratellino implica il passaggio sofferente da una posizione di centralità – egoistica – a uno stadio di socializzazione, ossia di relativizzazione di sé per integrarsi negli altri e trascendersi).

E si sa che sovente una malattia psichica non nasce di fatto che dal rifiuto di accettare la sofferenza del passaggio (per restarsene comodi nella situazione già conosciuta nella quale ci si trova) per paura del "nuovo" o degli "altri", nei quali non si vedono che agenti nemici che possono limitarmi o anche spersonalizzarmi. Quando infatti si rifiuta la

comunione per salvare il proprio Io (paura di venire oggettificati, sfruttati, cosificati, risucchiati, ingoiati, come usano dire gli psicologi, dagli altri), psicologicamente (e anche spiritualmente) si è già morti.

Per C. G. Jung, colui che ha espresso il più alto punto di personalizzazione cui l'uomo può arrivare è proprio Gesù, quando in croce grida: «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?» poiché proprio nel momento in cui egli che era Dio fa l'esperienza dell'uomo mortale, la sua natura umana raggiunge il divino...

Personalità semplice e libera

Altri cardini della spiritualità dell'unità sono: vivere la Parola – imitare Maria. In chi vive la Parola viene in evidenza che la persona autentica è semplice e, perché semplice, libera, poiché ogni forma di attaccamento a sé e alle cose, distrugge l'Io, lo sgretola, sia perché favorisce l'orgoglio e l'autocompiacenza, sia perché costruisce quel "falso Io" che gli psicologi chiamano *ego*.

Il problema dell'uomo, oggi, sta proprio nella necessità di ricostruirsi un Io integro, liberandolo dalle tendenze dell'ego, ossia da ogni sorta di avidità e di possesso, poiché l'Io integro lo possiede chi sa svuotarsi, spogliarsi, per arricchirsi nella comunione con gli altri. E tutto questo insegna il Vangelo.

Maria è l'icona di questo spogliamento, soprattutto nella sua desolazione ai piedi del Figlio crocifisso che perde. Ma in quel vuoto immenso entrano tutti i figli di Dio.

Gruppo psicologico o comunità?

E infine: l'unità. Psicologicamente, per un individuo non è possibile avere il "senso della propria identità" se non ci sono altri che lo riconoscono come soggetto. Psicologi di ogni tendenza affermano che gli uomini hanno bisogno di confermarsi l'un l'altro nel loro essere individuale mediante incontri e contatti genuini. Si ha infatti bisogno di sentirsi e di venire riconosciuti "diversi" per poter essere dono agli altri. Ma per essere dono personale è necessario entrare in comunione.

E qui sta la differenza tra quelli che vengono chiamati "gruppi psicologici" e la comunità cristiana come Gesù l'ha intesa. Un gruppo psicologico è composto da individui che si associano in vista di qualche finalità particolare (club sportivo, associazione civile, politica o religiosa, sindacati, collegi, seminari...) e che perciò interagiscono limitatamente agli interessi comuni da perseguire, così che per tutto il resto ognuno rimane chiuso in se stesso.

La comunità cristiana non si forma invece per motivazioni estrinseche, ma per la natura dell'amore che crea comunione. E che questa sia possibile è un dato di esperienza. Che la motivazione per realizzarla venga dall'invito di Gesù – «Amatevi come io vi ho amati... Siate una cosa sola...» – e sia di natura religiosa è evidente, ma gli effetti psicologici sono straordinari: ciascuno essendo relazione d'amore agli altri, si realizza di fatto persona autentica.

Così, brevemente, la nostra spiritualità dell'unità da un punto di vista psicologico.

Oggi la nostra Opera viene premiata e dunque messa come luce sul moggio. Che se ne tragga gloria a Dio e coraggio a noi per proseguire, mentre non può non salire ancora dal nostro cuore un profondo ringraziamento per coloro che sono stati autori di questo riconoscimento.

Chiara Lubich

---

1) A.H. MASLOW, *Motivazione e personalità*, Roma 1973, pp. 271-272.

Un modo nuovo di pensare cerca di farsi strada nelle vicissitudini e sofferenze dell'umanità di oggi

L'alba di un mondo diverso

di Giuseppe Maria Zanghì

Questa relazione s'inserisce in un interessante percorso, essendo stata preceduta nella rivista "Gen's" da diversi articoli e interviste sullo stesso tema, a mo' di variazioni di una medesima melodia: Ateismo oggi nella cultura d'Occidente *(11/1984),* Verso una cultura del post-ateismo *(1/1997),* Una riflessione sul post-moderno *(3-4/1998),* La dinamica della Scuola Abbà *(6/2000), e infine* Per una visione sapienziale della cultura contemporanea *(1/2002). La presente conversazione, di cui abbiamo rispettato lo stile diretto e colloquiale, fornisce ulteriori spunti ed approfondimenti. Una versione della stessa, più ampia e articolata, è riportata nella rivista "Nuova Umanità" (2/2001), sotto il titolo* Quale uomo per il terzo millennio?

Dal mito al "logos"

La posizione originaria dell'umanità, culturalmente, è stata quella del mito, intendendo con questa parola la condizione dell'umanità quando, per così dire, viveva ancora – uso termini più spirituali che culturali – nel grembo del Padre. Direi quasi che era un'umanità ancora indistinta nella sua caratteristica e nella sua fisionomia; e che per questo si muoveva, per così dire, all'interno di Dio. Infatti qual è l'operazione, l'occupazione principale del mito? È di rendere presente l'Archè, rendere presente il tempo originario nel quale ci si situa e nel quale è importante restare per poter dare un senso alla vita.

Tutte le discussioni fatte dall'ottocento in poi intorno al mito ormai sono cadute. Gli studiosi si sono accorti che esso ha una profondissima logica, diversa da quella che conosciamo con l'avvento di un secondo momento, quando l'umanità si è distinta e si è situata non più dentro, ma di fronte a Dio.

È il momento, direi, del logos, della parola, quando l'essere umano prende coscienza della sua soggettività, si situa davanti all'Assoluto e deve trovare il rapporto con l'Assoluto, che non è più quello del mito. Chi ha una certa dimestichezza con Platone, sa bene come in lui si scontravano queste due realtà: il mito e il logos. Questa emergenza del logos è un fenomeno che io chiamo epocale. Karl Jaspers parlava dei grandi momenti assiali. Verso il 600-700 a. C. l'umanità attraversa questo periodo ed entra in una situazione diversa.

Nell'ambito della Grecia assistiamo al nascere, per esempio, di quelli che vengono chiamati, in maniera impropria, i presocratici. In India abbiamo l'emergere di una riflessione speculativa sulla tradizione indù che è caratterizzata dai testi delle Upanishad. Abbiamo il fenomeno dello Zoroastrismo in Iran, del Buddismo ancora nell'India, del profetismo in Israele. Ci accorgiamo che l'essere umano esce, in qualche modo, da questa unità originaria nella quale si trovava

– e che chiamiamo mito – e si trova di fronte ad un Assoluto col quale deve stabilire un rapporto, e questo rapporto lo formalizza proprio nella parola, nel logos. Quindi non è solo dei greci l'emergere del logos; tipico dei greci è la forma che ha preso come filosofia, come amore della sapienza, ma il fenomeno è molto più esteso.

Ancora una nuova epoca

Tutto questo periodo ha sulle spalle più di duemila anni ed ha subíto le sue evoluzioni e trasformazioni, ma adesso sta agonizzando per far posto ad un altro momento storico. Questo me lo conferma un'analisi attenta della crisi contemporanea fatta da tanti spiriti illuminati, dentro e fuori la Chiesa. Insieme a loro non ho timore di definire il periodo che attraversa la cultura occidentale – adesso ci restringiamo un momento all'Occidente – come un periodo di "notte oscura", cioè di travaglio profondo in cui entrano in crisi certe realtà mentre ne emergono altre.

È il passaggio dalla modernità a quella che si chiama la post-modernità. La modernità è come una punta di un iceberg, sotto cui c'è tutto il periodo precedente (parlo sempre dell'Occidente): la grande cultura greco-latina e quella medievale, finché si arriva alla modernità.

Fra la cultura greco-latina, la cultura medievale e quella moderna non ci sono – e gli studiosi oggi se ne rendono conto – quelle fratture che gli storici hanno voluto individuare. Non è che una mattina l'umanità si è svegliata e si è trovata nell'umanesimo. Il Petrarca era un grande umanista, ma era anche un profondo cristiano; Dante era un autentico cristiano, eppure era anch'egli un umanista; e così via.

Per motivi pratici, gli studiosi hanno bisogno di fare degli scompartimenti, ma la realtà della storia non è così. C'è un'unità di fondo che caratterizza tutta questa grande cultura. La cultura greco-romana s'incontra con la fede cristiana, dà origine a quella che si chiama la civiltà medievale, dove in parte entra e in parte viene modificata; la civiltà medievale, a sua volta, dà origine a un altro grande periodo, la modernità, che ora sta entrando in coma. Adesso cosa verrà?

Seguendo questo velocissimo filo del discorso possiamo dire che il primo periodo, quello del mito, è caratterizzato dallo stare nel seno del Padre, mentre il secondo è caratterizzato dal logos: è il periodo dell'incarnazione del Verbo, del Logos di Dio che si fa uomo. Non esito a dire che il terzo periodo sarà caratterizzato da un'altra realtà che possiamo chiamare quella dello Pneuma, dello Spirito, dell'Amore.

Pensare come agape

L'epoca "logica", cioè del Logos insiste sul soggetto, sul singolo individuo. Un grande studioso della cultura greca diceva che è forse Socrate il primo uomo dell'epoca moderna, perché in lui emerge proprio la soggettività, quello che con forza dice: io. Egli sapeva perfettamente di essere abitato da un Dio, ma comincia a prevalere la coscienza dell'io in cui Dio abita: c'è quel in me che comincia ad emergere con forza. Che cosa caratterizza la cultura di questi tempi? In Occidente, ma anche in tutti gli altri universi culturali in un modo o nell'altro, il singolo rompe l'unità del mito in cui siamo come un corpo solo.

Per esempio, quando Melchisedech benedice Abramo, in lui benedice tutta la discendenza, perché era il capostipite che riassumeva tutti in sé. Ciò era tipico della cultura mitica. Questo si rompe, si frantuma e comincia un periodo differente e anche di sofferenza. Dice giustamente von Balthasar che se vogliamo capire a fondo la caratteristica della cultura greca, più che i filosofi dobbiamo interrogare i tragici. La tragedia è l'espressione propria della cultura greca: l'essere umano si trova di fronte all'Assoluto, vuol ritrovare il rapporto con lui e non sa come fare, perché è uscito dall'Eden, dall'innocenza che il mito esprimeva in un suo modo, in una sintesi di singolo e collettività e con il resto del creato.

Io credo che il problema ecologico nasce proprio con la cultura del logos, quando il singolo si situa non solo di fronte all'Assoluto, ma anche di fronte alla natura. Si dice giustamente che con il logos nasce la scienza moderna.

Noi siamo nati e cresciuti in questa cultura: ne siamo imbevuti, l'abbiamo succhiata col latte materno, l'abbiamo studiata nei libri. In che cosa consiste, in questa prospettiva, per esempio, l'atto del pensare? Io vado dentro di me e lì mi pongo in relazione con gli altri, col mondo, con l'Assoluto, però il punto di riferimento fondamentale resto sempre io. Sono io che mi pongo in rapporto con l'Assoluto e così via. In questo senso non sono più io dentro Dio, ma egli è dentro di me ed io cerco di catturarlo, di captarlo con i mezzi che ho e lo esprimo con il mio apparato concettuale.

Credo che questo tipo di mondo oggi stia agonizzando, anche a causa dell'emergere della cultura del virtuale, delle immagini e di tantissime altre cose. Spesso noi non ci rendiamo conto di che cosa abbia significato la televisione per un cambiamento epocale di cultura. Quando dal libro e dalla riflessione sul libro e sull'idea si passa al mondo delle immagini, alla televisione, al cinema, all'informatica, cosa avviene nel nostro modo di essere, di vivere, di rapportarci? A che cosa andiamo incontro?

Io sono un siciliano e, come spesso succede ai siciliani, sono portato al pessimismo. Per noi il bicchiere non è mai mezzo pieno, è sempre mezzo vuoto. Se non avessi conosciuto il Movimento dei focolari, avrei detto che stiamo andando incontro ad un tremendo disastro. Il Movimento mi ha fornito gli elementi per pensare diversamente e per questo posso dire che siamo nell'alba di un mondo diverso. Particolarmente a voi, che come studiosi di psicologia siete persone di cultura, voglio dire che dobbiamo abituarci a leggere e a capire il messaggio del carisma dell'unità non solo in senso spirituale, ma anche in senso culturale, altrimenti non siamo capaci di situarci di fronte a quello che accade nel mondo che ci circonda. Questo è di fondamentale importanza.

Ora i punti fondamentali della nostra spiritualità sono due: Gesù abbandonato e Gesù in mezzo, due grossi cardini che sostengono un architrave che si chiama Dio Amore.

Gesù abbandonato e il pensiero

Cosa vuol dire Gesù abbandonato? Gesù sulla croce grida l'abbandono del Padre, chiede perché. In questa domanda c'è la dichiarazione del "fallimento" del Logos. Proprio la Parola, che deve interpretare ed esprimere, chiede. E chiede: "perché"; non sa e non capisce. È la bocciatura della parola. L'evangelista Giovanni, però, dice che proprio nel culmine di questo grido di abbandono, Gesù emette lo Spirito. Un numero crescente di esegeti interpretano questo come: "dà lo Spirito Santo". Gesù ci dà lo Spirito Santo nel momento in cui Lui, Parola, umanamente fallisce.

Leggiamo nella lettera ai Galati e in quella ai Romani: «Lo Spirito in noi grida: Abbà, Padre!». Eppure il Padre non è il Padre dello Spirito; nella Rivelazione e nella teologia che ha riflettuto sulla Rivelazione, il Padre ha un Figlio unico che è il Verbo, quindi è solo il Verbo che può dire: Padre, rivolgendosi a Dio. Come mai allora è lo Spirito che in noi dice: Abbà, Padre? Io tento una risposta. Voi sapete che nell'impianto trinitario la dinamica delle Persone Divine è regolata da quella che sempre più è chiamata la kenosi intratrinitaria: ogni Persona è completamente nell'altra. Il Padre è tutto e per intero nel Figlio, il Figlio nel Padre e lo Spirito, e così via.

Il Figlio, il Logos, che è Dio, può dire Padre usando una parola? Siccome egli è Dio, se potesse dire Padre, la sua Parola non genererebbe un concetto – come accade con le nostre parole – ma una realtà vivente, una Persona. Il Figlio si metterebbe al posto del Padre; sarebbe la più tremenda idolatria. Voi, da professionisti della psiche umana, sapete cosa significa questo, quali sconvolgimenti, personali e sociali, produce un tale capovolgimento.

Come può allora il Figlio dire Padre? Lo lascia dire allo Spirito. Nella Trinità – che ci

perdoni se ne parliamo così tranquillamente, come se potessimo conoscerla esaurientemente – il Figlio per esprimersi non può farlo con una Parola perché è il Padre che si esprime in una Parola. Allora l'espressione vera, compiuta del Verbo, del Logos, non può essere che lo Spirito. Quando lo Spirito dice "Abbà, Padre", egli sta dando lo spazio perché la Parola si esprima verso il Padre, dicendolo Padre come Parola generata ma nello Spirito. La Parola, arrivata al culmine del suo essere Parola sulla croce, emette lo Spirito, si esprime cioè come Parola nello Spirito.

Una cultura nuova

Che cosa voglio dire con questo? Che stiamo entrando, a mio parere, in un'epoca culturale nella quale non importa più l'apparato concettuale del quale siamo stati finora gelosi custodi, ma sarà determinante restituirci a Dio non in altre parole ma nel dare lo Spirito. Un tipo di cultura in cui quello che io so di Dio non è espresso – anche ma non più primariamente – in un'articolazione di pensiero, in un discorso, ma nella capacità che abbiamo di amarci a vicenda.

Da quanto siamo capaci di amarci, anche semplicemente preparando il pranzo o spazzando la casa, anche parlando delle cose quotidiane più varie, se siamo capaci di amare come Gesù abbandonato ama, noi a questo punto entriamo nel tipo di espressione richiesta dalla cultura che sta emergendo. A questo punto si capisce perché il Movimento dei focolari ha atteso così tanto per fare una sua Università. Solo ora essa sta cominciando a sbocciare. Se l'avessimo fatto prima, noi che veniamo dalla cultura classica, sicuramente avremmo interpretato in maniera sbagliata il messaggio culturale che questo nuovo carisma è chiamato a dare.

L'Eterno Padre, che guida questi processi, ci ha tenuti fermi fino a quando non ha percepito che in noi si è raggiunto un grado di maturità tale che ci consente di muoverci nell'ambito culturale in maniera corretta, cioè secondo una cultura adeguata al carisma. Se dovessi dire a uno della cultura "logica" dov'è la mia cultura, lo dovrei portare nella mia biblioteca e mostrargli tutti i libri che ho letto, gli articoli e i libri che ho scritto e le parole che dico. Se dovessi esprimere la cultura mia, nostra, quella che noi vogliamo portare e nella quale, a mio parere, sta entrando la modernità con la post-modernità che ne è la crisi, allora dovrei mostrargli questa sala e il modo con cui vi rapportate con chi parla, e il modo di rapportarsi a voi di colui che parla, che non si limita a comunicare un universo di pensiero ma cerca di comunicarvi la sua vita in quello che dice. Ecco questa è la cultura nuova: non una biblioteca, ma persone viventi unite nell'amore.

Un discorso, una frase compiuta è fatta da un soggetto e da altre parole ma con un verbo che lega tutto. Se io, per esempio, dicessi: "Io, albero, strada", non avrebbe senso, ma se dico "Io ho visto un albero sulla strada", allora il verbo dà significato. Noi giochiamo sulle parole e per chi di voi conosce il tormento della filosofia analitica, sa quello che voglio dire. La filosofia analitica è la crisi tremenda nella quale si trova il pensiero che riflette su di sé ma, volendosi possedere e quindi estenuandosi, praticamente muore. Invece il nostro discorso è un altro. Ognuno di noi è una parola di Dio, messi insieme costituiamo il discorso di Dio che ha significato per la presenza del Verbo in mezzo a noi. È Gesù in mezzo a noi che trasforma il nostro stare insieme in un discorso che Dio fa all'umanità.

Allora il nostro vero parlare di Dio non sarà più quello a cui ci ha abituato l'epoca del logos, cioè dei discorsi formali, dei sillogismi, dei discorsi precisi, puliti, anche duri alle volte, come quelli che faceva, ad esempio, Hegel, il quale poi confessava che sovente quando rileggeva i suoi libri non riusciva a capire quello che egli stesso aveva scritto.

Il nostro parlare sarà presentare un corpo, una realtà di creature che si compongono fra di loro in maniera tale da rendere presente il Verbo di Dio, da essere insieme il discorso di Dio. E Dio non parla mai per concetti, ma per persone, il suo discorso è assolutamente concreto.

Il nostro compito

Noi stiamo entrando in questa fase nuova, ma siamo un po' rovinati dal tipo di studio e di cultura da cui proveniamo. Dobbiamo avere il coraggio di cambiare il nostro modo di essere, di rapportarci in modo tale da capire in che cosa consiste l'esercizio del pensare. Non nell'entrare dentro di me, facendo ordine nei miei pensieri e componendo un discorso preciso per poi comunicarlo; ma nell'uscire fuori di noi stessi per incontrarci in Gesù in mezzo a noi e permettere che in questa realtà, presente fra noi, il Verbo di Dio si possa esprimere.

Abbiamo detto, parlando di Gesù abbandonato, che il Verbo di Dio quando si esprime non lo fa pronunciando un'altra Parola, perché allora il Verbo diverrebbe una brutta copia del Padre, sarebbe un idolatra. Si esprime nel dare lo Spirito.

La caratteristica di questo tipo di cultura non consisterà quindi tanto nel dire parole, le quali sempre più sono logorate, ma nel dare lo Spirito, cioè nell'amare. Dobbiamo capire – e qui le persone di cultura hanno tanta difficoltà – che l'amore diventa la categoria culturale per eccellenza del modo nuovo di fare cultura.

Un intellettuale direbbe: ma cosa c'entra qui l'amore? Se devo fare cultura, devo studiare, elaborare concetti (concetto poi vuol dire tante cose; può essere una statua, un quadro, un pezzo di musica, cioè qualcosa che io elaboro e che esprimo). Ci sarà anche questo, ma l'espressione tipica della cultura verso la quale andiamo sarà la capacità di amare in modo che quello che noi diciamo come concetto, come statua, come quadro, ecc., esprima quanto di amore c'è nel quadro che io ho dipinto o nel discorso che sto facendo. Questa è la cultura nuova che siamo chiamati a far emergere.

Per riuscirvi bisogna addestrarsi. Da più di 50 anni sono nel Movimento e da 20 in quel corpo di studiosi delle più svariate discipline che compongono attorno a Chiara la Scuola Abbà. Eppure quando Chiara all'inizio dei lavori ci fa rinnovare ogni volta il patto di unità per essere pronti a morire ciascuno alle proprie idee, ci accorgiamo che dobbiamo andare "contro corrente".

Se vogliamo che nasca questa cultura nuova – che ho cercato di tratteggiarvi a volo d'uccello – dobbiamo essere capaci di condurre la cultura attuale a dei modi d'essere, ad espressioni inedite che essa non possiede ancora. Se io vado a cercare questo nella cultura corrente, cosa trovo?

Nei più attenti trovo la crisi, incontro il bisogno disperato che grida: ma dove stiamo andando, cosa stiamo facendo? Questo a cominciare da Nietzsche, che è stato forse il primo grande profeta della crisi dell'Occidente, e poi avanti con tanti altri.

Per dare il nostro contributo ad una seria risposta a questa crisi, che contiene in sé tante giuste esigenze, non dobbiamo investire solo in nozioni da apprendere, in concetti anche nuovi da scoprire, ma esercitarci in quello che il Nuovo Testamento chiama agape, sapendo che nell'arte di amare viene fatto presente quello Spirito nel quale il Logos si esprime come Logos della cultura contemporanea.

Se da una parte dobbiamo essere estremamente rispettosi di quanto di positivo la tradizione ci consegna, dall'altra dobbiamo anche non avere paura della novità. Paolo VI nella *Octogesima adveniens* diceva che lo Spirito Santo scompiglia gli orizzonti umani, e lo fa per aprirne dei nuovi, più degni di Lui e più rispondenti alla dignità e ai bisogni della creatura umana.

Per cui vorrei concludere dicendo che finora, molto spesso, abbiamo navigato con la barchetta del nostro pensiero, ciascuno con i suoi concetti, la sua ragione, con la sensazione di avere i piedi sul solido. Adesso dobbiamo ritirare i remi in barca, rizzare l'albero e mettere la vela: lasciamo che lo Spirito Santo ci spinga al largo, a quelle estensioni infinite che solo Dio conosce.

Giuseppe Maria Zanghì

Solo rapporti ispirati dall'amore disinteressato possono fare dell'umanità una famiglia

L'arte di amare

a cura di Graziella De Luca

L'arte di amare, come ci viene presentata nel Vangelo, non ha solo una valenza spirituale per i cristiani ma è la legge fondamentale di ogni sano sviluppo umano sia per la singola persona che per l'intera società. Costituisce pertanto la base insostituibile di ogni sano rapporto umano.

L'amore che Gesù ha portato sulla terra è fondamentale per tutti e, per viverlo bene, occorre conoscere un'arte: l'arte di amare.

Chiara Lubich, nel suo discorso in Campidoglio per il conferimento della cittadinanza onoraria di Roma ha affermato: «La vera arte di amare emerge tutta dal Vangelo. È il segreto di quella rivoluzione che ha consentito ai primi cristiani di invadere il mondo allora conosciuto, ma è un'arte esigente».

Amare tutti

Essa vuole anzitutto che si superi il ristretto orizzonte dell'amore semplicemente naturale, diretto spesso quasi unicamente alla famiglia e agli amici. Qui l'amore invece va indirizzato a tutti: al simpatico e all'antipatico, al bello e al brutto, a chiunque anche se di un'altra religione, o di un'altra cultura, o avversario o nemico che sia. Occorre amare tutti come fa il Padre celeste.

Questo, il primo punto dell'arte di amare: amare tutti senza distinzione.

Amare per primi

Il secondo punto, a prima vista, sembra il più arduo, il più difficile da attuare, è: amare per primi.

Dà all'amore una caratteristica che lo rende simile all'amore che Dio ha per noi, prende sempre l'iniziativa. Non attende l'altro, non aspetta un gesto, una parola, un sorriso per cominciare ad amare. È un amore che considera l'altro come se stesso. Diceva Gandhi: «Tu ed io siamo una cosa sola. Non posso farti del male senza ferirmi»[1].

Chiara, in uno dei suoi primi scritti, dice: «Nell'amore quel che vale è amare. Così su questa terra. L'amore – parlo dell'amore soprannaturale che non esclude il naturale – è una cosa tanto semplice e tanto complessa. Esige la tua parte ed aspetta la parte dell'altro. Se proverai a vivere di amore, t'accorgerai che su questa terra conviene fare la tua parte. L'altra non sai mai se arriva; e non è necessario che arrivi. A volte resterai deluso, ma mai perderai il coraggio se ti convinci che nell'amore quel che vale è amare»[2].

In questo grave momento di crisi mondiale, in cui l'umanità sembra risucchiata in un vortice di odio e di violenza, occorre una eccezionale testimonianza di amore fraterno.

La cristianità, come tanti fedeli di ogni altra religione e molti di varie convinzioni, si interroga sul come e quando prendere l'iniziativa di gesti concreti, che siano un'autentica espressione di una civiltà dove si rispettano i diritti umani, in altri termini di una civiltà dell'amore.

Di fronte ai drammatici avvenimenti della storia recente, che rischiano di paralizzare le forze sane e le buone volontà dei singoli e delle comunità religiose e civili, il modo per reagire c'è. È precisamente questa scelta personale e collettiva, sempre coraggiosa, a volte eroica, di porsi davanti a ogni prossimo, sia esso individuo o cultura o nazione, nell'atteggiamento di "amare per primi", scavalcando tutti gli steccati delle ideologie e delle varie fedi.

«Farsi uno»

Ed ora il terzo punto: l'amore vero non è fatto solo di parole o sentimento, ma è concreto. Lo si attua bene se ci si fa uno col prossimo. È questo un punto cruciale dell'arte di amare, una delle caratteristiche essenziali della vita del Movimento. "Farsi uno" sono le due parole magiche – così Chiara le ha definite – che esprimono il nostro modo di amare.

Il vero comportamento che interpreta la parola "amare", è il "farsi uno": significa entrare il più profondamente possibile nell'animo dell'altro, capire veramente i suoi problemi, farsi carico completo dei suoi pesi, addossarsi le sue necessità, come le sue sofferenze. Allora avrà significato il dar da mangiare, da bere, l'offrire un consiglio, un aiuto.

«*Farsi uno* esige il vuoto completo di noi: togliere dalla testa le idee, dal cuore gli affetti, dalla volontà ogni cosa per immedesimarci con gli altri»[3], cioè vivere l'altro, come siamo soliti dire.

Poiché la nostra strada per arrivare a Dio è il fratello, Chiara ce la spiega così: «Noi abbiamo una vita intima e una vita esterna. L'una dell'altra una fioritura; l'una dell'altra radice; l'una dell'altra chioma dell'albero della nostra vita. La vita intima è alimentata dalla vita esterna. Di quanto penetro nell'anima del fratello, di tanto penetro in Dio dentro di me; di quanto penetro in Dio dentro di me, di tanto penetro nel fratello. Dio-io-il fratello»[4].

Amare Gesù nel prossimo

E infine il quarto punto dell'arte di amare. Occorre amare Gesù nel prossimo. Quest'atteggiamento è chiaro se si pensa al giudizio finale di cui Gesù parla: «Venite, benedetti del Padre mio, ricevete in eredità il regno preparato per voi fin dalla fondazione del mondo. Perché io ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e mi avete dato da bere. (...) Allora i giusti gli risponderanno: Signore, quando mai ti abbiamo veduto affamato e ti abbiamo dato da mangiare, assetato e ti abbiamo dato da bere? (...) Rispondendo, il re dirà loro: in verità vi dico: ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me» (*Mt* 25, 34-40).

Quando amiamo un fratello o una sorella è, dunque, Gesù che si sente amato in loro.

È fondamentale amare tutti, indistintamente e senza alcun interesse. È questo l'amore che conquista.

L'ho imparato quel giorno in cui Dio, dopo lunga ricerca, si è manifestato a me.

La sua luce e il suo amore in quel momento hanno letteralmente invaso la mia anima, tanto che, quando ne parlo, dico: non con questi occhi, ma con quelli dell'anima ho visto Dio Amore. E la mia felicità è stata così grande che mi sembrava di morire dalla gioia. Lì ho capito tante cose, per es. che faccio parte – come tutti – di un corpo: l'umanità intera e che se avessi amato, avrei contribuito alla sua crescita – in senso spirituale s'intende – e, diversamente, alla sua decre-

scenza. Ho capito che questo amore mi avrebbe realizzato pienamente.

San Paolo ci aiuta a capire questo quando dice: «Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi la carità, sono come un bronzo che risuona o un cembalo che tintinna. E se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza, e possedessi la pienezza della fede così da trasportare le montagne, ma non avessi la carità, sono nulla. E se anche distribuissi tutte le mie sostanze e dessi il mio corpo per essere bruciato, ma non avessi la carità, niente mi giova» (*1Cor* 13, 1-3).

Ma in questo amore emerge un fatto: non sentivo e non sento che devo amare, ma che *posso* amare.

Gesù dice inoltre: «Amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori, perché siate figli del Padre vostro celeste, che fa sorgere il suo sole sopra i malvagi e sopra i buoni, e fa piovere sopra i giusti e sopra gli ingiusti» (*Mt* 5, 44-45).

Sì, perché l'amore dei cristiani va oltre i limiti naturali; perché figli di Dio partecipiamo allo stesso amore di Dio.

Questo perché, per vivere Gesù, dobbiamo essere, come lui, misericordia; perché Gesù non è venuto per apparire, ma per salvare ciò che era perduto.

Qualche accenno lo riscontriamo pure in quei "semi del verbo", parziali verità, che sono presenti nelle grandi religioni.

Nel mondo indù si trova un bel detto: «La scure taglia il legno di sandalo mentre questo le fa dono della sua virtù, rendendola profumata».

Il patto di misericordia

Già nei primi tempi del Movimento, quando si incontravano ovvie difficoltà per le imperfezioni che ognuna di noi, prossima all'altra, manifestava, si era deciso di non guardarci con l'occhio che scopre la pagliuza in quello dell'altro, scordando la trave nel proprio, ma di vederci ad ogni incontro come persone nuove, nuovissime, che mai erano incorse in quei difetti. Ci avvicinavamo perciò con quest'"amnistia" completa nel nostro cuore, con quell'amore che tutto copre, come dice S. Paolo, con questo perdono totale. Infatti l'amore chiede non solo di perdonare, ma di dimenticare, come fa Dio con noi.

Abbiamo perciò stretto tra noi un patto, che abbiamo chiamato "patto di misericordia".

Dice un detto africano: «Fa' come la palma: le tirano sassi e lei lascia cadere datteri».

L'amore, sappiamo, chiede impegno, anzi allenamento quotidiano.

D'altra parte non si fa nulla di buono, di utile, di fecondo al mondo senza conoscere, senza saper accettare la fatica, la sofferenza.

Ma è proprio questa penitenza che il carisma dell'unità ci ha indicato come propriamente nostra. Perché a noi Dio non chiede particolari dolorose pratiche per raffinare il nostro spirito, chiede di accogliere sempre nel nostro cuore il fratello o i fratelli, con tutti i loro limiti, i loro difetti, le loro pene, le loro aridità, le loro prove.

Ed è proprio con quest'amore che si può costruire anche la pace: «Non c'è pace senza giustizia, non c'è giustizia senza perdono», così il messaggio per la pace di Giovanni Paolo II il primo dell'anno 2002.

Oggi escludere la guerra non basta. La pace domanda di superare l'odio per il nemico, per qualsiasi nemico, anzi di amarlo. E lo possiamo fare tutti, ma, poiché l'amore batte in fondo ad ogni cuore umano, lo possono fare anche le persone che non hanno una fede religiosa, magari a titolo di filantropia, solidarietà, non violenza. Così come coloro che, di altre fedi, sono chiamati ad attuare il rispetto e l'amore al prossimo secondo quella "Regola d'oro" che impreziosisce molte religioni.

L'amore reciproco

E ancora, Dio che è amore in se stesso, è Trinità, amore reciproco. E poiché ci ha fatto a sua immagine e somiglianza chiede a tutti i cristiani di mettere a base d'ogni cosa l'amore vicendevole. La Scrittura dice: «Prima di tutto abbiate tra voi una grande carità, perché la carità copre una moltitudine di peccati» (*1Pt* 4, 8).

Prima, quindi, d'ogni nostro impegno personale ed attività: prima di riposare, di mangiare, di dormire, prima di studiare, prima di lavorare... avere, tra noi, l'amore scambievole.

A quest'amore reciproco punta la nostra spiritualità. Noi non siamo noi, se non arriviamo ad amarci in modo che l'amore vada e venga. Non possiamo dire, per es., d'avere l'amore reciproco se esso non si concretizza in una qualche comunione di beni spirituali.

L'amore reciproco è essenziale per noi, affascinati come siamo dal concetto e dalla realtà della fraternità cui possiamo dar corpo.

L'amore reciproco è certamente impegnativo. Se io amo veramente mio fratello, voglio il suo bene.

Non bastano le buone maniere, le belle parole, i sorrisi... Occorre arrivare alla stima reciproca, tanto da potersi aiutare mettendo in rilievo sia i lati positivi dell'altro, per incoraggiarlo, per spronarlo e, con estremo amore, anche quelli meno brillanti per aiutarci a fare meglio.

L'amore vicendevole porta inoltre, se vero ed autentico, ad avere non soltanto un sol cuore ed un'anima sola, ma anche un solo pensiero. E questo non solamente sui punti dottrinali, ma anche per quanto riguarda tutta la nostra vita. L'avere un solo pensiero non era per i primi cristiani un consiglio, ma un'esigenza.

Noi siamo in tempi in cui si ama l'unità, ma si sottolinea: nella diversità. Ed è giusto. Ma per poter raggiungere l'unità di mente c'è una strada: dare all'altro il nostro profondo, totale ascolto. Già questo sarebbe un valido contributo per arrivare un giorno all'unità piena.

Amore reciproco, dunque, per edificare e consolidare, almeno fra noi, la fraternità che vogliamo vivere per poterla estendere universalmente.

Bello ricordare, a conclusione, le parole di sant'Agostino a proposito della Babele; parole che possiamo fare nostre:

«Da una lingua ne vennero tante;
non ti meravigliare:
questo l'ha fatto la superbia.
Molte lingue diventano una;
non ti meravigliare:
questo lo fa l'amore»[5].

a cura di Graziella De Luca

---

1) Cf W. Mühs, *Parole del cuore,* San Paolo, Milano 1996, p. 82.
2) C. Lubich, *La dottrina spirituale,* A. Mondadori, Milano 2001, p. 125.
3) Id., *L'unità e Gesù abbandonato,* Città Nuova, Roma 1994, p. 30.
4) Id., *Santità di popolo,* Città Nuova, Roma 2001, p. 82-83.
5) Cf Sant'Agostino, *Sermo* 271; PL 38-39, 1245.

Non c'è rottura né dicotomia fra "natura" e "soprannatura", il divino è la pienezza dell'umano: prospettive psicologiche

Verso un pieno umanesimo: orizzonti nuovi in psicologia

di Silvano Cola

L'autore mostra il contributo che Chiara Lubich sta dando nel campo della psicologia perché essa possa fare quella svolta antropologica che dà senso compiuto a tutti i rapporti umani sia nella vita personale che nella vita sociale.

Mark G. Borg, nella *Laudatio* per l'occasione del conferimento del dottorato *honoris causa* a Chiara Lubich in letteratura (psicologia), ha detto: *«L'influenza che Chiara e il suo Movimento hanno esercitato nella Chiesa cattolica, tra cristiani, nel mondo delle grandi religioni e tra persone di credo differenti, ha portato grandi mutamenti nella vita di una moltitudine di persone in tutto il mondo (...) [accendendo] una rivoluzione silenziosa che non esiterei a definire "antropologica", viste le conseguenze personali e sociali che essa ha operato».*

E spiega: *«Il tipo di vita che Chiara ha programmato per sé e per i suoi seguaci ha alla radice un totale cambiamento antropologico. Questo stile di vita sottolinea un tipo di "relazione" a cui le prospettive contemporanee di diverse discipline convergono. Basta citare per esempio la teoria dell'Io in psicologia. Oggigiorno alcuni psicologi asseriscono che la relazione tra due persone è una esperienza unica in tutto il creato: è questa relazione che costituisce l'essere umano».*

Introduzione

Un primo punto da chiarire è che difficilmente si possono trovare in Chiara motivazioni all'agire espresse col tipo di linguaggio usato dagli psicologi. Lei è una persona spirituale che ha fondato un movimento a base spirituale sull'annuncio che Dio è Amore, ancorato strettamente al Vangelo. Perché allora il dottorato in psicologia?

Bisogna dire subito che anche le motivazioni dette spirituali, in quanto operano un cambiamento nella mentalità e nel comportamento dell'individuo, sono di fatto pure "realtà psichiche", in quanto lo spirituale è una componente del fondamento antropologico su cui si basano necessariamente tutte le varie correnti psicologiche e sociologiche. Oggi infatti anche la psicologia, come ogni altra scienza, non è più chiusa in se stessa: intanto perché ogni corrente psicologica presuppone un fondamento antropologico (ossia una visione globale dell'uomo) implicito o esplicito, per cui ha addentellati con quasi tutte le altre discipline filosofiche e umanistiche; e poi perché nessuna scienza può trovare "significato" in se stessa.

Scrive C. ROGERS: *«Al giorno d'oggi la maggioranza degli psicologi si credono insultati quando vengono accusati di avere pensieri filosofici. Questa reazione non la condivido. Non posso impedirmi di interrogarmi sul senso di tutto ciò che osservo. E mi sembra alle volte che da questo senso fluiscono implicazioni appassionanti per il nostro mondo»*[1].

La base antropologica

Mi sembra quindi utile dire due parole sulla posizione della psicologia nei confronti della verità sull'uomo, da verificare poi sperimentalmente sui dati della Rivelazione (teologia trinitaria) e quindi della vita personale di Gesù (l'Uomo) e delle sue parole – come risultano dal Vangelo e come le ha recepite la prima comunità cristiana – che hanno come finalità non di "negare" la natura umana per affermarla destinata alla sopranatura (posizione dualistica), ma di definire i parametri entro cui l'essere umano, "creato a immagine e somiglianza di Dio", può ritrovare la propria perfezione originaria.

Scrive la LUBICH: *«Poiché l'uomo è chiamato ad essere Dio, non gli si poteva dare più bel modello che un Dio fatto uomo»*. E ancora: *«Gesù è l'Uomo, l'uomo perfetto, che riassume in sé tutti gli uomini ed ogni verità e spinta che essi possono sentire per elevarsi al proprio posto»;* e dice che lui *«non è solo un fatto religioso»*, perché *«è la Vita e la Vita completa»*, per cui *«si aprirà un nuovo umanesimo dove veramente l'uomo è al centro, quest'uomo che è anzitutto Cristo, e Cristo negli uomini»* (da un testo dattiloscritto).

Troppo spesso infatti si è considerata la psicologia come un vangelo al negativo, chiuso allo spirituale, dimenticando che se l'essere umano è creato a immagine e somiglianza di Dio, lo psichismo dell'uomo non può non riflettere il dinamismo vitale intradivino, quello stesso che Gesù ci ha rivelato e invitato a realizzare quando, rivolto al Padre, ha chiesto che i discepoli siano uno, come il Padre e Lui sono uno. E questo la psicologia può dirlo non "deducendolo dalla fede", ma "sperimentalmente" (o per via induttiva).

D'altronde è sempre valida l'affermazione di K. RAHNER, rivolta a chi lo accusava di eccessivo antropocentrismo: *«Se l'uomo – il che è sottinteso – è concepito come l'essere dell'assoluta trascendenza verso Dio, non si può parlare di "antropocentrismo" o di "teocentrismo" come di prospettive teologiche tra loro opposte, ma come di un'unica e stessa realtà vista da due punti diversi, e l'uno dei due aspetti non potrà essere compreso senza l'altro»*[2].

E in un altro passo: *«Se Dio stesso è uomo e lo rimane in eterno; se tutta la teologia è di conseguenza antropologia; se all'uomo è proibito pensare dimessamente di sé perché in tal caso penserebbe dimessamente di Dio; e se questo Dio rimane il mistero ineliminabile, allora l'uomo è in eterno il mistero di Dio espresso, che in eterno partecipa al mistero del suo fondamento»*[3].

Per lui *«la massima compiutezza dell'essere umano è l'incarnazione divina»*, per cui la massima aspirazione dell'essere umano è la divinizzazione (Gesù).

Che teocentrismo (o cristocentrismo) e antropocentrismo non siano che due aspetti della medesima realtà lo affermano molti altri teologi.

Il teologo J. ALFARO, sulla stessa linea di Rahner, dice che *«una cristologia non può che costruirsi su una base antropologica, e una antropologia teologica non può che comprendersi a partire dall'essere-uomo di Gesù»*[4].

J. GALOT scrive che se l'uomo è stato creato a immagine e somiglianza di Dio, la sua persona, come pure la sua natura, porta il riflesso di ciò che esiste in Dio. Non si potrebbe quindi pretendere che la persona

umana debba definirsi in un modo completamente diverso dalla persona divina. Secondo l'analogia fondamentale, se il costitutivo formale della persona in Dio è la relazione, ci si deve aspettare che anche nell'uomo la relazione costituisca formalmente la persona.

E di conseguenza R. LATOURELLE mette in evidenza come *«Gesù Cristo è anche colui che rivela l'uomo a se stesso»*[5], perché tipo (archetipo) dell'uomo.

Anche il filosofo A. MENEGHETTI afferma: *«L'uomo è la struttura base che coordina tutta l'esperienza dell'essere. Dio stesso si incarna per l'uomo,* propter nos homines*»*[6].

I. SANNA termina una sua opera dicendo che *«la radicazione ultima del rapporto tra l'uomo e Dio (...) è ovviamente costituita dalla persona di Gesù Cristo (...). È in essa che l'uomo trova rispecchiata la propria identità, e trova rispecchiato anche il rapporto più autentico fra identità e differenza, perché nell'uomo Gesù Cristo il cielo e la terra, l'eternità e la storia, la divinità e l'umanità si sono incontrati senza mai confondersi ed annullarsi reciprocamente (...) È a partire da lui che il pensiero umano si è aperto a riconoscere la centralità della persona umana e la sua irriducibile dignità, come misura dell'autenticità di ogni impegno per l'uomo e la comunità degli uomini»*[7].

Gesù, "tipo" dell'essere umano?

Possiamo domandarci se è lecito affermare che anche solo induttivamente l'uomo-Gesù, come risalta dal Nuovo Testamento, può definirsi "tipo" dell'essere umano. E ci sembra di dover rispondere di sì.

Ne riscontriamo la verità nel fatto che chiunque, in qualsiasi epoca storica e di qualsiasi credenza, ha coscientemente deciso di conformarsi a Gesù quale modello di uomo (imitabile perciò da qualsiasi uomo), e quindi di mettere in pratica le sue parole unicamente indirizzate a riportare l'essere umano a essere uomo intero – come poteva immaginarlo san Paolo, il quale dice che si deve arrivare *"tutti (...) allo stato di uomo perfetto, nella misura che conviene alla piena maturità di Cristo"* (*Ef* 4, 13) – ha raggiunto di fatto quelle caratteristiche interiori ed esteriori, personali e sociali, nelle quali qualsiasi corrente psicologica fa consistere il raggiungimento (sempre relativo comunque) della maturità.

Non dobbiamo dimenticare, del resto, che ogni verità che riguarda Dio riguarda anche l'uomo (fatto a immagine e somiglianza sua), ossia che ogni verità teologica dev'essere vera in qualche modo anche psicologicamente, e che ogni verità psicologica (se è di fatto riscontrabile come tale) deve avere nella vita divina una corrispondenza analoga teologicamente possibile, anche se per noi inconoscibile. Porto un esempio: se la Trinità non avesse nulla a che fare con gli esseri umani, se non fosse in qualche modo imitabile, sarebbe totalmente inconcepibile e priva di senso per noi; e viceversa: se l'uomo non potesse avere, nella sua vita, un rapporto con un'altra o con altre persone da riuscire a sperimentare, grazie all'amore, il raggiungimento esaltante dell'unità accompagnato da senso di pienezza, di gioia, di pace, e dal desiderio di comunicare questa sua esperienza agli altri, non potrebbe mai farsi una immagine della vita trinitaria, anche se rivelata.

Il fatto che tanti psicologi e psicanalisti si siano interessati all'uomo Gesù, è perché quest'uomo ha esercitato un influsso sociale e psicologico su un'infinità di altri uomini, da modificarne il comportamento tracciando nuovi modelli di condotta.

Scrive ad esempio A. MENEGHETTI: *«Indiscutibilmente la figura di Gesù Cristo resta il punto di riferimento ottimale di tutta la nostra civiltà occidentale. Milioni di anime hanno sostanziato di lui la propria speranza di vita, e la propria integrazione psicologica.*

Gesù è l'uomo che unico al mondo è divenuto per molti la permanente tensione di trasfigurazione. Per Lui milioni di uomini e di donne in epoche diverse hanno contraddetto il proprio senso essenziale di essere: hanno divelto il proprio io per essere lui: come Paolo di Tarso molti altri hanno voluto il "non sono più io che vivo ma è Cristo che vive in me" dopo un quotidie morior *al proprio io. Gesù è divenuto l'esaltazione anche dell'uomo sociale, perché la società cristiana si afferma come corpo di Lui. Ogni parte della sua umanità è stata avidamente selezionata e scelta come distintivo di amore. Ordini e congregazioni religiose hanno gareggiato fra loro per individuarsi come la migliore identificazione di lui. Molti cuori hanno sublimato in lui le proprie esigenze di sentimento, di sesso e di individuazione. Nel suo nome tanti cuori si sono esaltati di amore e di coraggio (...). La storicità di Gesù è stata tradotta in eterna presenzialità di tempo e spazio per ogni essere. Egli ha una tale consistenza nella aspirazione degli uomini che ha superato qualsiasi modello di riferimento esemplare (...). Intendo dire che Gesù è oltre e al di qua dei significati di cui un legalismo storico lo ha reso portante, e che la sua esemplarità è potenzialità di ogni uomo che appare nell'esserci»*[8].

J. MOLTMANN dice che la comunità cristiana post-pasquale (e la stessa cosa si può dire di tutti i cristiani convinti) vedeva in Gesù *«l'incarnazione del Figlio dell'Uomo, e la presenza dell'uomo umano in mezzo a un mondo disumano»*[9]. E seguendo un concetto fermo di tutta la tradizione patristica afferma che *conoscere Dio e conoscere se stessi è possibile farlo solo conoscendo Cristo*[10].

Cita anche CALVINO, che vedeva nel Crocifisso *"lo specchio nel quale conosciamo sia Dio che noi stessi"*, e LUTERO, che dà come motivo del farsi uomo da parte di Dio il trasformare degli dei orgogliosi e infelici in *uomini veri*[11].

E bisognerebbe pure capire C. G. JUNG quando dice che *«l'importanza psicologica di Cristo consiste nel fatto che Egli, nella sua qualità di "primo nato", rappresenta il prototipo dell'uomo integrale, poiché corrisponde in noi alla* imago Dei, *l'archetipo del Sé [creato a immagine e somiglianza] che, per la sua numinosità, sveglia e incita l'uomo, a realizzare la totalità, ossia (...) la subordinazione dell'io alla volontà totalizzante nella quale vediamo con ragione la volontà divina (...). Chi è afferrato dall'archetipo dell'Anthropos (Cristo) vive la vita dell'Uomo-Dio, e si può ben dire che è lui stesso un uomo-dio»*[12].

Dal "cogito ergo sum" all' "amor (e amo) ergo sum"

Quando CARTESIO ha dato una prima definizione psicologica della persona basata sull'autocoscienza (*cogito, ergo sum*) di fatto ha aperto la strada al soggettivismo e all'individualismo, e ha ipertrofizzato la mente dell'io declassandone le "ragioni del cuore" (PASCAL) e l'aspetto biologico.

Le conseguenze educative e psicologiche sono state piuttosto gravi: il sapere si è staccato dalla vita, creando un dualismo pericoloso; si è assolutizzata la razionalità a scapito dell'equilibrio psicofisico vitale dell'individuo e si è sottratto all'io la componente essenziale per costituirlo persona: la relazionalità, la dialogicità, ossia l'aspetto socializzante.

E. LÉVINAS ha schematizzato questa posizione con le figure di Caino e Abele: per Caino, tra lui e il fratello non c'è rapporto (*sono forse io il guardiano di mio fratello?* Io sono io, e lui è lui). Scrive inoltre: *«Non può esserci alcuna conoscenza di Dio a prescindere dalla relazione con gli uomini. "Altri" è il luogo stesso della verità metafisica, indispensabile al mio rapporto con Dio»*[13].

Ma se si rimane sul piano ontologico, scrive Z. BAUMAN, *«Siamo al massimo l'uno con l'altro. Fianco a fianco può anche voler dire fisicamente vicini, tanto da sfiorarsi letteralmente le spalle, ma anche infinitamente distanti: due creature separate e chiuse in se stesse... ciascuna delle quali esiste per proteggere la propria (...) identità-con-se-stesso, i propri confini, il proprio spazio. Paradossalmente, "essere con" significa essere separati. L'altro non è altro che il non-me (...). La separazione, la distanza tra noi non potrà mai essere annullata»*[14].

«La persona, invece, è tale in quanto ha la potenzialità del rapporto con l'altro. Il rapporto dell'io col tu, secondo M. BUBER, *spinge la persona all'incontro e la immerge interamente nel dinamismo del dialogo. La relazione io-tu non è qualcosa di accidentale e di superfluo che si aggiunge alla persona, ma è quello spazio interpersonale che rivela e costituisce l'io come io e il tu come tu, in un orizzonte di uguaglianza, di apertura e di disponibilità alla comunione. Il dialogo interpersonale, epifania di due personalità, si nutre e si sviluppa nel mutuo scambio di "parola" e di "amore"; una parola che mentre disvela l'io e riconosce il tu, nasce dall'amore e comunica amore (...) e non si esaurisce in una forma di chiusura e di sterile egoismo a due ma, a partire dalla ricchezza di un tu conosciuto e amato, allarga e moltiplica i rapporti interpersonali sottostanti alla comunità umana in cui si è immersi»*[15].

Le dimensioni dell'amore

Mi riallaccio alla citata *Laudatio*: *«una spiritualità basata sull'amore reciproco (la spiritualità dell'unità)... quel tipo di amore che dimentica se stesso per l'altro e che scaturisce dal Cristo crocifisso...»*.

Nella storia del Movimento dei focolari si sa che la prima scintilla che ha dato origine alla rivoluzione antropologica è stata la sussultante scoperta che Dio è Amore, che Dio mi ama e ci ama, e dunque se siamo oggetti d'amore siamo, e siamo importanti. Al *diligor ergo sum* (BERDIAEV) che è verità teologica, ma anche la prima esperienza umana, risponde il *diligo, ergo sum* (MOUNIER), che è la prima affermazione cosciente della mia relazionalità, del mio essere persona.

Per BUBER l'amore è il rapporto con un tu considerato non come oggetto di fruizione, ma come un altro io, un altro soggetto col quale posso entrare in comunione e del quale devo sentirmi responsabile come di me stesso[16]. Ma per farlo devo prendere a cuore il destino dell'altro rispettandone la diversità che è per me mistero.

Allora è possibile capire l'amore come responsabilità: *«La parola io significa eccomi, pronto a rispondere di tutto e di tutti, salvandone la libertà; devo fare di me un dono all'altro. Non posso farlo, però, se non sono libero io stesso, capace di amare veramente, di farmi dono»*[17].

Per E. LÉVINAS l'amore è anzitutto *assenza di fusione,* perché si deve rispettare la propria e l'altrui unicità[18].

Uno dei maggiori esegeti ebraici, A. CHOURAQUI, commentando il Cantico dei Cantici, al versetto 2, 10, dove si parla del culmine del rapporto d'amore, traduce le parole dell'amante all'amata: «Alzati, amica mia, mia bella, e *vai verso te stessa*», e non «vieni a me».

L'amore autentico non è possessivo, ma è personalizzante, perché è un rapporto di verità con l'alterità.

E. FROMM afferma che è la *gratuità* a segnare il grado della maturità dell'amore. «L'amore infantile – scrive – segue il principio: *amo perché sono amato*. L'amore maturo segue il principio: sono amato perché amo. L'amore immaturo dice: *ti amo perché ho bisogno di te*. L'amore maturo dice: *ho bisogno di te perché ti amo*»[19].

E in un altro volume parla dell'amore come della *«forma produttiva di relazione con gli altri e con se stessi. Esso implica responsabilità, sollecitudine, rispetto e conoscenza, nonché il desiderio che l'altra persona si sviluppi e cresca. È espressione di intimità tra due esseri umani, a condizione che la rispettiva integrità sia rispettata»*[20].

V. E. FRANKL insiste piuttosto sul dono di sé per raggiungere l'autorealizzazione, affermando che soltanto nella misura in cui ci diamo, ci doniamo, ci mettiamo a disposizione del mondo, realizzeremo noi stessi.

Ma è stata CHIARA LUBICH a definire in modo universale, valido cioè per tutte le scienze, che l'essere è amore. Ha scritto: *«Noi siamo, se non siamo [se siamo amore]. Se siamo [se non siamo amore], non siamo».*

Amore e sacrificio di sé

Anche A. MENEGHETTI, come Frankl, lega esplicitamente l'amore al saper perdere, saper rinunciare, e quindi al concetto che *amare significa anche sacrificarsi per essere: «Il criterio di una vera personalità autentica si rivela – afferma – nella capacità di saper accettare l'altro in quanto altro. La maggior parte degli uomini sanno cogliere gli altri solo come estranei, purtroppo, perché temono l'avventura dell'incontro che implica sempre una certa rinuncia di se stessi. Quelli che avvertono il loro prossimo come estraneo dimostrano di essere in una situazione quasi patologica di difesa, di paura, di inibizione, di anomia.*

«Accettare l'altro in quanto altro significa cogliere con amore un altro-io, una diversità soggettiva che può approfondire il significato di esistere. La persona che sa affiancarsi ad un'altra non è per lo più un integrato conservatore (...) ma un innovatore che è disposto a perdere tutto ciò che è storia propria per immettersi... nella recezione umile dell'altro»[21].

Un duro rimprovero è stato rivolto da JUNG ai cristiani: *«Noi siamo dei farisei fedeli alla legge e alla tradizione, fuggiamo l'eresia e non vogliamo nient'altro che imitare Cristo, ma non vogliamo essere confrontati con la nostra realtà, col compito che attende personalmente ciascuno di noi e che consiste nel riunire gli opposti. Preferiamo credere che Cristo l'ha già fatto per noi (...). Invece di portare noi stessi la nostra croce, ne incarichiamo Cristo. Ci piazziamo sotto la sua croce, ma evitiamo la nostra. (...) La croce di Cristo è lui che se l'è portata, era la sua propria croce. Certamente è più facile mettersi sotto una croce già portata da un altro che non portare la propria (...). È cristiano chi vive nello spirito di Cristo e nessun altro. Chi imita il Cristo e ha la pretesa di caricarsi della sua croce quando non è capace di portare la sua propria, non ha compreso neppure l'a b c del messaggio cristiano. (...) È così che si stravolge il senso del Vangelo (...) e invece di adeguarsi al vero senso della vita di Cristo e di vedervi un esempio da seguire, si preferisce – con la pretesa di essere così in conformità con la parole del Signore – restare infantili»*[22].

"Amo, dunque non sono, per essere" (*Chiara Lubich*)

A. H. MASLOW ebbe a meravigliarsi *«di quanto poco le scienze empiriche abbiano da offrire sull'argomento dell'amore. Il silenzio degli psicologi è particolarmente strano, dato che è spontaneo pensare che sia proprio compito loro parlarne. Probabilmente ci troviamo di fronte ad un altro esempio di abuso accademico, che consiste nel preferire ciò che è facile a ciò che bisogna fare (...). Si tratta (infatti) di un argomento enormemente difficile a trattarsi in seno a qualsiasi tradizione culturale, ed è ancora più difficile trattarlo in seno alla tradizione scientifica. È come se ci si trovasse in una posizione avanzata, nella terra di nessuno, in un punto dove*

le tecniche convenzionali della scienza psicologica ortodossa sono poco utili. (...) Qui è chiaro quale sia il nostro dovere. Noi dobbiamo capire l'amore, dobbiamo essere capaci di insegnarlo, di crearlo, di predirlo, diversamente il mondo resta abbandonato all'inimicizia e al sospetto»[23].

E tuttavia anche in MASLOW, come nella maggioranza degli psicologi, si cerca invano una dialettica dell'amore che comprenda il sacrificio di sé per la vita dell'altro, il dare la vita per, eccetera.

La LUBICH, invece, (e questa è la novità) accenna continuamente all'amore come *«al morire dell'Io nel tu, perché il tu è il luogo dove l'Io "se muore tutto nel fratello" si realizza pienamente come Io»*. E quando spiega come anche il "nulla del creato" contiene in sé la legge dell'amore, per cui tutto, anche il nulla, è amore, afferma che *«se (nell'amare) qualcosa (l'Io) sembra distruggersi, la distruzione non è, anzi, si raggiunge la pienezza dell'Io»*[24].

È difficile trovare una definizione più esatta della persona, la quale solo quando è (distinzione) può darsi (essere amore), e che collima perfettamente sia con l'esperienza umana che con la dichiarazione evangelica: *«Chi vuole salvare la propria vita, la perde; chi perde la propria vita (...) la salva»* (*Gv* 12, 25).

Quel brano può giustamente essere considerato il manifesto della nuova psicologia. Intanto è immediatamente comprensibile a chiunque abbia speso qualche volta un po' di sé per favorire disinteressatamente un altro.

È il principio della vita intratrinitaria, come abbiamo sentito, e di tutta la teologia, dall'Incarnazione ("farsi l'altro" fino alla *kenosi*, assumendosene la responsabilità fino a "dare la propria vita") alla Chiesa, generata appunto dalla croce di Cristo e che deve essere pertanto icona dell'amore trinitario.

È il principio della filosofia in quanto solo in esso si trova la soluzione di tutte le aporie. E inoltre, come pensa la Scuola Abbà, appare il principio reale di tutte le scienze.

Ma è soprattutto la dottrina-sintesi di tutto il Vangelo (e quindi di tutte le multiformi spiritualità), vangelo che, ripeto, è finalizzato non a creare un "gruppo" di élite, ma a indicare ad ogni uomo la strada per ritornare ad essere uomini. Se Dio infatti è Amore, l'uomo non potrà realizzarsi come uomo che essendo amore.

La scienza psicologica certo non parte da una dichiarazione deduttiva del genere, ma dall'esperienza dei singoli individui umani può mostrare la differenza esistente – per qualità di vita, di pienezza, di gioia, di socialità, di tensione all'uno e quindi alla "pace", nel senso agostiniano – tra chi sa porre disinteressatamente la sua vita per gli altri e chi invece si concentra su se stesso per *avere* (beni, successo, potere).

La parola detta da Gesù: *«nessuno ha un amore più grande di chi dà la vita per gli altri»* (cf *Gv* 15, 13), tradotta in termini psicologici suona: «nessuno è come Dio (l'Amore) come chi si fa relazione d'amore al prossimo fino a essere pronto a sacrificare se stesso per lui».

Ma per sacrificarsi bisogna prima possedersi: essere uno in sé, non condizionati da bisogni interiori o da legami esteriori.

Infinite volte, perciò, C. LUBICH afferma che «Gesù è Gesù abbandonato», perché è il culmine della possibilità di amare arrivando al punto di identificarsi col dolore, con tutti i dolori, con tutto il negativo dell'umanità, per redimerlo, ossia trasformarlo in amore. Gesù abbandonato è solo amore; è il massimo di individuazione cui possa giungere la persona umana e, nello stesso tempo, il massimo di relazionalità positiva con tutto il creato. Così che in ogni dolore anch'io posso realisticamente amare non il dolore (masochismo), ma Lui, l'Amore fatto uomo. Perché ogni dolore diventa allora Gesù, "travestito" ogni volta nei mille panni di qualsiasi sofferenza sia

fisica, sia psichica, sia spirituale, e che io posso amare perchè si tratta di Lui; e invece che chiudermi in me stesso (regressione) o scaricare il mio dolore sugli altri, posso continuare ad amare, a essere Lui, a sanare cioè anche *la disunità dell'essere, causa del "male"* in genere.

Scrive ancora C. Lubich: *«È una realtà* [anche psichica] *che il dolore* (= non essere [in quanto, se solo l'amore è, anche il dolore dev'essere un non-essere]) *per Gesù abbandonato torna nella sua vera irrealtà* [un non-essere per essenza] *ed al suo posto è la gioia piena»*[25].

Anche qui psichico e spirituale coincidono, perché Gesù abbandonato è anche "realtà psichica" capace di modificare il mio atteggiamento nei confronti del dolore, così da operare la "divina alchimia" – come amava osservare Igino Giordani – di *trasformare il dolore in amore e gioia piena* («Beati quelli che piangono... Beati i perseguitati...»).

Questa verità, che vale per ogni uomo, è difficile capirla in una cultura tesa all'autorealizzazione, intesa questa come attuazione di tutte le potenzialità dell'avere (salute, bellezza, notorietà, possibilità economiche, eccetera). Se non se ne fa l'esperienza, resterà una cosa "irrazionale". Per questo Gesù rivolge soltanto "inviti" agli uomini: «Chi vuol venire dietro a me, e non prende la sua croce...» rimane un individuo della specie umana, ma non diventa l'Uomo, persona realizzata.

È ciò che Chiara esprime in una pagina dove descrive il punto d'arrivo cui può giungere l'essere umano.

«La nostra personalità – dice – *è quindi Cristo in noi. Noi, perdendo la nostra personalità, acquistiamo quella di Cristo, che è molto più forte, molto più distinta. Ma dobbiamo avere il coraggio di perdere la "nostra" personalità, mentre tutti nel mondo ci tengono a salvarla. In questo Gesù abbandonato è veramente maestro. (...). Ora, il Cristo in me, che è la mia personalità vera, è diversissimo dal Cristo in santa Caterina, dal Cristo in san Francesco o in qualsiasi altra persona. (...) Certo, la propria personalità si ha se si perde. Ma occorre che ciascuno sia se stesso»*[26].

A questo punto si può dire con san Gregorio di Nazianzo che *«grazie a Cristo l'integrità della nostra natura è restaurata», poiché «è [stato] Lui il modello (l'archetipo) nostro»*[27].

Silvano Cola

---

1) *Le développement de la personne,* Paris 1998, p. 113.
2) Da una conferenza tenuta a Chicago nel 1966, cit. da B. Salvarani in "Settimana" 40/1999.
3) *Ibid.*; cf K. Rahner, *Corso fondamentale sulla fede,* Alba 1978, p. 223.
4) Cit. da Zdenko Jhoa, *Christologie und Anthropologie,* Freiburg 1992, p. 279.
5) Cf *Teologia, scienza della salvezza,* Assisi 1985.
6) *Ontopsicologia filosofica. Epistemologia evangelica,* Roma 1992, p. 20.
7) *L'antropologia cristiana tra modernità e postmodernità,* Brescia 2001, p. 469.
8) Cit., pp. 117-119.
9) *L'homme,* Cerf-Mame, Paris 1974, pp. 130-131.
10) Cf *ibid.*, p. 29.
11) Cf *ibid.*, pp. 29-32.
12) *Le divin dans l'homme,* Paris 1999, p. 161.
13) *Totalità e infinito. Saggio sull'esteriorità,* Milano 1980, p.76.
14) *Le sfide dell'etica,* Milano 1997, p. 75.
15) Cf I. Sanna, *L'antropologia cristiana tra modernità e postmodernità,* Brescia 2001.
16) Cf *Io e tu,* in *Il principio dialogico e altri saggi*, Cinisello Balsamo 1997.
17) *Ibid.*
18) Cf *Il tempo e l'altro,* Genova 1987, p. 56.
19) *L'Arte di amare,* Milano 1974, p. 57.
20) *Dalla parte dell'uomo,* Roma 1971, p. 88.
21) Cit., pp. 25-26.
22) *Lettera alla pastoressa Dorothée Hoch*, in *Le divin dans l'homme*, Paris, 1999, pp. 346-347.
23) *Motivazione e personalità,* Roma 1973, p. 293.
24) Da un testo dattiloscritto.
25) Manoscritto inedito del '49.
26) *Id.*
27) *PG* 37, 2.

Amare ed essere amati: fondamento della propria identità

L'affermazione «Dio è amore» e la psicologia

di Pasquale Ionata

Oggi si riconoscono sempre di più i valori umani e sociali veicolati dalle Scritture bibliche. Infatti se il nostro vissuto evangelico è genuino, esso produce l'affermarsi ed il fiorire della nostra vera identità.

Vorrei agganciarmi ad una considerazione che abbiamo ascoltato nell'intervento di Silvano Cola e cioè che non esiste nessuna distinzione esistenziale tra il dato teologico e quello psicologico nel senso che la dimensione spirituale è essenzialmente una "esperienza" psicologica, e non qualcosa di astratto, impalpabile e lontana dalle vicende umane e concrete. In altre parole la fede o la religiosità solo per il fatto che sono nella loro essenza "esperienze vissute" non sono categorie solamente spirituali ma anche psicologiche.

Spesso si tende a considerare la spiritualità e la psicologia, come due realtà radicalmente diverse fra loro, ma le cose in realtà non stanno così: esse non solo sono inestricabilmente collegate, ma hanno anche pari dignità fenomenologica. Basterebbe pensare all'affermazione della fede cristiana che riconosce Gesù, in modo inscindibile, vero Dio e vero Uomo. Considerare la spiritualità come qualcosa di sganciato dall'esperienza psicologica significa fare dello "spiritualismo": equivarrebbe a negare la parte umana di Gesù e la sua vicenda terrena.

Identità spirituale e umana

Questo nostro intervento partirà proprio dalla constatazione che l'identità spirituale non può non camminare di pari passo con quella umana.

Scrive il teologo Herman Haering: «L'identità religiosa comincia quindi lì dove l'identità umana "normale" scopre in se stessa una profondità insondabile e la esprime. Forse la storia di Gesù divenne la storia di una nuova identità religiosa, perché attuò la possibilità dell'immaginazione umana in una maniera inattesa, senza dissolversi in essa. Dio è un *"Deus humanissimus"*. Forse per questo Gesù divenne il simbolo del veramente divino e, nello stesso tempo, del veramente umano che tutti noi similmente e senza rivalità speriamo (di diventare)»[1].

Qualcuno potrebbe pensare che stiamo già tirando delle conclusioni, per cui è bene andare cauti e sottolineare invece un dato oggettivo e incontrovertibile, cioè che da parte di ogni essere umano è fortissima l'esigenza di avere un'identità. Cito lo storico Crane Brinton che fa la seguente osservazione psicologica: «Per essere provocante dirò che ogni individuo è un metafisico; ogni individuo ha il desiderio di situarsi in un

"sistema", in un "universo", in un "processo" che trascenda i rapporti immediati tra l'individuo e l'ambiente; in ogni persona normale la mancanza consapevole o la frustrazione di tale forma d'intelligenza darà luogo ad una specie di angoscia metafisica»[2].

Quello che Brinton chiama "angoscia metafisica" è quel brivido dell'Io che lo psichiatra Ronald Laing nel suo famoso libro *L'Io diviso* definiva come "insicurezza ontologica", caratterizzata appunto da ansietà e pericoli, al posto di certezze e sicurezze tali da permettere ad una persona di affrontare la vita e le sue difficoltà con un forte senso di identità di se stessa e degli altri.

La maggiore autorità sul tema dell'identità come noto è Erik Erickson, la cui teoria di fondo è che esistono ben otto stadi dello sviluppo dell'identità, e molti dei problemi relativi ad essa si accentrano sulla parte svolta dalle identificazioni sia nell'accrescere che nel diminuire il senso d'identità stesso. Per esempio si ritiene che non riuscire, durante l'infanzia, a identificarsi coi genitori, in particolare col genitore del proprio sesso, diminuisca il senso d'identità, ma ha un effetto simile il non riuscire a disidentificarsi da loro nell'adolescenza. Per Erickson, il senso d'identità è probabilmente sinonimo di consapevolezza di sé e si può considerare come l'equivalente soggettivo dell'Io, anche se non è del tutto chiaro se la ricerca dell'identità sia una accresciuta consapevolezza di sé oppure una ricerca di un ruolo.

Fin qui quanto ci dice Erickson, e non ci sembra che la ricerca sul fondamento della propria identità venga sufficientemente sviluppata da parte della psicologia ericksoniana. Per questo abbiamo ritenuto più utile rivolgerci a varie e diverse scuole psicologiche, diverse soprattutto tra loro, tipo quella cognitiva, quella esistenziale, quella analitica, ecc., proprio per vedere come sia possibile sostenere psicologicamente tutto il nostro lavoro caratterizzato espressamente da aspetti spirituali. Inoltre, citeremo due brevissime liriche del poeta neoclassico tedesco Friedrich Hölderlin memore di quanto Freud stimasse i poeti quali veri scopritori dell'inconscio prima ancora di lui, perché quello che egli aveva scoperto e messo a punto era a suo avviso soltanto il metodo scientifico con cui poter studiare l'inconscio. Freud arriva persino ad invidiare ai poeti la capacità «di ricavare senza una vera fatica, dal vortice dei propri sentimenti, le più profonde intuizioni, mentre a noialtri non resta che farci la strada a tastoni, senza posa, in tormentosa incertezza, verso le medesime verità»[3].

Qualche scuola psicologica

E seppure a tastoni, come dice Freud, anche noi ci rivolgiamo alle diverse scuole psicologiche e *in primis* alla cognitiva con il concetto di "base sicura" avanzato dal grande Bowlby: base sicura, dove s'ipotizza l'importanza fondamentale dell'attaccamento del bambino alla figura materna tale da permettere al bambino l'allontanamento da essa, senza particolari problemi psicologici. Sia l'attaccamento che la separazione dalla madre, darebbero al bambino quel senso della propria identità, o meglio, della sua presenza nell'ambiente come persona viva, tale da incontrare gli altri bambini con atteggiamenti di esplorazione, sempre certo della possibilità di ritornare alla base sicura della madre. Insomma l'attaccamento e la separazione darebbero al bambino non solo il senso dell'identità, ma anche della certezza esistenziale.

Però, se interpelliamo la scuola cognitiva è perché vorremmo andare oltre Bowlby e in particolare agganciarci alla recente proposta di Blatt dove viene elaborata una teoria cognitiva dello sviluppo della personalità in cui si citano due motivazioni psicologiche, fra loro correlate:

a) Reciprocità: la capacità di stabilire delle relazioni interpersonali sempre più mature e mutualmente soddisfacenti.

b) Definizione di sé: lo sviluppo di una identità consolidata, realistica, sostanzialmente positiva, differenziata e integrata[4].

Motivazioni cognitive che già negli anni '60 furono anticipate, seppure in un altro ambito psicologico, quello esistenziale, dallo

statunitense William Glasser, il quale sottolineava che per la costruzione di un sano senso d'identità era necessario appagare due bisogni umani fondamentali, che sono rispettivamente:

a) il bisogno di amare ed essere amati;

b) il bisogno di sentire che abbiamo un valore per noi stessi e per gli altri[5].

Per quanto riguarda il primo bisogno, quello del dare e ricevere amore, esso è costantemente presente lungo tutto l'arco della vita umana; e non basta essere amati da una madre, un amico, uno sposo o una sposa; è indispensabile anche amare. Amare soltanto o soltanto lasciarsi amare non è sufficiente; dobbiamo fare ambedue le cose. Se non potremo soddisfare il nostro totale bisogno di amore, senz'altro soffriremo e reagiremo con molti sintomi che vanno da un leggero disagio all'angoscia e alla depressione e, infine, al completo ritiro dal mondo che ci circonda.

Altrettanto importante quanto il bisogno d'amore è quello di sentire che abbiamo un valore per noi stessi e per gli altri. Nonostante i due bisogni siano distinti, una persona che ama ed è amata di solito sentirà di avere un valore; ed una persona che ha un valore generalmente sarà amata e potrà ricambiare l'amore. Per avere un valore dobbiamo mantenere una norma comportamentale soddisfacente. Quindi dobbiamo imparare a correggerci quando siamo in torto e a riconoscere il nostro merito quando ci comportiamo bene. Se non valutiamo criticamente il nostro comportamento, oppure se non miglioriamo la nostra condotta, qualora sia inferiore al modello che ci eravamo prefissati, non appagheremo il nostro bisogno di avere un valore e avremo le stesse acute sofferenze di quando non riusciamo ad amare o ad essere amati.

Prospettiva spirituale

Parecchio tempo prima, negli anni '40 in Italia si delineava uno stile di vita, ed implicitamente anche una dottrina dai risvolti psicologici, che soddisfaceva già egregiamente i due bisogni evidenziati da Glasser, grazie al contributo spirituale di Chiara Lubich e alla sua avventura comunitaria del Movimento dei focolari, con la scoperta iniziale di Dio Amore sullo sfondo di un contesto esistenziale in cui tutto parlava di odio e di distruzione, e cioè la seconda guerra mondiale.

Scrive Chiara Lubich: «Un fatto. Facevo ancora scuola. Un sacerdote di passaggio... chiede di dirmi una parola. Mi domanda di offrire un'ora della mia giornata per le sue intenzioni. Rispondo: perché non tutta la giornata? Colpito da questa generosità giovanile... mi dice: "Si ricordi che Dio la ama immensamente". È la folgore. "Dio mi ama immensamente". "Dio mi ama immensamente". Lo dico, lo ripeto alle mie compagne: "Dio ti ama immensamente. Dio ci ama immensamente". Da quel momento scorgo Dio presente dappertutto col suo amore: nelle mie giornate, nelle mie notti, nei miei propositi, negli avvenimenti gioiosi e confortanti, nelle situazioni tristi, scabrose e difficili. C'è sempre, c'è in ogni luogo e mi spiega. Che cosa mi spiega? Che tutto è amore: ciò che sono e ciò che mi succede; ciò che siamo e ciò che ci riguarda; che sono figlia sua e Lui mi è Padre; che nulla sfugge al suo amore. La novità è balenata dinanzi alla mia mente: so chi è Dio. Dio è Amore. È questa la nostra grande, grandissima scoperta. Mentre la guerra sottolineava la precarietà di ogni cosa, noi sceglievamo Lui come ideale della nostra vita»[6].

Un dato strettamente psicologico che si può cogliere dall'esperienza della Lubich è questa: la novità di Dio Amore è balenata dinanzi alla sua "mente" e lei, forte di questa "grandissima scoperta", può capire delle realtà decisive che coinvolgono tutta la realtà. Capisce, ad esempio, che la natura, l'umanità, la singola persona, tutto l'universo porta l'impronta dell'amore. Tutti gli esseri sono sostenuti da un'armonia di rapporti d'amore in cui ciascun essere è in dono per l'altro, tale da trovare così la propria identità.

È alla luce di questa prospettiva che comprendiamo la seguente esperienza raccontata da Chiara: «Avevo l'impressione di percepire, forse per una grazia speciale di Dio, la presenza di Dio sotto le cose. Per cui, se i

pini erano indorati dal sole, se i ruscelli cadevano nelle loro cascatelle luccicando, se le margherite e gli altri fiori ed il cielo erano in festa per l'estate, più forte era la visione d'un sole che stava sotto a tutto il creato. Vedevo, in un certo modo, credo, Dio che sostiene, che regge le cose. E Dio faceva sì che esse non fossero così come noi le vediamo; erano tutte collegate fra loro dall'amore, tutte, per così dire, l'una dell'altra innamorate. Per cui se il ruscello finiva nel lago era per amore. Se un pino s'ergeva accanto ad un altro era per amore. E la visione di Dio sotto le cose, che dava unità al creato, era più forte delle cose stesse; l'unità del tutto era più forte che la distinzione delle cose fra loro»[7].

L'annuncio dell' amore di Dio

Come si sa il nucleo centrale dell'evento-Gesù è rappresentato dal suo annuncio dell'amore di Dio verso l'umanità, ed ecco una riflessione in proposito di un noto teologo studioso di psicoanalisi:

«Sia ben chiaro che Dio non ci ama eventualmente perché ha bisogno di noi, ma proprio al contrario: siamo necessari a Lui perché ci ama. Solo attraverso l'amore siamo in grado di formarci come persone, cominciando innanzi tutto a credere alla nostra importanza. Probabilmente l'azione vera di Gesù, per tutto il tempo che dimorò su questa terra, consistette proprio nell'insegnare e far capire agli uomini (che sino allora si erano considerati meno che foglie portate dal vento) che essi erano invece per Dio qualcosa di essenzialmente irrinunciabile. Nell'amore si raggiunge il punto nel quale si capisce tutto; e si capisce anche come a Dio sia potuto venire l'idea di creare tutto ciò che esiste e consente a noi di esistere. Perciò chiamiamo questa forza (che sta dietro ogni cosa, che non conosciamo ma alla quale tuttavia crediamo) amore. Infatti, solamente questo sentimento umano postula se stesso come infinito ed è in base ad esso che comprendiamo alla fin fine ogni cosa, la quale altrimenti ci dovrebbe apparire quasi un non senso, come la negazione di ogni logica e una mera assurdità. Solo nell'amore ogni cosa si inquadra»[8].

D'altronde tutte le ricerche della scuola freudiana hanno evidenziato il bisogno vitale dell'amore, della tenerezza e della protezione che ha il bambino nella sua ostinata ricerca d'identità. Qualsiasi frustrazione d'amore diventerà ostacolo al suo naturale sviluppo e potrà impedirgli, più tardi, di diventare maturo. Della "nevrosi da abbandono", descritta dai freudiani, riscontriamo, in varia misura, i sintomi nell'umanità intera perché, per quanto grande possa essere l'amore dei genitori, presenta pur sempre qualche lacuna. La Bibbia perciò ci descrive l'umanità eternamente inquieta, chiusa, dura e sviata, in preda ad un'amara nostalgia del Paradiso perduto. Unica risposta è l'amore di Dio. E a questo proposito ne sapeva qualcosa lo psicologo svizzero Paul Tournier che ha scritto di se stesso: «Rimasto orfano di entrambi i genitori, non sono riuscito a superare i traumi di questa disgrazia se non quando ho capito l'immensità dell'amore di Dio»[9].

Un'esperienza sconvolgente

Tra l'altro la scoperta di Dio Amore si esplica in un atteggiamento psicologico "nuovo" che trova motivo di esistere nell'esperienza profonda dell'essere amati da un Padre, dalla sensazione unica di essere preziosi agli occhi del Padre, e dalla certezza che tutti i propri sforzi per una vita produttiva e buona sono sostenuti da un provvidente e protettivo Padre. E con ciò si raggiunge una non indifferente maturità psichica perché chi è convinto che Dio perdona le sue debolezze è più disposto ad accettare le imperfezioni, le mancanze e i difetti del proprio comportamento. La convinzione che Dio lo può ancora amare al di là di tali imperfezioni serve da difesa di fronte alle domande dell'inesorabile e insaziabile Super-Io.

Spesso e giustamente si parla di amare per primi, cioè di amore "attivo"; ma per esegui-

re bene ciò, è necessario ricordarsi dell'amore "passivo", cioè dell'amore ricevuto dall'essere amati da qualcuno, dell'esperienza di gioia e di libertà che riempie ogni essere umano quando si sente amato. Non a caso, solo in forza di questo amore passivo è possibile crescere e restare addirittura in vita, come accade ai bambini.

Ma anche se nell'infanzia non si riceve sufficiente amore è sempre possibile amare per primi ricordandoci dell'amore passivo dell'esperienza travolgente di Dio Amore, perché come dice la Sacra Scrittura: «Dio ci ha amati per primo» (*1Gv* 4, 19). Quindi amare per primi presuppone la convinzione interiore e forte dell'essere amati da Dio in maniera personalissima. Lo dice anche questo detto: «È necessario sentire la mano di Dio sulla propria spalla per poter essere la sua mano sulla spalla degli altri». L'esperienza della mano di Dio su di noi, il sentire nel più profondo di noi stessi d'essere amati personalmente da Dio Amore, è forse l'esperienza più sconvolgente che possa capitare all'essere umano, perché va ben oltre l'esperienza dell'amore-naturale di cui tipica espressione è l'amore materno, già di per sé abbastanza grande, cosa che il sacerdote psicanalista Marc Oraison conferma con queste parole: «Un giorno nello sguardo dei genitori chini su di me, mi sono reso conto che io esistevo. E ho riso di gioia. Un giorno, nello sguardo che mi rivolgeva il Verbo incarnato, mi sono reso conto che io esistevo in modo ben più grande di quanto supponessi»[10].

Amore materno e Amore divino

Ma l'amore di Dio rispetto a quello naturale dei genitori, e in particolare della madre, non è soltanto più grande ma antecedente ad esso, viene prima. C'è una lirica di Hölderlin, intitolata *All'Etere*, che nei versi iniziali ce lo ricorda:

«Fido e amorevole come te
nessuno fra gli dèi e gli uomini
m'allevò, o Padre Etere!
Prima ancora che la madre
nelle braccia mi prendesse
e mi nutrisse al suo seno,
Tu già mi reggevi teneramente
e un filtro celeste,
col sacro alito mi versavi
nel germogliante petto»[11].

L'identità dell'essere umano può paragonarsi per analogia all'identità di un libro: sappiamo dove e quando è stata terminata la stampa di un libro, ma non è certo nella tipografia, sotto le dita esperte dell'operaio che l'ha composto, che ha preso la nascita, perché è il genio umano dell'autore che l'ha generato. Così è l'essere umano: sappiamo dove e quando è stata terminata la gestazione, ma non è certo dal grembo materno, sotto le dita esperte della natura che l'ha composto, che ha preso la nascita. È il soffio divino, "l'amorevole sacro alito", direbbe Hölderlin, che l'ha fatto nascere.

Ma perché, a differenza di gran parte della psicologia, l'amore della figura materna a nostro avviso non corrisponde totalmente al fondamento della propria identità, mentre lo è la scoperta di Dio Amore?

Vorrei citare un brano di Jung che ci servirà per offrire utili considerazioni in merito. Egli scrive: «Tra tutti i miei pazienti nella seconda metà della loro vita, non ve n'era uno i cui problemi in ultima analisi non riguardassero la ricerca di un senso religioso della vita. Non è esagerato dire che ognuno di essi era ammalato perché aveva perso ciò che una religione vitale è in grado di dare ai credenti, e nessuno di loro è stato veramente curato senza un ritorno ad una visione religiosa»[12].

Qui Jung parla della famosa "crisi della mezza età" e precisamente della seconda metà del processo di "individuazione" (dove per individuazione intende quel processo che crea un individuo psicologico il quale realizza il Sé inteso come senso della nostra vita). A questo proposito uno psicoanalista junghiano come E. Edinger[13], ha tracciato di

recente un'utile caratterizzazione delle differenze tra la prima e la seconda metà dell'individuazione, nei termini di una relazione dialettica tra l'Io (inteso come Io inferiore, personale e cosciente) e il Sé (inteso come Io superiore, sovrapersonale e supercosciente), per spiegare come si snoda lo sviluppo evolutivo dell'identità:

a) L'Io identificato con il Sé (nella nascita e nella prima infanzia).

b) L'Io alienato dal Sé (nella crescita e nell'adolescenza).

c) L'Io riunito con il Sé (nell'età adulta).

Secondo questo schema, la prima metà della vita vede un graduale distacco dell'Io dal Sé e la seconda il loro graduale riavvicinamento. Senza entrare nei dettagli tecnici della psicologia junghiana, possiamo dire che nella terza relazione, quella dell'Io riunito con il Sé, ci troviamo di fronte al raggiungimento di quella realtà psicologica che il filosofo P. Ricoeur chiamava *seconde naïveté* (seconda innocenza), cioè di una specie di "infanzia spirituale" dove viene ripristinato un atteggiamento tipicamente infantile: fatto di totale e fiducioso abbandono nelle mani di un "Altro" con il quale si ha un rapporto d'amore; fatto di meraviglia e di candore davanti alle cose vedendole sempre nuove; fatto di tranquilla sicurezza e di assenza d'artificiosità nel giocare creativamente con la realtà affrontandola con semplicità.

Questo è l'essere umano maturo, che diventa innocente per la seconda volta nella sua vita, dopo l'innocenza vissuta da bambino. D'altra parte Gesù non ci ha invitati a restare bambini ma a diventare come bambini.

E questa seconda innocenza, questa infanzia spirituale, è possibile solo se l'Io viene perso, lasciato andare, affinché diventi tutto dono per amore di Dio. Insomma la vita umana è un continuo emergere da una fase iniziale di simbiosi e dipendenza con la madre, su su fino all'autonomia e all'individualità dell'età dello sviluppo. Questa evoluzione però raggiunge la vera maturità quando nell'età adulta si accede alla dimensione del sentirsi dipendenti da Qualcuno, che non è certamente la figura materna di un tempo bensì Dio-Padre che è Amore. In altre parole, si può quindi dire che dei tre momenti evolutivi ora citati:

1) fusione e dipendenza con la madre nell'età infantile;

2) individualità e autonomia nell'età dello sviluppo;

3) dipendenza da Dio Amore-Padre come infante spirituale nell'età adulta,

il primo e il terzo si rassomigliano ma non sono la stessa cosa.

"Essere unità è divino e buono"

Comunque è interessante constatare come un'altra brevissima lirica di Hölderlìn confermi intuitivamente questa sorta di ripartizione dello sviluppo dell'essere umano in tre fasi, dove nei primi due ci sono tratti problematici, mentre nel terzo essi sono assenti.

Questa lirica si intitola *Radice di ogni male* e dice:

«Essere unità è divino e buono.
Da dove viene allora il malanno umano?
Dall'essere soltanto uno e una cosa»[14].

Dove per *una cosa* (nell'originale tedesco è *eines*) si intende la prima fase, quella della simbiosi con la madre, dove per *uno* (nell'originale *einer*) si intende la seconda fase, quella dello sviluppo e dell'autonomia dell'individuo, e infine per *unità* (nell'originale *einig*) si intende la terza fase, quella della scoperta di Dio Amore.

Ma anche dal versante più espressamente psicologico numerose sono le conferme a questa ripartizione dello sviluppo in tre fasi.

Per esempio lo psicologo statunitense di scuola esistenzialista Paul Vitz quando critica negli ambienti psicologici la tendenza al "selfismo", cioè al culto di se stessi, tratteggia in tre fasi lo sviluppo psicologico del sé:

1) il sé ingenuo o il sé come oggetto (esperienza fusionale inconsapevole);

2) il sé selfista o il sè come soggetto (indipendente, ribelle, autonomo, ecc.);

3) il sé trascendente o il sé come oggetto di Dio.

Scrive Vitz: «Il tipo di pensiero caratteristico della fase terza o trascendente si esprime perfettissimamente in Gesù Cristo. In prospettiva psicoanalitica si può intendere il pensiero della fase prima come il processo di pensiero primario; quello della fase seconda come il processo secondario: l'esame della realtà dietro lo sviluppo dell'ego. Spingendo questa logica un po' più oltre, affermo che esiste ciò che si può dire pensiero terziario, che trascende qualitativamente il pensiero secondario»[15].

Ma anche la scuola analitica adleriana si colloca sulle medesime conclusioni: mi riferisco a Fritz Kunkel, allievo di Adler negli anni '50, e alla sua dialettica dell'egocentrismo. Anch'egli distingue tre tappe nello sviluppo della personalità:

1) l'Io sperduto ancora tra gli altri, poco differenziato;

2) la crescita dell'Io quale lotta contro gli altri: l'Io contro il mondo;

3) il consolidamento della personalità tramite il trionfo del noi, che è superamento dell'egocentrismo in una forma di vita corale, che egli ha chiamato "nostrismo"[16].

Insomma questa terza fase psicologica dello sviluppo umano, che abbiamo dedotto partendo dall' "Io riunito con il Sé" di Edinger, per passare alla *seconde naïveté* di P. Ricouer, poi all' "unità divina e buona" di Hölderlin, ed al "sé trascendente, espresso perfettissimamente da Gesù" secondo Paul Vitz, non solo è Dio Amore a fondamento della propria identità, ma il "nostrismo corale" di Kunkel, è anche essenzialmente "comunitaria", come ha sottolineato nitidamente Chiara Lubich quando a Malta, parlando degli aspetti psicologici di Dio Amore, termina proprio con un riferimento alla "comunione sociale".

Dice infatti Chiara: «In psicologia si sa per certo che il bisogno fondamentale di una persona è di essere riconosciuta nella sua propria identità unica e irripetibile, di non essere considerata un numero o un oggetto. Normalmente in genere questa sicurezza viene dai genitori, dalla famiglia, dalle doti, dalla educazione ricevuta, per cui si sente se stessa, distinta dagli altri; ma tutte queste cose possono venire relativizzate (gli altri non la riconoscono, non la capiscono, non la apprezzano, e perciò cade nel senso di insignificanza e nella depressione). Ora, la scoperta e il raggiungere la certezza che Dio l'ha voluta e l'ama (che non è abbandonata al caso o a un destino cieco), è la base perché abbia quella sicurezza psicologica che dà senso alla sua vita e uno scopo nel mondo. Solo la certezza che Dio è amore-anche-per-lei, le dà la forza di continuare a uscire da sé, a vivere, ad amare e a creare comunione sociale»[17].

Revisionare la psicologia dell'identità

A Malta, con questo passaggio, Chiara Lubich ha posto le basi per una vera e propria revisione di tutta la psicologia dell'identità, evidenziando una prospettiva con cui cogliere il nostro vero e autentico senso dell'identità. Al punto che non dovremmo più dire, come ha esposto Silvano Cola, il cartesiano "Penso dunque sono", bensì: "Amo dunque sono".

È significativo, a questo proposito, anche quest'altro brano della Lubich: «Il nostro destino è come quello degli astri. Se girano sono, se non girano non sono. Noi siamo (nel senso che non la nostra vita, ma la vita di Dio vive in noi) se non smettiamo d'amare. L'amore ci stanzia in Dio e Dio è l'Amore»[18].

Soltanto l'amare, dunque, mi rivela chi sono, soltanto in Dio Amore trovo il fondamento ultimo della mia propria identità, quell'identità umana che, come si è anticipato nelle righe introduttive, corrisponde all'identità fornita dalla figura di Gesù, perché il mondo è "in Cristo" dall'inizio (cf *Col* 1, 15).

Vale la pena soffermarci ancora su questa prospettiva che ci viene offerta dalla spiritualità dell'unità e che è di valenza anche psicologica. Con una splendida immagine, Chiara parla in questi termini del legame del mondo creato (tra cui c'è l'umanità e quindi anche la propria identità umana) con Gesù, legame che trova origine e fondamento in Dio Amore: «Quando dal sole vedo proiettato un laghetto sulla parete e vedo il gioco dell'acqua nella parete che trema in accordo col brivido dell'acqua vera, penso alla creazione. Il Padre è il sole vero. Il Verbo è l'acqua vera. Il laghetto riflesso è il creato. Il creato è il nulla rivestito del Verbo: il Verbo riflesso. Solo che, mentre sulla parete il laghetto è falso, nella creazione il Verbo è presente e vivo: "Io sono la Vita"»[19].

Insomma tutto parte dal sole (Dio Amore), il sole che si rispecchia nel laghetto (Gesù), ma che invia dal laghetto i suoi raggi sulla parete, una parete dunque sulla quale il sole produce la realtà del creato (in particolare l'identità umana) sul modello di Gesù.

C'è però – osserva Chiara – una differenza tra l'immagine e la realtà: l'immagine sulla parete non ha consistenza, perché non c'è il laghetto reale sulla parete, mentre nella creazione la presenza di Gesù è reale ed Egli dà al creato (quindi anche all'identità umana) la sua identità propria, appunto come dice Chiara: «Il nulla rivestito del Verbo».

Più bella definizione psicologica dell'essere umano non l'ho mai incontrata: solo con la scoperta di Dio Amore si raggiunge il vero fondamento della propria identità, solo identificandosi in Gesù il "Dio umanato", come lo definisce Chiara[20], si realizza il pieno umanesimo.

L'essere umano dunque come "nulla d'amore", amore che ci viene comunicato dal Verbo e senza il quale l'essere umano rimane solo un nulla e basta, un nulla che è disperatamente alla ricerca di qualsiasi cosa dove poter poggiare la propria identità.

Pasquale Ionata

---

1) H. Haering, *La storia di Gesù fondamento e origine di identità religiosa,* in "Concilium" 36 (2000) p. 154.
2) In E. Erickson, *Il giovane Lutero,* Armando Ed., Roma 1976, p. 116.
3) *Disagio della civiltà,* Opere, vol. 10, Boringhieri, Torino 1976, p. 619.
4) Blatt-Zutoff, in Chadwick e altri, *La terapia cognitiva,* Ed. Astrolabio, Roma 1997, p. 25.
5) *Terapia della Realtà,* Ed. Astrolabio, Roma 1971, p. 26.
6) Cit. in M. Cerini, *Dio Amore nell'esperienza e nel pensiero di Chiara Lubich,* Città Nuova Ed., Roma 1991, p. 16.
7) Cit. da G. Rossé, *La Creazione,* in "Nuova Umanità" 23 (2001/6) p. 830.
8) E. Drewermann, in I. Baumgartner, *Psicologia pastorale,* Borla Ed., Roma 1993, p. 524.
9) *Problemi di vita,* Ed. Paoline, Roma 1984, p. 19.
10) *Una morale per il nostro tempo,* Borla Ed., Torino 1970, p. 35.
11) *Tutte le liriche,* Mondadori Ed., Milano 2001, p. 651.
12) *I rapporti della psicoterapia con la cura d'anime,* in *Psicologia e Religione,* Opere, vol. 11, Boringhieri, Torino 1979, p. 315.
13) In M. Palmer, *Freud, Jung e la religione,* Ed. Centro Scientifico, Torino 2000, p. 198.
14) *Op. cit.,* p. 773.
15) *Psicologia e culto di sé,* Ed. Dehoniane, Bologna 1987, p. 139.
16) In G. Torellò, *Psicoanalisi o Confessione?,* Ed. Ares, Milano 1989, p. 34.
17) *Lezione per la Laurea Honoris Causa in Lettere (Psicologia),* Università di Malta 26-2-1999, in "Nuova Umanità" 21 (1999/2) p. 185.
18) *Disegni di luce,* Città Nuova Ed., Roma 1996, p. 78.
19) Cit. da G. Rossé, art. cit., p. 826.
20) *L'attrattiva del tempo moderno,* Scritti Spirituali/1, Città Nuova Ed., Roma 1997[4], p. 49.

L'altro nella psicologia contemporanea: il nuovo paradigma della relazionalità

Da una visione individualistica alla reciprocità

di Pietro Andrea Cavaleri e Andreas Tapken

I tempi sono maturi – tante teorie, scuole e ricerche attuali lo confermano – per verificare che la persona umana oltre che desiderio e razionalità è anche, costitutivamente, relazionalità.

Il paradigma centrale attorno al quale ruota la cultura moderna e la sua autocomprensione nelle varie scienze è l'idea di soggetto. L'essere umano, attraverso un processo storico e culturale, si è scoperto "individuo", non più, come prima, totalmente "dentro" la natura o "dentro" la comunità di appartenenza, ma essenzialmente "di fronte" ad esse, distinto e differenziato da esse.

Ovviamente anche la psicologia, nel suo tentativo di comprendere la persona umana, è stata fortemente segnata da questo paradigma della soggettività. La presente riflessione si prefigge di descrivere l'emergere di un nuovo paradigma ermeneutico nella psicologia contemporanea che si potrebbe chiamare il paradigma della relazionalità.

Cercheremo in questo nostro discorso di delineare brevemente come in psicologia ci sia stato uno sviluppo che, partendo da origini individualistiche, ha superato poi tale impostazione ed è pervenuto, oggi, ad un nuovo paradigma centrato sul concetto di relazione. Individueremo, successivamente, varie aree dell'attuale ricerca in psicologia nelle quali tale paradigma ci sembra essere particolarmente percepibile.

Origini individualistiche

La psicologia è oggi una scienza vastissima. È perciò impossibile integrare tutti i vari indirizzi psicologici e le varie scuole in questa riflessione. Ci permettiamo pertanto di iniziarla facendo riferimento al padre della psicologia del profondo, Sigmund Freud.

Il grande merito di Freud ci sembra sia l'aver messo al centro della sua attenzione la singola persona. Aveva colto che spesso l'uomo non è padrone nella propria casa, che vive, cioè, in modo alienato. L'uomo spesso non è libero, ma spende gran parte della sua energia per risolvere i suoi conflitti inconsci o per soddisfare inconsciamente le attese altrui. La psicoanalisi di Freud (alla quale si rifanno tuttora in modo più o meno esplicito la maggioranza delle psicoterapie, almeno quelle orientate a risolvere i conflitti inconsci) mira alla individuazione: aiutare la persona a diventare libera, ad essere quello che veramente è.

Alla base della psicoanalisi di Freud sta una teoria conflittuale secondo la quale vi è un passato, una famiglia o un ambiente che impediscono alla persona di essere veramente se stessa. Individuazione significa staccar-

si da questi contesti alienanti. La persona diventa se stessa nella misura in cui si libera da rapporti che la condizionano. Tale teoria conflittuale si può cogliere molto bene nel famoso conflitto di Edipo: Edipo, per raggiungere i suoi scopi e diventare se stesso, deve tragicamente uccidere il proprio padre, liberarsi, cioè, da quell'altro al quale deve la sua propria esistenza.

Questa origine individualistica-individualizzante della psicologia influenza tuttora fortemente la psicologia. Le varie psicoterapie in fondo non fanno altro che cercare di aiutare la persona a diventare se stessa. Il concetto centrale di questo approccio alla persona è quello della autorealizzazione. La persona deve realizzare se stessa e lo fa distinguendosi dagli altri.

La scoperta dell'altro

L'origine individualistica della psicologia rimane tuttora influente, valida ed importante. Nonostante questo, sono però emerse, all'interno della psicologia stessa (e da altre scienze in dialogo con essa, come la filosofia), delle critiche ad una posizione unilateralmente individualistica. Si sono fatti vari tentativi per superare tale posizione o per aprirla ad una visione più relazionale della realtà. Le proposte in questa direzione sono molte. Fra le più significative ci sembra di poter indicare le seguenti:

a) Un importante superamento viene dalla scoperta che l'inconscio stesso possiede una direzionalità, ossia una intenzionalità teleologica. È stata in questo contesto particolarmente importante la famosa lettura e critica di Freud avanzata da Paul Ricoeur. Il filosofo francese riesce a dimostrare che l'inconscio (ossia il "desiderio") non è chiuso in se stesso, proteso solo alla soddisfazione delle pulsioni. L'inconscio possiede, invece, una struttura relazionale. Il desiderio inconscio cerca un altro, è aperto alla relazione: «Il desiderio ha il suo Altro» (Ricoeur 1965).

b) C'è poi l'approccio sistemico che riprende a livello psicologico tanti elementi della cibernetica e viene sviluppato inizialmente nella terapia famigliare. Più tardi sarà elaborato ulteriormente per comprendere anche strutture e organizzazioni più complesse. Centrale è qui il concetto che non si può capire la persona e risolvere le sue difficoltà a prescindere dal sistema sociale-relazionale nel quale vive.

c) Una simile tendenza si è notata anche nella psicologia dello sviluppo che ha cercato di capire lo sviluppo della persona a partire dalle sue relazioni primarie. È diventata famosa l'affermazione di D. W. Winnicott: «Il bambino non esiste». Secondo questa massima il bambino non esiste mai come essere indipendente, ma sempre in un rapporto di dipendenza da un'altra persona. Autori come Winnicott, Klein, Mahler, Fairbain e Kernberg (e altri rappresentanti della Teoria delle relazioni oggettuali) descrivono di conseguenza lo sviluppo della persona come un progredire da una iniziale dipendenza simbiotica e totale verso una sempre maggiore indipendenza dagli altri. È importante sottolineare come questi autori si pongano in una prospettiva teorico-metodologica, nella quale il rapporto con l'altro continua ad essere considerato soprattutto un derivato, un prodotto dello sviluppo libidico o dell'Io.

Verso un paradigma di reciprocità

Nonostante i suoi grandi meriti, sono chiaramente visibili anche i limiti dell'approccio classico freudiano. Esso si basa su una visione della persona troppo riduzionistica. La persona, infatti, non vive solo per se stessa e la soddisfazione dei suoi bisogni inconsci. Non è sganciata da tutti i rapporti, ma si pone all'interno di una rete sociale che una comprensione completa della persona deve riconoscere. Detto sinteticamente: in questo approccio classico-individualistico manca il concetto dell'altro.

I vari approcci appena elencati hanno cercato di superare tale riduzionismo. Questi tentativi sembrano essere una risposta molto positiva e offrono infatti una varietà di spunti utili, anche in vista di una riflessione psi-

cologica sulla relazione di reciprocità. Sembrano esserci, però, anche qui dei limiti. A volte emerge, ad esempio, un certo romanticismo relazionale, che finisce effettivamente per negare la conflittualità dei rapporti e non vede come certi tipi di relazione facciano più male che bene. Altre volte la persona non sembra essere altro che un prodotto del sistema in cui vive, perdendo le sue caratteristiche individuali e quindi la sua dignità di persona unica e distinta. Detto anche qui brevemente: manca un concetto forte di persona, di identità, di individualità.

Ci pare che ormai si profilino degli studi in psicologia capaci di superare la dicotomia fra identità e alterità, interno ed esterno, individuo e sistema. Tali studi riguardano soprattutto la psicologia dello sviluppo, ma hanno ripercussione anche in altri campi (ad esempio in quello della psicoterapia). Guarderemo un po' più da vicino tre aree di ricerca della psicologica contemporanea: l'altro come regolatore del Sé; lo sviluppo della relazione intersoggettiva; lo sviluppo dei processi mentali.

L'altro come regolatore del Sé

Molti autori, fra cui Winnicott (1965) e Mahler (1975), attribuiscono grande importanza all'esperienza dell'"essere con la madre". Come già accennato sopra, essi partono, però, dal presupposto che il bambino non è in grado di differenziare il Sé dall'altro, vivendo così in uno stato fusionale-simbiotico, dal quale solo successivamente e in modo graduale emergerebbero un Sé e un altro separati. Da questo punto di vista l'Io del bambino sarebbe essenzialmente un "Noi" e il suo essere "totalmente sociale". Al contrario, le ricerche di Stern (1985) portano alla conclusione che le esperienze di "essere con un altro" vanno considerate, fin dall'inizio, "modalità attive di integrazione", risultato cioè di una interazione attiva fra due entità distinte, il Sé e l'altro. L'interazione dà origine nel bambino ad una esperienza del Sé fatta di stati d'animo (eccitazione, gioie, paura, attesa, ecc.) difficilmente sperimentabili fuori da un contesto di autentica reciprocità. Egli è co-protagonista di una relazione nella quale l'altro "regola" in lui l'esperienza del Sé, è per lui "l'altro regolatore del Sé".

Negli ultimi venti anni, con il contributo di Stern e di molti altri ricercatori (fra cui Lichtenberg 1983, Dornes 1993, 1997, Beebe – Lachmann 1998) la psicologia dell'età evolutiva ha cambiato decisamente direzione, individuando nel rapporto del Sé con l'altro, nel senso del Sé e dell'altro, il principio organizzatore primario dello sviluppo infantile. Nella teoria evolutiva di Stern la comparsa di ogni nuovo senso di Sé implica, in modo coerente, il contemporaneo delinearsi anche di un nuovo senso dell'altro e il configurarsi di un nuovo tipo di relazione con caratteristiche diverse dalla precedente. Ci troviamo di fronte ad una originale concezione dello sviluppo, nella quale non trova più spazio l'ipotesi di un iniziale stato evolutivo indifferenziato.

Già la teoria dell'attaccamento (Bowlby 1969) aveva evidenziato il ruolo fondamentale che l'altro riveste nella regolazione della sicurezza. L'attaccamento, però, non può essere considerato il solo indice della relazione madre-bambino. L'altro, infatti, regola una molteplicità di esperienze del Sé, come ad esempio l'attenzione, la curiosità, la conoscenza. Queste molteplici esperienze non sono, però, esperienze di "fusione". Sono, piuttosto, esperienze reali di essere con qualcuno, che in vario modo regola e modifica i sentimenti riguardanti il Sé. Durante questa esperienza reale, il Sé non perde mai i suoi confini e l'altro continua ad essere percepito come distinto. In altri termini, benché l'esperienza del Sé dipenda dall'altro, essa tuttavia appartiene interamente al Sé (Stern 1987).

Il bambino, dunque, appare inserito in una sorta di matrice sociale che scaturisce dal suo mondo soggettivo, dal mondo soggettivo della madre e dagli episodi di interazione ai quali entrambi partecipano distintamente e con intensità diverse. Tale interazione costituisce una interfaccia, una esperienza condivisa, uno spazio comune fra due mondi soggettivi distinti. Nel loro incalzante succedersi, gli episodi di interazione funzionano come un "ponte" fra il mondo soggettivo del

bambino e della madre, permettendo ad essi di correlarsi reciprocamente senza per questo confondersi.

La relazione intersoggettiva

L'"essere con l'altro" non si esaurisce negli aspetti di cui si è già parlato e che sono inerenti alla mutua regolazione dell'esperienza, ma riguarda anche altre dimensioni della relazione, come la condivisione dell'esperienza soggettiva stessa, cioè l'esperienza intersoggettiva.

Secondo le ricerche di Trevarthen e Hubley (1978) l'intersoggettività compare quando, tra i sette e nove mesi, il bambino mostra di ricercare una "deliberata", e quindi intenzionale, partecipazione ad esperienze concernenti eventi e oggetti. Inizialmente le esperienze soggettive, che egli è in grado di condividere, sono quelle che non richiedono il ricorso al linguaggio. Da queste elementari esperienze di condivisione non verbali hanno poi origine, intorno ai nove mesi, le prime forme del linguaggio e della comunicazione intenzionale.

Il grande rilievo che l'intersoggettività assume sul piano evolutivo ha spinto alcuni autori a ritenerla una capacità umana innata, presente sin dai primi mesi di vita, anche se in forma arcaica. Per Bräten (1998) il bambino nasce con un "altro virtuale (virtual other) nella mente" che permette di entrare in una interazione con un altro reale. L'altro esterno e reale entra, per così dire, in uno spazio psichico già preparato dall'altro virtuale. Questo spazio non deve essere creato, ma esiste già ed è piuttosto il presupposto che permette di fare l'esperienza dell'altro reale. Bräten e altri autori come Dornes e Trevarthen delineano quindi una teoria dialogica che non interpreta il protodialogo, la risonanza affettiva e altri fenomeni di reciprocità nell'infanzia come incontro fra due monadi, ma assume che il bambino è già diadicamente prestrutturato. Questa è la base ontogenetica sulla quale Trevarthen, come anche Bräten, sviluppa poi la sua assunzione di una "intersoggettiva primaria". La relazione intersoggettiva, infatti, appare con sempre maggiore evidenza come bisogno psicologico primario, nella quale si rintraccia il DNA delle relazioni umane, la chiave di lettura necessaria per comprendere, al contempo, lo sviluppo umano, la capacità di empatia e di altruismo, ma anche il disagio psichico, e il significato autentico dei rapporti sociali.

È significativo come anche nella psicoanalisi, che da sempre ha focalizzato la sua attenzione soprattutto sull'esperienza soggettiva individuale, oggi si cominci a delineare una "teoria psicoanalitica intersoggettiva" (Stolorow – Atwood 1992, Orange – Atwood – Stolorow 1997). Anche in passato Vygotskij (1966) aveva già parlato di "intermentale" e Sullivan (1953) aveva teorizzato l'esistenza di un campo interpersonale, ma sembra che solo di recente si sviluppi nel mondo psicoanalitico un'ampia attenzione alle basi intersoggettive della vita psichica (Gill 1994). Ci si accorge che, oltre al Sé e all'altro, esiste un terzo elemento nel lavoro terapeutico: uno "spazio intersoggettivo", un "terzo analitico" (Ogden 1994), che offre quell'orizzonte ermeneutico senza il quale l'esperienza dei due soggetti in dialogo non possono essere compresi (Cavell 1993).

Da tutto ciò si evince che, così come tra bambino e madre, anche tra Sé ed altro, tra individuo e società, si delinea una dimensione terza per lungo tempo trascurata: la relazione di reciprocità. Quest'ultima costituisce un paradigma relazionale ben definito, con caratteristiche qualitative sue proprie, che lo differenziano e lo contraddistinguono da ogni altro tipo di relazione. Essa non è la relazione vista in funzione dell'individuo (dell'Io, dell'interno, dell'organismo ecc.) o in funzione dell'altro (della società, dell'esterno, del sistema ecc.), ma è la relazione in quanto tale, considerata come dimensione reale a sè stante, distinta dalle altre due, fra le quali si frappone come ineliminabile interfaccia. Essa è lo spazio in cui si producono le differenze ed è possibile la loro accoglienza; è il luogo in cui le due parti in causa possono, a vicenda, riconoscersi e prendersi cura, sperimentando l'altro come termine di riferimento coessenziale alla propria stessa esistenza e al proprio disvelarsi.

Sviluppo dei processi mentali

Un altro interessante filone di ricerca, utile al prosieguo della nostra riflessione, è quello che riguarda lo sviluppo mentale del bambino e la comparsa in lui del linguaggio. Bruner, riprendendo un precedente confronto fra Piaget e Vygotskij, descrive come la mente umana matura la propria organizzazione proprio attraverso l'interazione reciproca con gli altri, con menti diverse. Il riconoscimento reciproco è considerato da Bruner (1992) come uno dei processi psicologici più importanti per l'elaborazione e lo sviluppo del Sé. Senza il riconoscimento reciproco non è possibile il linguaggio, la negoziazione dei significati, lo scambio di interpretazioni; non è, cioè, possibile produrre segni comunicabili, capaci di rendere riconoscibili le intenzioni sottese alle azioni.

Dalle ricerche di Bruner emerge un modello antropologico molto utile alla nostra riflessione. In esso l'altro, il contesto sociale e culturale, non sono antagonisti del singolo individuo, non lo contraddicono, ma al contrario costituiscono i termini essenziali di un processo attraverso il quale egli sviluppa la propria mente, si appropria di se stesso e delle sue potenzialità più nascoste. Dunque, non una relazione di insanabile conflitto, quella che unisce l'individuo alla società (l'io all'altro), ma un rapporto di reciproca implicazione, in cui l'uno risulta indispensabile alla vita dell'altro.

Questo orientamento trova interessanti riscontri anche nell'ambito della psicobiologia e della neurobiologia (Damasio 1995, 2000, Siegel 2001). A dispetto di un luogo comune, che vuole nettamente contrapposti "natura" e "cultura" (*nature and nurture*), approccio organicistico-biologico e approccio relazionale-sociale, nell'ultimo decennio si sono susseguiti numerosi studi tendenti a dimostrare l'esatto contrario. Sembra, infatti, che le relazioni interpersonali abbiano il potere di influenzare in modo significativo lo sviluppo delle strutture cerebrali nel corso dell'intera esistenza umana e in particolare nei primi anni di vita. Le relazioni con gli altri, le quotidiane esperienze interpersonali, cioè, possono contribuire a plasmare il cervello umano, «provocando l'attivazione di determinati circuiti, consolidando collegamenti preesistenti e inducendo la creazione di nuove sinapsi. Al contrario, l'assenza di esperienza può portare a fenomeni di morte cellulare, in base a quello che è stato definito come processo di "potatura" (*pruning*), che favorisce l'eliminazione degli elementi che non vengono utilizzati: lo sviluppo del cervello è quindi un processo "esperienza-dipendente"» (Siegel 2001). Siegel teorizza in questo contesto l'esistenza di una "mente relazionale" e di una "neurobiologia interpersonale".

Anche in questo ambito della ricerca, è stato dimostrato che le relazioni interpersonali più adeguate e funzionali allo sviluppo del cervello sono quelle che creano momenti di corrispondenza, che hanno cioè carattere di "reciprocità". Le funzioni cerebrali e lo sviluppo della mente vengono attivati meglio da interazioni nelle quali l'adulto e il bambino sono in grado di riconoscersi e influenzarsi reciprocamente (Fonagy – Target 2001). Al contrario, un mancante o distorto riconoscimento reciproco provoca "mentalizzazioni" disfunzionali e sembra essere una delle cause di disturbi gravi di personalità (Gergely – Fonagy – Target 2002).

Attraverso questi contributi, che vengono in prevalenza dalle neuroscienze e dalla psicologia infantile, troviamo dunque un'ulteriore conferma non solo al legame che unisce lo sviluppo della mente alla relazione con l'altro, ma soprattutto all'esistenza di un paradigma relazionale specifico, la relazione di reciprocità, che è alla base dei più importanti processi di integrazione, di evoluzione della mente umana e dei rapporti sociali.

Conclusione provvisoria

Abbiamo cercato, fin qui, di porre in evidenza quale sia lo spazio e l'attenzione riservati dalla psicologia contemporanea alla relazione con l'altro, soprattutto sotto l'aspetto cardine della reciprocità. Essa emerge come elemento nodale e come la condizione

indispensabile per lo sviluppo della mente e per la crescita individuale.

La contrapposizione fra io e altro, fra individuo e società, è sicuramente innegabile e perenne, ma l'attenzione alla "qualità" della relazione che fra essi intercorre, può rendere in ogni momento il conflitto sanabile e fonte di crescita vitale per entrambi. Svilupparsi, diventare una persona matura, comporta aprirsi ad un'altra persona, riconoscere ed accogliere l'altro. Il bambino (così come l'adulto che ha bisogno di riprendere uno sviluppo interrotto) può fare questo nella misura in cui sperimenta, a sua volta, l'esistenza di relazioni nelle quali può essere riconosciuto e accolto. Il segno della maturità umana è la capacità di amare, di autotrascendersi verso un'altra persona, facendo ad essa dono di se stesso. Questa capacità si sviluppa meglio, come si evince da questa breve rilettura della psicologia contemporanea, in una matrice relazionale di reciprocità. Dove due persone si autotrascendono a vicenda, si crea uno spazio nuovo, nel quale l'uno fa essere l'altro, afferma massimamente se stesso quando afferma l'altro.

La valenza psicologica di questo particolare tipo di relazione (che è appunto l'amore) si manifesta non solo nel fatto che, amando, "riconosco" l'altro, accolgo sino in fondo la sua diversità, ma soprattutto nel fatto inedito e straordinario che, amando l'altro, lo scopro come colui che "mi fa essere".

Impossibile non riconoscere qui una forte e evidente convergenza fra quanto emerge nella psicologia contemporanea e il pensiero sulla persona umana offertoci da Chiara Lubich. Lei sottolinea nel suo discorso sulla psicologia tenuto a Malta, in occasione del conferimento della laurea *honoris causa*, come l'atto stesso di "riconoscere" e "accogliere" l'altro attiva, sul piano psicologico, un processo dinamico attraverso il quale ogni uomo può sperimentare il "riconoscimento" di se stesso, il disvelamento a sé delle sue stesse potenzialità. L'altro, cioè, si rivela a me non come una realtà che mi contraddice, che mi nega o mi condiziona, ma come l'unico termine di riferimento a partire dal quale soltanto è reso possibile il manifestarsi di me a me stesso. Ecco per quale motivo l'altro diventa ora colui il quale "mi fa essere".

Ci sembra molto significativo poter sottolineare questa forte convergenza fra la psicologia contemporanea e il pensiero della Lubich. Il pensiero psicologico moderno in questi ultimi decenni ruota con sempre maggior decisione attorno ai concetti di "altro", di "relazione" e di "reciprocità", avvicinandosi a quella visione della persona umana comunicataci da Chiara.

Ci pare però necessario dire che intravvediamo nella sua comprensione della persona una "novità" che finora, così ci sembra, non ha trovato una formulazione corrispondente nella psicologia odierna. Per Chiara io non solo sono costituito dall'altro (cosa che afferma anche la psicologia), ma mi realizzo pienamente solo in quanto faccio un dono di me stesso all'altro, quando mi autotrascendo verso di lui morendo a me stesso. La relazione di "reciproca costituzione", come la intende Chiara, ha un'altra profondità: richiede che io mi "annulli" proprio per far vivere l'altro. E dove anche l'altra persona fa lo stesso, si crea una relazione che raggiunge la totale pienezza umana, proprio perchè rivive in analogia i rapporti delle tre persone divine.

Perché la psicologia contemporanea fa ancora fatica a pensare questa dinamica? Forse perché non riesce ancora a perdere la posizione della soggettività individuale. La dinamica psicologica descritta da Chiara non è nient'altro che la verità ontologica della persona. Entrare in essa richiede però sempre un "rischiare se stessi", un perdersi per ritrovarsi. Forse è proprio questa la vera dinamica relazionale che dobbiamo capire e descrivere sempre meglio da un punto di vista psicologico.

Pietro A. Cavaleri e Andreas Tapken

Ci scusiamo di non aver potuto riportare sulla rivista, per motivi di spazio, la preziosa bibliografia, mentre la si può trovare a p. 77 dell'edizione brochure.

Valore psicologico del "saper perdere" per amore

La legge fondamentale dello sviluppo della persona

di Amedeo Ferrari

Come afferma Jung, il fondatore della psicologia analitica, «Gesù è il simbolo della totalità nella quale la persona si realizza pienamente», ed è presente nel fondo d'ogni essere umano[1]. Poiché questo fatto ha di per sé un significato psicologico e suscita ripercussioni sulla psiche umana, l'autore cerca di riscontrare nel processo di maturazione individuale, le tappe del progressivo raggiungimento della totalità di cui Gesù è l'icona.

Nel libro indù *Brhadaranyaka Upanishad* (I. 3. 28) si leggono questi versi:

«Dal non essere
fammi passare all'essere,
dalle tenebre
fammi passare alla luce,
dalla morte
fammi passare all'immortalità».

Il punto della psicologia

Dalla psicologia e dalla psichiatria viene spesso la domanda su una nuova immagine di essere umano, che non risulti per esempio unicamente come un gioco di forze «le cui componenti si chiamerebbero Io, Es e Super Io, oppure, come prodotto i cui fattori sarebbero le pulsioni, l'eredità e il mondo circostante»[2].

Penso che una luce ci possa venire dall'antropologia nata dal paradigma dell'unità, delineata da Chiara Lubich a Malta in occasione del conferimento della laurea *honoris causa*, e ricordata da Silvano Cola nel suo intervento in questo stesso Congresso.

Il "perdere" nelle tappe dello sviluppo

Il cammino di crescita dal concepimento alla maturità è la storia del comparire di un soggetto che nasce, cresce, si sviluppa nel prendere coscienza di sé, nel rapporto con gli altri, col mondo, fino al manifestarsi nella piena libertà e maturità. Questa storia è segnata da un susseguirsi di tappe, di passaggi da uno stadio ad un altro.

L'analista Margaret Mahler sostiene che dalla prima separazione da un rapporto fusionale con la madre al momento della nascita, al periodo di simbiosi con la successiva separazione, all'inizio dell'individuazione, è tutto un susseguirsi di separazioni-individuazioni[3]. Ogni passaggio da un'età psicologica ad un'altra, da un'identità vaga ad un'identità più definita, è segnato da un distacco, da una perdita, da un morire allo stadio precedente per entrare in quello successivo.

Altri psicologi parlano di un principio di totalità che guida l'integrazione armoniosa tra i tre universi: quello fisico, quello psico-affettivo e quello razionale-spirituale[4]. Essi compongono la persona e confluiscono nell'autocoscienza dell'io. Ora, il principio di totalità guida un sistema di leggi innate che in ciascun livello (organico, psicologico, razionale) fanno sì che le singole parti possano lavorare in vista del bene integrale della persona, "rinunciando" agli obiettivi "parziali": perdendo per esempio l'esigenza di un piacere fisico immediato per un beneficio di tutto l'organismo; rinunciando ad una soddisfazione affettiva immediata in vista di un equilibrio più stabile; staccandosi da una gioia a causa di una conquista del momento, per arrivare ad una comprensione più estesa e profonda della verità.

La legge del principio di totalità non riguarda unicamente l'equilibrio all'interno dei singoli universi, bensì tra gli universi e il bene integrale della persona. C'è dunque ai diversi livelli della vita psichica un impulso ad andare oltre, una spinta alla trascendenza perché l'io possa realizzarsi sempre più. Ciò richiede l'intervento sempre più libero, cosciente e responsabile della persona

«L'uomo in realtà si rende conto che, pur rimanendo nella propria soggettività, fa parte di una realtà che lo trascende; quindi l'uomo non trova quiete in sé, ma si sente spinto oltre se stesso (...) nella misura in cui il suo essere soggettivo si apre, egli si sottrae a se stesso per essere portato oltre se stesso, ed è nella misura in cui si rende disponibile all'esigenza assoluta di questa trascendenza che sente di appartenere a se stesso, di essere un io distinto, persona»[5].

Dunque la realizzazione dell'io in un'autonomia libera e matura è legata al cammino di liberazione da varie forme di schiavitù e di condizionamenti materiali, psicologici e psicosociali: come il ripiegamento su di sé o la paura d'amare per evitare possibili delusioni o dipendenze; i desideri che diventano "idoli"; l'angelismo in cui si perde l'unità bio-psicosociale dell'io; il desiderio inconscio di sentirsi onnipotenti che si manifesta nella non accettazione dei propri limiti; il ricordo condizionante delle ferite del passato; le relazioni immature e false con i genitori. C'è, infatti, il rischio che si arresti il processo vitale e di scivolare così nella regressione o nell'immaturità.

Scrive B. Lonergan: «Se la dimenticanza di sé promuove il progresso della persona, il rifiuto di essa porta il progresso al declino globale»[6]. E. Fromm sottolinea che se l'io entra nella logica dell'avere, del possesso, dell'io egocentrico come baricentro dell'universo, ogni suo comportamento diventa un *boomerang* e sono inevitabili i conflitti che portano alle varie patologie, dalla nevrosi, all'angoscia, all'alienazione[7]. F. Caprio, conferma che «da qualunque punto di vista si analizzi la psicologia della personalità nevrotica, si arriva sempre a un denominatore comune: l'egoismo»[8].

L'unica possibilità di maturazione, dunque, dipende dal continuo passaggio dallo stadio considerato più egocentrico ad uno stadio sempre più oblativo, di dono, con l'inevitabile "perdita" di sé. Chi accetta la paura o l'angoscia della perdita afferma la vita; chi si rifugia nella vita conosciuta per evitare la paura e l'angoscia del nuovo, si blocca psicologicamente e muore.

"Saper perdere" nell'amore

«La nostra civiltà molto raramente cerca di imparare l'arte di amare – scrive Fromm – e, nonostante la disperata ricerca di amore, tutto il resto è considerato più importante: il successo, il prestigio, il denaro, il potere. Quasi ogni nostra energia è usata per raggiungere questi scopi e quasi nessuna per conoscere l'arte di amare»[9].

Psicologicamente l'io non è disposto a perdere ciò che in qualche modo ha saziato la sua sete di possedere. Ha bisogno di scoprire una forte motivazione che attiri la capacità di scelta e riesca a muovere la volontà per raggiungerla. È proprio l'amore, conferma Maslow, quella forza che permette all'io di trascendersi, di tendere al suo "dover essere"[10].

Una chiave di volta della proposta di Chiara Lubich per lo sviluppo della persona sta certamente nell'essere partita dalla capacità di amare, che mette in moto atteggiamenti e comportamenti motivati dall'amore; ma soprattutto nell'aver impegnato l'io a tendere all'Amore con la "A" maiuscola, come ad un ideale che permette alla persona di trascendersi.

L'amore – con quelle caratteristiche tipiche che la fede cristiana rileva in Dio – come motivazione fondamentale sviluppa nell'io quell'energia psichica che lo spinge verso la totalità. Jung afferma che sia Gesù sia Dio sono degli archetipi, cioè realtà universali presenti nel profondo di ogni io, che guidano l'energia psichica che tende alla totalità. Se Cristo è la totalità umana, l'essere umano, per diventare pienamente tale, deve farsi Cristo[11]. Dunque il cammino del perdere per trascendersi, che porta alla realizzazione, se è motivato dall'amore, diventa un "saper perdere": non è, infatti, un principio di filosofia morale o un'ascetica di rinuncia, ma un amare l'altro e Dio in modo disinteressato, che porta come effetto il fare esperienza di una vera e propria liberazione psicologica.

«In altre parole – afferma Chiara Lubich nella sua menzionata lezione in occasione della laurea *honoris causa* in psicologia a Malta – la liberazione dell'io da tutti i condizionamenti interiori e esteriori e, infine, il riconoscere la relatività stessa del proprio io (smettere di difenderlo, tenendolo in opposizione con Dio o con gli altri) vuol dire accettarsi senza maschere per coordinare la propria volontà a una Volontà trascendente»[12].

V. E. Frankl insiste sull'essere dono di sé per raggiungere l'autorealizzazione: «Soltanto nella misura in cui ci diamo, ci doniamo, ci mettiamo a disposizione del mondo (...) realizzeremo noi stessi»[13]. E Igor Caruso afferma che «il passaggio dal meno perfetto al più perfetto dovrebbe approdare ad un Tu trascendente dopo aver superato l'ultimo ostacolo che impedisce la piena maturazione: il proprio io»[14].

L'amore vero non condurrà allora ad una trascendenza che miri semplicemente a perfezionare se stessi, in modo ancora "centrato su di sé". Inoltre, poiché porta con sé aspirazioni illimitate d'amare, neanche guiderà ad un tipo di trascendenza che vede come scopo ultimo il bene dei propri simili in modo filantropico, ma sarà quella forza che spinge costantemente verso una trascendenza che, rivolta all'infinito, trova la sua vera meta solo in Dio e nel Suo Amore[15].

Il modello del saper perdere

Ci sono approcci psicologici diversificati riguardo al problema del dolore o della negatività che può arrestare il processo di sviluppo della persona. Nella visione freudiana la sofferenza è accettata come un destino tragico davanti al quale l'essere umano non ha altra possibilità che una stoica sopportazione, in una visione che richiama alla mente la figura mitica di Sisifo, condannato a ripetere all'infinito sempre la stessa fatica. Al contrario per alcuni psicologi umanisti (p. e. Rogers) il dolore è unicamente la conseguenza degli sbagli dell'essere umano e come tale andrebbe eliminato, visione che ricorda l'altra figura mitica di Prometeo che, proiettato verso un futuro senza limiti, giunge a rubare il fuoco agli dèi[16].

Perls e Goodman vedono nel dolore un passaggio per una crescita psicologica[17]. Il rifiuto del dolore connesso alla paura del fallimento può provocare l'arresto dello sviluppo, così come l'apertura ad esso contribuisce ad un possibile superamento dell'esperienza del dolore. Per alcuni psicologi della corrente esistenziale, in particolare per Frankl, «nessuna situazione della vita è realmente priva di significato»[18].

L'essere umano ha sempre e comunque la possibilità di vivere un'esperienza capace di trasformare ogni sofferenza, ogni senso di colpa, la morte stessa, in conquista, in una spinta alla trascendenza da sé.

Nella motivazione della laurea *h. c.* in psicologia a Chiara Lubich, viene evidenziato l'originale contributo, per una visione integrale della persona nel campo della psicologia, che lei ha offerto per «la valutazione

positiva del dolore e di ciò che è negativo nella storia personale e collettiva».

Ha avuto, infatti, il coraggio "psicologico" di proporre come modello supremo a cui guardare, non solo per percorrere tutto il cammino di liberazione da tutte le schiavitù, ma anche per realizzare il perdere più intimo e profondo, il perdere se stessi, il perdere il proprio limite: Gesù, che sulla croce sperimenta la drammatica realtà del fallimento e della morte. Egli accetta, assume e trasforma tutto in sacrificio d'amore al Padre, dando così significato ad una situazione irragionevole ed assurda.

Chiara intuisce, infatti, che in Gesù crocifisso che grida l'abbandono, l'amore e il dolore combaciano, sono come due facce della stessa medaglia. Ogni dolore è un volto ed un'espressione di quello del Crocifisso e contiene l'amore. Guardare a Lui come modello permette di scoprire l'amore come il senso definitivo dell'esistenza, per cui ogni sofferenza, se accettata ed assunta, si manifesta come il vero senso ultimo della vita: l'amore che vince la morte.

Il riconoscere un volto di Gesù abbandonato in ogni tipo di dolore fisico, psicologico, morale, spirituale – di rapporto, di solitudine di angoscia, di abbandono, ecc. – porta ad accettare e assumere la sofferenza come possibilità di crescita, di liberazione da forme personali di chiusura e da blocchi interiori. Permette di sviluppare una risposta sana di fronte al turbamento per i compromessi o menzogne esistenziali, all'angoscia della propria incompiutezza, alla tentazione di analizzare, di rimuovere nell'inconscio ciò che non si accetta del passato.

Il vivere la sofferenza nella prospettiva di Gesù abbandonato, oltre a fondare il valore dell'io nella sua trascendenza, serve da fattore terapeutico poiché riesce a vincere le tendenze regressive, le psiconevrosi, le fissazioni nevrotiche, a superare l'ansia patologica, ad uscire anche dalla depressione. Come è successo ad Eolo, giovane di 21 anni, caduto in depressione con tendenze suicide per un grave incidente che, lasciandolo paralizzato, gli aveva fatto perdere il senso della vita; ma, dopo aver conosciuto la realtà di Gesù abbandonato, scrive: «Ho compreso che nel dolore è Gesù che viene a me: Dio non si sopporta, si ama»[19].

Infine in Gesù abbandonato la persona trova la motivazione spirituale e psicologica per superare l'attaccamento più terribile legato al senso di colpa e del proprio limite, dal quale non può liberarsi da se stesso. Il vivere il dolore del proprio limite attraverso la misura di amore di Gesù abbandonato, aiuta a comprendere la necessità delle doglie del parto per la nascita della vita, della nuova personalità. È l'amore, infatti, che preme per uscire e provoca dolore.

Il riuscire a superare il dolore del proprio limite, il donarlo, introduce la persona nell'esperienza della libertà da se stessa, dal suo stesso limite, porta a sperimentare l'amore vero perché interamente ricevuto e interamente donato senza calcolo o limiti o ostacoli.

La più profonda realizzazione umana

In Gesù abbandonato si trova il modello di realizzazione della persona proprio perché è colui che ha percorso tutte le tappe dello sviluppo psicologico che portano alla personalizzazione, raggiunta pienamente nel grido dell'abbandono, quando appunto acquisisce la piena autonomia e compie il massimo atto di libertà offrendo la sua vita. V. E. Frankl trova nell'esperienza dell'abbandono di Gesù il realizzarsi della sua umanità «al cento per cento, al mille per mille»[20].

Per Jung, Gesù rinasce dalla croce come da una seconda madre, e scrive: «La croce che Gesù porta è se stesso (...) Essa è simbolo della pienezza del suo essere, della sua totalità, dove gli opposti sono congiunti: umanità e divinità (...) universale e particolare»[21].

Chiara qualche anno prima aveva parlato di Gesù abbandonato come amore materno che «genera Se stesso» e aggiunge: «Il suo grido rappresenta le doglie del Parto divino degli uomini a figli di Dio»[22].

Gesù abbandonato diventa così il seno materno per la gestazione della nuova umanità. In Gesù abbandonato, come dice Chiara, «ridotto ad un semplice uomo, a "individualità"», il soggetto nasce come persona nuova, l'io raggiunge finalmente il Sé, ritrova la sua vocazione a diventare Figlio di Dio[23].

In Gesù abbandonato che unifica il nulla della creatura e il nulla della divinità, si manifesta con evidenza l'originalità della proposta psicologica di Chiara: la persona si trascende realizzandosi compiutamente non più nell'affermazione egocentrica di sé, bensì nell'essere dono di sé, nell'essere l'Amore che realizza contemporaneamente l'altro e se stesso. Gesù abbandonato è il modello della personalizzazione, perché rivela, dice Chiara, che «L'Amore è e non è nel medesimo tempo, ma anche quando non è, è perché è Amore»[24].

Per questo può scrivere come frutto di esperienza: «Gesù abbandonato, abbracciato, serrato a sé, consumato in uno con noi, consumati in uno con lui, fatti dolore con lui dolore, ecco come si diventa Dio, l'Amore»[25].

Il perdersi fino al sacrificio

Molti psicologi concordano che la maturità di una persona è misurata dalla capacità di essere dono totale di sé nella libertà. Ne consegue che il sacrificio di sé diventa il massimo atto di personalizzazione.

Gesù che, come dice Jung rappresenta il prototipo dell'uomo ideale, compie questo atto di sacrificio nel momento dell'abbandono. Dopo essersi liberato da tutti i legami e dai condizionamenti esteriori ed interiori («non la mia, ma la tua volontà sia fatta»; *Lc* 22, 42), arriva ad offrirsi nel più grande atto d'amore possibile.

Quella di Gesù non è solo un'offerta di sé, ma diviene un sacrificio, un'immolazione, una consumazione dell'offerta come si perpetua nel sacrificio della Messa, memoriale della Pasqua del Signore. Nell'interpretare questo sacrificio della Messa Jung rileva che mentre l'io è portato a considerare coscientemente o incoscientemente tutto in funzione di sé o come parte di sé (anche quando dona qualcosa è sempre nell'attesa di un ritorno), nel sacrificio, invece, si rinuncia, si sacrifica anche l'esigenza del ricambio[26]. Nel passaggio dall'offerta al sacrificio di sé ogni rivendicazione dell'io viene eliminata. Il sacrificio di sé è l'atto d'amore puro, senza attese, senza pretese, senza speranze.

«Il dare abituale – scrive Jung – cui non corrisponde pagamento, sarà sentito come una perdita, ma il sacrificio deve essere una perdita se si vuole essere certi che la rivendicazione egoistica non esiste più (...). Ma questa perdita intenzionale (...) non è una perdita, bensì un guadagno, poiché il poter sacrificare se stessi dimostra il possesso di sé (di essere). Quando sacrifico me stesso, io conquisto me stesso, perché possiedo solo quello che do. E nessuno può dare quel che non ha»[27].

È l'Amore che grida l'abbandono, e l'Amore si possiede donandosi, morendo. «Gesù abbandonato, perché non è, è» (Chiara aggiunge «Perché ama, è»). «Noi siamo, se non siamo»[28].

Come il grano di frumento attraverso la morte diventa finalmente se stesso nella spiga, così nell'entrare in comunione con la terra (morire nell'amore per Dio o per gli altri) l'io diventa l'Uomo, Gesù.

Gesù abbandonato manifesta dunque il più autentico umanesimo che si possa raggiungere, appunto perché rivela che la persona è massimamente realizzata non essendo, perché così è fatto l'Amore.

E giacché «nel suo grido tutti gli uomini possono riconoscersi», scrive la psicanalista Dolto[29], nel dare la vita per amore ognuno realizza in pienezza la propria personalità e compie il massimo atto di possesso di sé: «Perché chi perde la propria vita.... (la propria personalità), la troverà» (*Mt* 16, 25).

Saper perdere per trascendersi nelle relazioni

L'approfondimento della dinamica delle relazioni di reciprocità è stato già affrontato nel contributo di P. Cavalieri e A. Tapken; qui vogliamo solo ricordare la valenza della legge del perdere nelle relazioni di reciprocità.

Chiara Lubich, indica un orizzonte concettuale tutto da scoprire anche nelle relazioni intersoggettive. Proponendo come modello le relazioni trinitarie di unità e distinzione, trova ancora in Gesù abbandonato la chiave ermeneutica delle relazioni di reciprocità.

Mentre Gesù vive il dolore della perdita della sua relazione col Padre e sta donando la sua vita per amore, proprio lì spiega la dinamica paradossale dell'amore: sia nel fare il "vuoto" di sé, quell'essere "nulla" sul cui sfondo l'altro possa emergere – come dicono alcuni autori della Gestalt[30] –, sia nell'essere dono di sé nell'amore. In questo doppio perdere è possibile essere nell'identità e nella reciprocità, nell'unità e nella distinzione. E quando il perdere, il morire diventa reciproco, allora si può sperimentare il massimo della relazionalità, perciò il massimo della personalizzazione.

Legge del perdere e rapporto con l'Assoluto

Scrive Jung: «La scienza non ha mai scoperto un Dio: la critica della conoscenza dimostra l'impossibilità della conoscenza di Dio; ma l'anima afferma l'esperienza di Dio. Dio è un fatto psichico di diretta sperimentabilità. Se così non fosse, di Dio non si sarebbe mai parlato»[31].

Dunque il rapporto con l'Assoluto fa parte dello psichismo umano e deve interessare la psicologia e la psichiatria nell'approfondire lo studio della personalità ed il suo sviluppo. «Si può parlare di persona che diventa personalità (...) solo di un io integrato nel mondo degli uomini e dell'Assoluto», scrive il Nuttin[32].

Gabriel Marcel afferma similmente: «È in rapporto col Tu assoluto che diventa possibile il "noi" tra gli uomini. Ed è nel "noi" che il Tu Assoluto è presente e s'incontra»[33].

L'io attuale, infatti, scopre di non riuscire a dare un senso completo e definitivo della sua identità, di non poter essere interprete assoluto del proprio destino, di scegliere da solo il cammino della propria maturità, obiettivi e mezzi per raggiungerla, fissando regole ed eccezioni con l'impressione piacevole di sentirsi auto-sufficiente e scoprire poi di seguire un fantasma. Nell'Io ideale ove c'è una traccia di Chi ha donato la vita all'essere umano, gli può essere rivelato chi è veramente e chi è chiamato a dover essere.

V. E. Frankl sostiene che per ricomporre "la persona che è stata fatta a pezzi", "spersonalizzata" e "cosificata", è necessario partire dalla sua dimensione spirituale. «Naturalmente – scrive il fondatore della logoterapia – si parla di una religiosità che ha l'esperienza di Dio come essere personale: quale prototipo di personalità, quale primo ed ultimo "Tu"»[34]. È dunque nell'intimità dell'io ideale che il soggetto scopre il suo dover essere come persona.

Secondo Chiara, è ancora in Gesù che grida l'abbandono, che tocca ogni finitudine umana, che si sente senza nessuno, senza valore, senza identità, senza rapporto neppure con l'Assoluto, «ove la Luce si fece tenebra e l'Amore disunità»[35], è proprio in Lui che l'io scopre nel limite stesso la porta di accesso, il luogo dell'incontro fra Dio e noi, fra noi e Dio, e tra di noi.

Gesù abbandonato che ha fatto suo il nulla negativo rovesciandolo nel Nulla positivo che è l'Amore, rigenera l'essere umano anche nella sua psicologia e lo rende capace di relazioni qualitativamente e psicologicamente nuove introducendolo a partecipare, come dice Giuseppe M. Zanghì, allo «spogliarsi nella reciprocità dei Tre», nella Trinità[36].

Gesù, scrive Chiara, «donò Dio e ritrovò Dio in sé (nella sua umanità) e in tutti»[37].

Ecco perché «In Lui, è tutto il paradiso con la Trinità e tutta la terra con l'umanità»[38]. E per rimanere nella dinamica che personalizza, per poter vivere cioè nella dinamica delle relazioni trinitarie, Chiara propone, guardando a Gesù abbandonato, di vivere il culmine possibile del perdere: "la notte di Dio". «Per innestarci l'uno nell'altro come le persone della Trinità dobbiamo perdere anche Dio nel fratello. Proprio come Gesù abbandonato che perdette Dio nel fratello»[39].

Con l'introduzione della dinamica trinitaria nei rapporti umani, con il paradigma dell'unità, è all'orizzonte un processo collettivo che può trasformare l'umanità fin dalle sue fondamenta psicologiche e sociali.

Conclusione

Jung, partendo da un significato intrapsichico, scrive che «l'importanza psicologica di Cristo consiste nel fatto che Egli, nella sua qualità di "primo nato", rappresenta il prototipo dell'uomo integrale, poiché corrisponde in noi all'*Imago Dei*, l'Archetipo del Sé che, per la sua numinosità, sveglia e incita l'uomo a realizzare la totalità»[40]. E ancora: «Nel simbolismo cristiano la totalità è Cristo»[41].

Chiara parte da una visione integrale di Gesù che comprende anche la fede, si inoltra nella profondità psicologica di Lui e scopre che Egli manifesta compiutamente se stesso nell'abbandono: «Gesù è Gesù abbandonato (perché Gesù è tutto manifesto nel suo abbandono)»[42]. Nel paradigma dell'unità, che parte dal modello trinitario per studiare la dinamica delle relazioni di reciprocità e scopre la porta di accesso in Gesù abbandonato, ci è proposto così il *novum* di un cammino per la realizzazione della personalità, capace di incidere sull'antropologia e sulla psicologia.

Scrive Chiara: «Io sono da sempre nella mente di Dio, nel Verbo, e da sempre sono amata dal Padre. Lì è il mio vero Io: Cristo in me». «L'idea che Dio ha di una persona è Dio. (...) La mia personalità infatti è il Cristo in me, che è diversissimo dal Cristo in santa Caterina, dal Cristo in san Francesco o in qualsiasi altra persona. Noi perdendo la "nostra" personalità umana, acquistiamo quella di Cristo, molto più forte, molto più distinta. Ma dobbiamo avere il coraggio di perdere la "nostra" personalità, mentre oggi tutti al mondo ci tengono a salvarla»[43].

La creatura che si è pienamente realizzata come persona percorrendo per prima questo cammino di spogliazione fino a "perdere" la sua personalità, sul modello di Gesù abbandonato, è stata Maria.

Maria vive la dinamica del "perdere per amore" in tutte le tappe della sua vita descritte nel Vangelo: come ragazza e come sposa, come vergine e come madre, fino al momento culmine ai piedi della croce, dove le viene chiesto di perdere il Figlio, che è anche il suo Dio. «In questa perdita radicale, nel suo distacco da sé, dalle creature e da Dio stesso, nel suo sì ai piedi della croce, è l'inizio di una vita nuova (...) di una nuova pienezza»[44].

Maria è l'umanità realizzata. È nel "saper" perdere che lei diviene la Madre di tutti gli esseri umani. E la persona può dirsi pienamente realizzata quando arriva a questo tipo di "maternità" o "paternità".

Amedeo Ferrari

---

1) *Psicologia analitica*, Milano 1975, p. 116. Per Carl Gustav Jung, Gesù non è tanto una persona storica quanto un simbolo religioso, ossia contiene e unifica molti elementi spesso indescrivibili della nostra psiche, è una realtà psicologica in quanto suscita ripercussioni sulla psiche umana. È da tener presente, infatti, che gli psicologi, in quanto psicologi, credenti o non credenti, non si interessano né della divinità di Gesù, né della sua esistenza storica, ma soltanto della figura umana di Gesù.

2) V.E. Frankl, *Alla ricerca di un significato della vita*, Ed. Mursia, Milano 1990, p. 190.

3) *The separation-individuation process and identity formation*, in *Distacchi di Judith Viorst*, Frassinelli 1987, nota 2, p. 347. Le quattro sotto-fasi che la Mahler individua nel processo di separazione-individuazione sono la differenziazione (dai cinque ai nove mesi), l'esercitazione (dai nove ai quindici mesi), il riavvicinamento (dai quindici ai ventiquattro mesi) e il consolidamento dell'individualità e l'inizio della costanza emozionale del soggetto (dai ventiquattro ai trentasei mesi).

4) G. Nuttin, *Psicanalisi e personalità*, Ed. Paoline, Roma 1960, pp. 290, 294-5; A. Cencini, A. Manenti, *Psicologia e formazione*, EDB, Bologna 1986, pp. 22

ss.; J.P. Gustavson, *The pseudomutual small group or institution,* in "Human Relations", 29 (1976) pp. 989-998.

5) A. Meneghetti, *Ontopsicologia filosofica. Epistemologia evangelica,* Roma 1992, pp. 12-13: «Trascendenza e autopresenza costituiscono l'unitaria soggettività dell'uomo».
6) *Method in Theology,* Darton Longman & Todd, Londra 1971, p. 55. Trad. ital.: *Il metodo in teologia,* Queriniana, Brescia 1975.
7) *Essere e avere*, A. Mondadori, Milano 1977, pp. 144 ss.
8) *Il vero Psichiatra,* Longanesi & C, Milano 1969, pp. 102-114.
9) *L'arte di amare,* Il Saggiatore, Milano 1997, p. 18.
10 *Motivazione e Personalità,* Ed. Armando, Roma 1973, p. 293.
11) *Il problema dell'inconscio nella psicologia moderna,* Torino 1943, p. 298.
12) C. Lubich, *Lezione per la laurea Honoris Causa in Lettere (Psicologia).* Malta 26/02/1999, in "Nuova Umanità", 21 (1999/2) p. 186.
13) *Alla ricerca di un significato della vita,* Mursia, Milano 1990, p. 121.
14) *Psicanalisi per la persona,* Milano 1965, p. 123; C. Lubich, *L'unità e Gesù Abbandonato*, Città Nuova, Roma 1984, pp. 67-68.
15) Cf L. Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana. Basi interdisciplinari,* Piemme, Casale Monferrato 1985, pp. 105-109.
16) Cf F. Imoda, *Sviluppo umano. Psicologia e mistero,* Piemme, Casale Monferrato 1993, pp. 85-96.
17) F. Perls, R.F. Hefferline, P. Goodman, *Teoria e pratica delle teorie della Gestalt,* Ed. Astrolabio 1997.
18) *Alla ricerca di un significato della vita,* cit., p. 121.
19) *Il Movimento dei focolari,* Città Nuova, Roma 1965, p. 155.
20) Cit. in K.H. Fleckenstein, *Finestra sul mondo,* Città Nuova, Roma 1977, p. 65.
21) Cf *Métamorphose de l'ame et ses symboles,* Ginevra 1973, pp. 502-504. (L'opera originale, *Symbole der Wandlung*, era uscita nel 1952 a Zurigo).
22) Cf *Il grido*, Città Nuova, Roma 2000, pp. 46-48.
23) Cf G.M. Zanghì, *Alcuni cenni su Gesù Abbandonato* in "Nuova Umanità" 18 (1996/1) p. 37.
24) *Ibid.*, p. 34.
25) *Appunti inediti di conversazione* 4/5/1976.
26) Cf S. Cola, *Morte e Risurrezione: la dinamica del "saper perdere" per lo sviluppo integrale della persona,* in "Nuova Umanità" 23 (2001/2) p. 243.
27) *Il simbolismo della Messa,* Torino 1979, pp. 85, 87.
28) Cf G.M. Zanghì, *Alcuni cenni su Gesù Abbandonato,* cit., p. 39.
29) F. Dolto, G. Sévéerin, *Psicanalisi del Vangelo,* Milano 1978, pp. 64-65.
30) C. Naranjo, *Teoria e tecnica della Gestalt*, Melusina, Roma 1989, p. 25.
31) *Il problema dell'inconscio nella psicologia moderna,* Torino 1943, p. 298.
32) *Psicoanalisi e personalità,* cit., p. 308.
33) *Homo Viator,* Borla, Torino 1967, pp. 72 ss.
34) *Logoterapia ed analisi esistenziale*, Morcelliana, Brescia 1975, p. 98.
35) Cf P. Coda, *Chiara e il grido di Gesù,* in "Nuova Umanità" 23 (2001/2) pp. 319-320.
36) Cit. *Alcuni cenni su Gesù Abbandonato,* p. 34.
37) *Ibid.*, p. 36.
38) *Il grido,* op. cit., p. 56.
39) Cit. da P. Coda, *Chiara e il grido di Gesù,* in "Nuova Umanità" 23 (2001/2) p. 320.
40) *Lettera alla pastoressa Dorothée Hoch* in *Le divin dans l'homme,* Parigi 1999, pp. 346-347.
41) *Psicanalisi analitica,* Milano 1975, p. 116.
42) Cf G.M. Zanghì, *Alcuni cenni su Gesù Abbandonato,* cit. p. 34.
43) Cit. *ibid.*, p. 37.
44) Da "Città Nuova" 19 (1975/23) p. 33.

Prevenire, mantenere, indurre salute

Per prevenire, ieri bastava evitare,
oggi occorre attivarsi;
per mantenere, ieri bastava ancorarsi,
oggi occorre migliorare;
per indurre, ieri bastava la speranza
oggi occorre la fede.

La vita alza il tiro
e l'uomo è attonito.

Ieri il malessere psicologico
apparteneva a chi lo soffriva;
oggi "ci" appartiene;

ieri era quasi esclusivamente
limitato al sé nel nucleo familiare
oggi si allarga sempre più
sino ai luoghi di lavoro
e persino agli spazi socializzanti.

Ieri il malessere era più definito,
circoscritto, diagnosticabile,
direi più perseguibile,
oggi è disseminato lungo la vita,
è sotteso alla vita.

Ieri c'erano i "confini",
oggi c'è la "caduta" dei confini.

Ieri la sfida era scegliere,
oggi la sfida è armonizzare.

Oggi, l'adulto sano,
il dolore lo respira nell'aria:
è un dolore di fondo,
nuovo, sconosciuto ai padri
e ai padri dei padri;
è un dolore latente,
penetrante, invisibile.

È il dolore della turbolenza
che permea la nostra era,
è il dolore della discontinuità,
è il dolore dell' incertezza,
che permea la nostra era.

Forse, in una parola,
è il dolore della indefinitezza:
di sé e del mondo
e di sé nel mondo.

E sono turbolenze e discontinuità
e incertezze che penetrano
a tutti i livelli,
ammalando l'uomo sano a tutti i livelli.
Ma invisibilmente.

Ora la domanda è:
come può l'uomo di oggi
metabolizzare sanamente
elementi da sempre ritenuti ansiogeni,
quali la turbolenza, la discontinuità
e l'incertezza?

Come starci dentro, andando oltre?
Forse... semplificando,
forse... rimettendo a fuoco.
Rimettendo a fuoco "il messaggio".

Forse estrapolando,
da intricati turbolenti discontinui
e incerti intrecci,
l'essenza, il messaggio
di realtà del nostro tempo:
il mondo è uno,
e aprirsi l'uno all'altro è l'unica via.

Dice Henri Laborit:
«Sarà pernicioso
per la salute dell'uomo
non capire
che tutto è correlato con tutto
e che lui stesso a tutti è correlato».

Ed è così
che anche il benessere
o il malessere
sarà determinato da quanto ciascuno
farà spazio all'altro,
conscio del valore dell'altro,
e del valore dell'altro per sé.

Dice Peter Roche de Coppens:
«Oggi non possiamo più permetterci
il lusso di essere pigri o falsi.
Perché se lo facciamo
ci autodistruggiamo e distruggiamo
il mondo in cui viviamo».

E da Oriente a Occidente
gli studiosi del nostro tempo avvertono:
questa è l'era della imprescindibilità
degli uni con gli altri.
Pena: la morte dell'uomo,
la morte del pianeta.

Ma tutto questo che riguarda
l'oggi per il futuro,
non ricorda una Morte già accaduta?
e un Cielo già squarciato
dal grido dell'Ut omnes?

E non è il raggio
che folgorò Chiara Lubich nel '43,
e tutta la nostra vita?

E allora come esserci, lì e qui?
E cosa fare per esserci?

Forse ancora convertire noi stessi,
noi stessi
e tutto ciò che sapevamo fin qui.
Imparare a costruire
in occasioni di crescita
ciò che fin qui conoscevamo
come induttori di malattia:
turbolenza, discontinuità, incertezza.

Forse... imparare a convertire:
la paura... in Lode
l'inadeguatezza... in sana Levità
l'indefinitezza... in sobria Libertà.

«Quella che il bruco chiama
fine del mondo
il Maestro chiama Farfalla».

Forse occorre imparare a
Ringraziare Dio,

E imparare a indurre a questo:
Spalanca l'Anima,
Rinvigorisce la mente.

Forse occorre che gli adulti sani
imparino a divertirsi col paradosso:
nuove abilità per il Terzo Millennio?

La prima fra tutte:
smettere di pensare a sé
come unico referente.

E per guarire?
Correlarsi agendo,
correlarsi di più e senza confini.

L'adulto sano si ponga questo obiettivo
come obiettivo di salute:
sé con gli altri...
e per questo si completi: con azioni,
con emozioni, con l'intelligenza.

Al meglio? Ami!
E amare è anche,
come dice il dott. Jampolski,
«lasciare andare le paure»,
anche la paura di sperare,
anche la paura di credere,
anche la paura dell'altro.

Forse occorre elevare la Gioia,
la dignità della Gioia,
la valenza della Gioia nel Bene.

Occorre imparare a indurla,
la Gioia nel Bene,
a riconoscerla, a preferirla all'altra,
cioè a "vederla" tale
da essere preferita alla gioia nera.

Occorre imparare a goderla
e a benedirla ... ringraziando Dio:
spalanca l'Anima,
rinvigorisce la mente.

Credo che mai come oggi
Dio possa essere direttamente sotteso
ad ogni passaggio terapeutico,
preventivo o induttivo, della salute
e che mai sia stata
più congruentemente palesabile...
l'identificazione
di... Dio con il Ben-essere dell'uomo;

che mai come oggi
la pochezza della potenza umana,
a tutti tristemente visibile,
induca ad una sana rivisitazione
dei nostri limiti

e che l'affascinante,
progettuale complessità
del nostro tempo
suggerisca di non fermare la fede a sé,
ma di farla fluire ai fratelli
ed elevarla a Dio.

Maria Assunta D'Antiochia

**La scoperta dell'amore:
sua importanza per il bambino e in ogni età della vita**

I cardini fondamentali per un sano sviluppo evolutivo

di Ezio Aceti

Quali i presupposti e le caratteristiche delle relazioni che facciano crescere un essere umano maturo e realizzato? L'autore le descrive con competenza, in un'efficace sintesi, semplice ed esperienziale.

Lo sviluppo umano appare come un processo permanente e continuo che investe tutte le varie dimensioni della persona.

Esiste un'enorme differenza tra il piccolo essere indifeso, vulnerabile, che cresce nel corpo della madre, e il bambino che già ad un anno di vita è ben avviato verso l'acquisizione del linguaggio e l'autonomia del movimento.

Sappiamo, infatti, che lo sviluppo individuale è caratterizzato da un insieme eterogeneo di influenze genetiche (e/o ereditarie) e di influenze ambientali che interagiscono reciprocamente.

È grazie a questa interazione e ad una serie di leggi inserite nella natura dei rapporti dialogici, che pian piano il bambino sarà in grado di raggiungere la capacità non solo di vivere e gestire le emozioni autonomamente, ma anche quella di oblazione e sacrificio di sé, per una realtà più grande.

Se solo diamo uno sguardo sintetico alle tappe di sviluppo della socialità, ci accorgiamo come il raggiungimento della forma più evoluta può avvenire solo mediante esperienze significative che il bambino prima, l'adolescente poi e la persona matura dopo, possono vivere in piena sintonia con l'ambiente e le persone con le quali vengono in contatto.

I quattro cardini dell'evoluzione

I più grandi studiosi dell'infanzia concordano sul fatto che qualsiasi evoluzione necessita di alcuni ingredienti fondamentali, senza i quali, la personalità che andrà strutturandosi, presenterà carenze più o meno gravi.

Carenze affettive, povertà di stimoli, ambienti carichi di aggressività, abbandoni primari, sono quasi sempre cause principali di bambini e adolescenti fortemente disagiati, con comportamenti carichi di ansia, e spesso con tendenze devianti e asociali.

Occorre tuttavia precisare che è sempre possibile, per ciascuna personalità, trovare opportunità di crescita, in quanto anche in condizioni difficili, il passaggio da uno stadio meno evoluto ad un altro più evoluto è presente sin dalla nascita in ogni essere umano.

Questa legge evolutiva non riguarda solo l'aspetto fisiologico della persona, ma anche quello psicologico e spirituale.

Tuttavia non vogliamo, per ora, soffermarci su questa legge evolutiva, ma riflettere sugli ingredienti basilari caratteristici di ogni presupposto per una buona evoluzione.

I primi due cardini: l'ascolto e la parola

L'individuo è un essere sociale. Il paradosso della condizione umana è che l'individualità si realizza solo nella relazione e che il soggetto non esiste al di fuori del riconoscimento reciproco con l'altro da sé.

Tutto ciò ha come conseguenza la totale interdipendenza degli esseri umani non solo durante la loro vita adulta, ma sin dalla nascita.

Un neonato non potrebbe vivere senza le cure della madre o di un adulto, così come nessuna relazione potrebbe esistere senza qualcuno che ascolti, tenendo conto dell'altro.

Françoise Dolto, la famosa psicoanalista francese, ha scritto fiumi di pagine sull'importanza dell'ascolto e della parola come strumenti indispensabili per la crescita del bambino.

Per la Dolto, il dialogo, inteso nel significato esistenziale di donazione incrociata di esistenza e di senso, rappresenta il fulcro centrale dell'educazione.

L'ascolto

Porsi all'ascolto è pertanto costitutivo dell'altro e della relazione, momento inaugurale di ogni scambio vero, condizione necessaria di ogni educazione.

Tuttavia spesso questo ascolto può essere disturbato dalla presunzione o dalla superiorità.

Se ci soffermiamo sulla diade madre-bambino, spesso ci imbattiamo in atteggiamenti che testimoniano purtroppo il presunto potere da parte dell'adulto, retaggio di una mentalità arcaica e retorica.

Quando il genitore crede di saper tutto e si ritiene depositario di alcune verità, allora la diade col figlio non può portare frutti, ma crea spesso dipendenza e sofferenza.

Occorre allora pensare il bambino non come un piccolo adulto che necessita di essere istruito e carente in tante sue manifestazioni, bensì, invece, come un "pianeta sconosciuto" e "nuovo", "affascinante", dal quale ci si appresta a conoscerne il funzionamento e la ricchezza.

Quante volte i genitori tendono inconsciamente ad attribuire ai più piccoli una serie di emozioni, pensieri e sentimenti che per la maggior parte delle volte non sono veri.

Tali emozioni e sentimenti sono solo alcune proiezioni dei sentimenti più nascosti dei genitori, i quali hanno desideri e aspettative particolari.

Solo un ascolto profondo può portare i genitori a prendere atto dei pensieri del bambino, favorendo così un dialogo profondo.

Carl R. Rogers, nel suo libro *La terapia centrata sul cliente,* parla di una "forza di base" presente nel cliente, definita "tendenza attualizzante", considerata come la forza essenziale che è all'origine della crescita e dello sviluppo di ogni persona.

L'ascolto profondo è quindi il presupposto per un rapporto empatico fra la madre e il bambino, per una comprensione profonda e reciproca, che accompagnerà per tutta la vita la relazione con gli altri simili.

Se tutto ciò è vero per il bambino, a maggior ragione lo è per l'adulto.

Quante volte, ad esempio, ci è capitato di avere un problema, una preoccupazione, e di confidarla a qualcuno che ci ha ascoltato in modo pieno e profondo, e di avvertire poi sollievo, leggerezza, forza e una nuova luce per continuare.

La parola

Altro cardine basilare della relazione e presupposto per lo sviluppo è la parola.

Occorre sempre parlare al bambino!

Il neonato comprende, al di là del contenuto del messaggio, che lo si considera una persona umana e che non s'intende manipolarlo come una cosa.

La "parola", infatti, sostiene, umanizza, mentre il silenzio e l'inganno animalizzano il bambino che si sentirà escluso dalla comunicazione.

Sempre secondo la Dolto, la parola che aiuta il bambino è quella che viene pronunciata in una situazione di dialogo, nella quale l'adulto sappia ascoltare rispettosamente il più piccolo, lasciando che quest'ultimo possa esprimere il desiderio più profondo che è quello di essere accolto e aiutato a crescere.

Parlare è dunque un'esigenza fondamentale e lo è sempre per tutti gli esseri umani.

È per questo motivo che tutte le cose che riguardano un bambino, le buone, come le meno buone, devono essere dette.

Ogni genitore, al di là di ogni buona intenzione, non dovrebbe mai ingannare il bambino, il quale ha bisogno di un'attenzione priva di interferenza.

Se la parola è vera e frutto dell'ascolto, allora è anche efficace e diventa nutrimento per la crescita.

La parola inoltre "umanizza" ogni sofferenza, dando la possibilità a chi ne è colpito di gestirla e di viverla in modo non traumatico.

Immaginiamoci un bambino che vive un rapporto felice con il nonno. Talvolta succede che, alla morte del nonno, i genitori, con l'intento di preservare il bambino dalla sofferenza, nascondono la verità al bambino e spesso non gli fanno vedere il nonno morto. Quanto è atroce e ingiusto tutto ciò!

Occorre invece parlare, spiegare al bambino la naturalità della morte.

È così che la sofferenza e il lutto diventano naturali, umani e dunque vivibili.

Il bambino avrà così modo di portare il nonno dentro di sé perché il distacco è stato spiegato, vissuto, umanizzato.

Un adulto affidabile agli occhi del bambino deve essere sempre sincero a se stesso e senza menzogna, e deve anche saper ammettere le proprie colpe, i propri limiti.

Ciò che l'adulto otterrà in cambio sarà la fiducia e la stima dell'interlocutore più piccolo, poiché rappresenterà per quest'ultimo, il riferimento al quale raccontare quanto gli preme.

Non tutte le parole però sono adeguate

Occorre tener conto che l'educazione è sì un processo comunicativo, ma allo stesso tempo è un processo che rende libero e autonomo.

Quindi, in sintesi, ascoltare e dire rappresentano due cardini basilari di un processo educativo condiviso.

Ascoltare e dire sempre a fronte di attese, speranze, aspirazioni, diventano allora gli elementi fondanti di un'educazione come comprensione/condivisione.

È così che l'educazione è sempre un rapporto fra soggetti.

Solo con una visione dell'altro come "altro da sé" e come "importante per me" può nascere un'autentica comunicazione.

E questo è vero per tutte le età!

L'ascolto di un adolescente, ad esempio, da parte di un adulto deve non solo essere accogliente e rispettoso, ma anche sostanziato dalla conoscenza dei problemi propri dell'età in questione, e di quelli inerenti al rapporto dialogico.

L'adolescente deve sentirsi amato per quello che è, con le inadeguatezze che incontra nel misurarsi con se stesso, con il mondo e con chi lo circonda direttamente, con le sue ribellioni e con i suoi slanci generosi, con la sua goffaggine e con la contrapposizione nei confronti dell'universo degli adulti.

Ne va da sé quindi che i genitori, in particolare, devono "continuare" ad amare il figlio non più bambino che sta loro sfuggendo, anche quando avvertono il rifiuto di quest'ultimo per le loro attenzioni.

Gli altri cardini: il sacrificio e il sostegno

John Bowlby (1907-1990) ritiene che il bisogno di attaccamento sia la motivazione fondamentale e prioritaria dell'essere umano.

Per Bowlby l'interdipendenza tra le persone è una forza vitale per il soggetto, che rimane attiva dalla culla alla tomba.

Quest'attaccamento è, se così si può dire, genetico, ereditario, al punto tale che lo si può trovare in qualsiasi cultura.

Se con una cinepresa riprendessimo il rapporto madre/bambino nei primi giorni di vita di quest'ultimo, potremmo osservare quasi sempre la stessa scena, anche se con modalità differenti.

Vedremmo come di fronte al pianto del piccolo, la madre non solo lo tranquillizzi e cerchi di accudirlo, ma anche lo vezzeggi, lo coccoli, insomma cerchi di rinforzare il sé del bambino.

La madre, dunque, grazie al suo buonsenso, è in grado di prendere su di sé il pianto e l'angoscia del piccolo, restituendogli in cambio, tenerezza, dolcezza e amore.

Il sacrificio

Questo dialogo iniziale è spesse volte spontaneo, amoroso: il bambino potrà in seguito amare perché qualcuno l'ha amato prendendo su di sé la sua angoscia.

Gli studi di Melanine Klein hanno messo bene in rilievo l'importanza di questa capacità della madre di prendere su di sé l'angoscia del bambino: un'ansia raccolta ha l'enorme valenza di non rimanere nel bambino.

Questo dolore comporta sempre la possibilità che qualcuno possa rispondere.

La madre, allora, sacrificando sé, risponde a questo richiamo, nutrendo d'amore il neonato.

Questa capacità oblativa della madre e del padre, rappresenta il presupposto fondamentale affinché il bambino comprenda che la nascita non rappresenta un rifiuto, bensì una opportunità straordinaria: la sua vita e la sua identità come essere umano.

Certo è che se questa "angoscia" primaria non ottiene risposta, la crescita può essere difficoltosa e irta di ostacoli.

La casistica sulle complicazioni dovute all'abbandono primario è ricca e purtroppo testimonia come una tale situazione possa evolvere in adulti spesso disagiati e a rischio di devianza.

La natura ha inscritto in ogni essere umano un mezzo per richiamare l'attenzione dell'altro: il grido.

È con il grido che il neonato richiama la madre per calmarsi.

È con il grido che ogni bambino si rivolge al padre per ottenere protezione dai cattivi.

È con il grido che ogni essere umano lancia la sua invocazione per preservare la sua integrità.

Questo grido, espressione esterna di un bisogno profondo, trova risposta solo se qualcun altro si sacrifica per prenderlo su di sé.

È spesso la madre che sacrifica sé per accudire amorevolmente il bambino, soprattutto nei momenti più carichi di angoscia.

È il padre che spesso risponde alle paure sociali del bambino, accompagnandolo nella realtà con insegnamenti pazienti e ripetuti e a volte anche con ammonimenti appropriati, che comportano spesso pacatezza e sacrificio.

È grazie al sacrificio di tanti uomini e donne verso "gridi" disperati di tanti simili, che la società ha potuto progredire.

Di fronte ad ogni difficoltà è importante che il bambino ottenga non solo comprensione e atteggiamenti di condivisione, ma anche possibilità di crescita e opportunità di evoluzione.

L'importante è che il bambino sperimenti questo amore gratuito che comprende la capacità di sacrificio dell'adulto.

Donald Winnicot, il famoso pediatra inglese, esperto in psichiatria infantile, ritrova in questa preoccupazione materna primaria, la fonte della sicurezza e della fiducia del bambino.

Infatti, almeno per i primi mesi di vita il bambino, essendo completamente dipendente dalla madre, necessita di avere qualcuno che pensi completamente a lui.

Gli psicologi infantili dunque concordano sull'ipotesi che cure adeguate, sostegni appropriati e sacrifici pertinenti, accompagnati dall'ascolto profondo e da parole adeguate, sono ingredienti vincenti per la crescita del bambino.

Questi atteggiamenti di fondo verranno interiorizzati dal bambino ed entreranno a far parte del suo stile di vita.

Gli studi, infatti, dimostrano come fin dal primo anno il bambino "interiorizza" i genitori, portandoli in sé, insieme alle modalità relazionali e comunicative vissute.

Il sostegno

L'ultimo cardine dell'educazione è il sostegno, perché solo tramite questo supporto il bambino potrà entrare nella realtà sociale.

Non bastano genitori che ascoltano, comunicano e si sacrificano.

Occorrono genitori che sostengono il distacco del figlio, altrimenti possono comparire manifestazioni patologiche di eccessivo attaccamento come le simbiosi e le varie fobie compensatorie.

Testimonianza e libertà

È utile ricordare le parole del grande poeta libanese Gibran:

> «I vostri figli non sono i vostri figli ...
> Sono i figli e le figlie della fame che in se stessa ha la vita...
> Essi non vengono da voi, ma attraverso di voi.
> E non vi appartengono...
> Potrete curarli, ma non costringerli ai vostri pensieri.
> Poiché essi hanno i loro pensieri...».

È per questo motivo che non possiamo rispondere a tutte le domande dei bambini. Occorre offrire esempi di vita.

Allora il sostegno consiste nell'offrire il nostro pensiero, nel proporre opportunità di crescita che il bambino e il ragazzo poi potranno tenere in considerazione per crescere ed identificarsi.

A questo proposito è significativo il pensiero del grande filosofo ebreo Martin Buber che già nel 1930 predicava la pace fra palestinesi ed ebrei. Buber dice: per un rapporto autentico l'educatore deve possedere tre qualità fondamentali:

a) deve mettersi nei panni dell'altro (che corrisponde al primo e al terzo cardine e cioè all'ascolto e al sacrificio);

b) deve comunicare all'altro ciò che sente dentro di sé (che corrisponde al secondo e al quarto cardine, cioè la parola e il sostegno);

c) infine, a secondo dell'età, deve lasciarlo libero.

Ed è questa libertà, frutto dell'amore, che lascerà nel bambino l'eredità più preziosa: la parola dei genitori dentro di sé.

Fin qui ho tracciato, in modo sintetico, i presupposti fondamentali per agevolare lo sviluppo umano.

Il contributo di Chiara Lubich

Ma Chiara Lubich ha portato qualcosa di più, qualcosa di nuovo, che non solo contiene tutti i cardini fin qui descritti, ma va oltre.

Parlando del valore della vita, ella dice: «L'essere umano ha bisogno di amore in tutte le tappe della propria esistenza e in tutte le situazioni. Così anche ogni bambino ha biso-

gno d'amore. Nel clima d'amore egli acquista quell'attitudine interiore, per la quale, pur essendo il centro dell'attenzione, sviluppa in sé la tensione alla comunione, fondamento di un corretto modo di incontrarsi con i prossimi».

Questo amore ha una caratteristica ben precisa: il farsi uno con l'altro!

Il "farsi uno" va oltre il "mettersi nei panni" perché porta il soggetto a tutti gli effetti a "vivere l'altro", cioè a non vivere per se stesso, ma a condividere la vita dell'altro nelle sue gioie e dolori, interessi ed esperienze.

Tutto ciò porta, come dice Chiara, ad acquisire una dimensione globale e conduce quindi al passaggio dalla tendenza al ripiegamento su se stessi all'apertura che accoglie.

Si sperimenta così un passaggio dall'io al noi, come membra di un unico corpo di cui si è parte inscindibile, pur nella specificità di ogni singolo membro.

E mi piace concludere ancora con le parole di Chiara, che racchiudono tutto un programma per il mondo d'oggi e per il modo di vivere e di pensare per il futuro.

Lei dice: «Possiamo parlare di "riconversione" in senso collettivo del pensiero in cui l'altro è sempre presente e si cerca non un compromesso, ma qualcosa che sia comune e in cui ognuno possa rispecchiarsi».

Ezio Aceti

Apporto per un capitolo importante di neuropsichiatria infantile

La relazione genitori-bambino disabile

di Maddalena Petrillo

Persino una delle tragedie più dolorose che la condizione umana può sperimentare, come la nascita di un figlio disabile, può trasformarsi, a certe condizioni, in una riscoperta dei valori più alti e gratificanti.

Il bambino "non sano"

La nascita di un figlio ha il significato di un'offerta d'amore. Il bimbo che nasce si offre all'accoglienza di chi si prenderà cura di lui. La madre che lo dà alla luce offre il proprio dolore al suo bambino, nella speranza, attraverso quel dolore, di farlo ben nascere.

Ma quando invece di una nascita fisiologica accade una nascita patologica (un bimbo malato o malformato) ecco che in brevissimo tempo si rende necessario offrire non solo amore e speranza, ma anche il senso di un limite che a volte si sperimenta come una morte di sé, un sacrificio quasi insostenibile del proprio progetto di vita e del desiderio di salute per quel bambino.

Nell'esperienza di chiunque abbia operato in un centro-nascita sono ben presenti gli effetti immediati sui genitori di un bambino nato "non sano".

Tali effetti (lo scoraggiamento, la paura, il senso di colpa e di una perdita irrevocabile), dovuti alla discrepanza tra il bambino desiderato e il bambino reale, sconvolgono in un primo momento quello che è il primo compito della coppia genitoriale: l'accettazione del bambino.

Per i genitori è difficile riconoscersi nel figlio e riconoscere il figlio, di cui vedono solo il limite. La nascita del "primo legame" e la "preoccupazione materna primaria" rischiano di essere sopraffatte dal non riconoscimento della madre nel suo bambino, mentre per il padre diventa urgente contenere le ansie depressive della sposa.

La prima impressione, per coloro che sono vicini alla coppia, è che in quella famiglia non sia possibile maturare alcuna accettazione del bambino.

Una storia

Racconto una delle situazioni che ho potuto seguire più da vicino. La mamma di Guido, un bimbo *down* nato dopo una lunga attesa, non riusciva neanche a tenerlo in braccio. Pallida e sfatta dal dolore, lo guardava tra le braccia del marito. Rivolta poi verso di me, ha chiesto cosa mai avrebbe potuto fare di buono e di "normale" un bimbo così.

Dopo quella prima volta ho rivisto il bambino solo perché sono andata a fargli visita a casa. La madre, infatti, si era chiusa tra le

pareti domestiche senza chiedere più aiuto a nessuno.

Il silenzio scese su quella famiglia, sui parenti attoniti, sui conoscenti distratti.

Un'offerta d'amore

Sentivo che dovevo superare quella barriera, fatta soprattutto di timore. Nelle mie parole di medico, la madre non vedeva aiuto, ma la proiezione del suo stesso giudizio negativo. Per lei rappresentavo un mondo, quello sanitario, di cui avrebbe volentieri fatto a meno. Ho vissuto perciò un conflitto tra il ruolo che desideravo avere e quello che mi era attribuito.

Usando altre parole potrei dire che non mi riconosceva, perché non riconosceva l'amore che cercavo di portarle.

Questa è un'esperienza di perdita che chi opera nelle strutture sanitarie fa spesso e che a volte conduce a difendersi, a giudicare il paziente ingrato e, nel proprio cuore, ad allontanarlo.

Portai allora con me, nelle mie visite domiciliari, un'ostetrica, figura professionale che nei nostri servizi spesso segue le donne nel puerperio, ed insieme con lei continuai a portare l'attenzione della madre e del padre alle risorse relazionali che il bambino mostrava ed al grandissimo valore dell'allattamento al seno. Questo nostro agire è stato un vero e proprio cammino di aiuto che, piano piano, ha accresciuto l'attenzione dei genitori verso ogni manifestazione ed espressione del bambino.

L'accettazione

Così si è avviato in loro il primo cambiamento: vedere il bambino non come oggetto di cure, ma come soggetto di relazione.

La madre ricominciò ad uscire di casa e si riaprì alle relazioni sociali.

Una piccola comunità si strinse intorno a lei ed al marito, sostenendoli nell'accettazione del bambino ed aiutandoli concretamente fino ad organizzare, qualche mese dopo, una gioiosa festa di battesimo.

L'essere riconosciuti genitori li aveva portati a riconoscere il figlio. Sentendosi amati sono nati come genitori.

Nel tempo essi sono ancora più cresciuti nell'amore: il loro sacrificio ha trasformato il negativo in positivo, educandoli a vedere le potenzialità nascoste del figlio e soprattutto rendendoli più liberi dai pregiudizi e dagli schemi, più rispettosi del limite, più persone.

Nella sofferenza hanno capito cosa ha veramente importanza nella vita del figlio, fino a ribaltare i valori precedenti e ciò che pareva un male è apparso come "sorgente di bene".

Ma c'è di più: il riconoscimento del valore di Guido ha portato allo sviluppo di una solidarietà "sociale", che si è concretizzata nella nascita di un'associazione di famiglie, di cui i genitori di Guido hanno messo il primo seme con la loro sofferenza.

Da questa esperienza di vita è così scaturito qualcosa di nuovo: una realtà di "apertura" tanto più sorprendente perché nata da una iniziale realtà di "chiusura".

Una nuova scoperta

Questa e tante altre esperienze simili fanno comprendere come nelle famiglie provate dalla disabilità e dove è richiesto un amore particolarmente oblativo perché "potato" nelle sue attese umane, l'accettazione del figlio – primo compito dei genitori – si sviluppi nella scoperta dell'amore degli altri.

Attraverso questo amore, riflesso dell'amore del Padre per le sue creature, i genitori si sentono capaci di generare nuovo amore.

Una volta compiuta la prima fase di accettazione i genitori maturano la forza necessaria per affermare quotidianamente l'eguaglianza del figlio pur nella diversità.

Scrive Chiara Lubich nella sua lezione sul *carisma dell'unità e la psicologia*: «Solo l'amore rende conto della diversità salvando l'eguaglianza e rendendo così possibile l'unità».

Avendo imparato a posare su di lui uno sguardo d'amore, i genitori, e non solo loro, credono in lui: l'identità del figlio si delinea al di là della malattia.

Il bambino disabile si trasforma in dono

È esperienza frequente osservare come il bambino disabile, avvolto nel limite fisico, mentale o sensoriale, è vicino al cuore degli altri, pronto a riconoscersi nell'amore degli altri per lui e pronto a ricambiarlo.

Egli aiuta chi gli sta accanto a non ripiegarsi su se stesso, a distaccarsi dai desideri onnipotenti per diventare come lui, profondamente libero proprio perché attraversato dal limite oggettivo che lo aiuta a liberarsi dai condizionamenti tipici delle persone "sane".

Aggiunge ancora Chiara in quella stessa lezione: «Ogni forma di attaccamento a sé o alle cose distrugge l'Io, lo sgretola, sia perché favorisce l'orgoglio e l'autocompiacenza, sia perché costruisce quel "falso Io" che gli psicologi chiamano *Ego*».

Oggi che l'infanzia è gravata di condizionamenti imposti dal modello di vita consumistico, i figli disabili richiamano con forza la necessità di «ricostruirsi un Io integro», libero «da ogni sorta di avidità e di possesso».

Essi amplificano l'amore ricevuto attraverso le attenzioni necessarie alla loro crescita ridonandolo a piene mani, insegnando a vivere nella reciprocità.

Per questo le famiglie con un figlio disabile diventano spesso una testimonianza per molti.

Così la relazione tra genitori e figlio disabile può offrire l'immagine più vera della relazione genitori-figli, dove il valore delle persone è un assoluto.

In essa si intravedono in trasparenza la relazione di ciascuno di noi con l'Assoluto e la "comunione" che permette al figlio di trovare la propria identità.

Maddalena Petrillo

Un progetto di ricerca nella psicologia della comunicazione ispirato dalla spiritualità dell'unità

Capacità di affrontare e risolvere i conflitti

di Matthias Bolkart

Con questo progetto l'autore descrive sinteticamente un'esperienza di sei anni di ricerca sulla psicologia della comunicazione. È un'esperienza svolta in tutta la Germania nel contesto di un'inchiesta sugli effetti della consulenza matrimoniale.

Il mio compito riguardava un particolare di questa ricerca: sviluppare e applicare un programma di auto-allenamento che influisse sulle capacità della coppia di affrontare i conflitti nel rapporto interpersonale. Nell'impostazione di questo programma, in una fase di *brainstorming* – tecnica di analisi e ricerca di soluzione di un dato problema attraverso una raccolta di proposte espresse liberamente dai presenti – mi sembravano molto indicativi certi criteri di Chiara Lubich non solo riguardo all'atteggiamento interpersonale, ma anche al modo di fare la ricerca.

Riguardo all'atteggiamento, nei testi della Lubich si trovano indicazioni significative sulla cosiddetta "ora della verità" o correzione fraterna. Alcuni esempi:

– l'obiettivo massimo di qualsiasi azione che influisce sul rapporto non può essere altro che l'unità;

– per raggiungere questo scopo Chiara propone un atteggiamento che sia aperto verso Dio ("dobbiamo fare le cose davanti a Dio") e aperto verso il prossimo ("non si può assolutamente turbare la persona che abbiamo davanti, ma bisogna costruirla");

– con ciò viene proposto anche il modo di attuare questo, cioè con un amore vero e autentico. Infatti, la verità cercata con amore comprende l'umiltà e il volere il bene dell'altro.

Riguardo al modo di fare la ricerca mi pareva di dover tener presenti due indicazioni della Lubich, cioè l'unità: "tutti sono candidati all'unità"; e il "farsi uno": accogliere pienamente l'altro così come egli è, sia nella sua realtà culturale sia nelle sue potenzialità di contribuire ad una crescita nella fratellanza universale.

Il cammino

Ma come mettere a frutto una tale visione? Mi pareva che la spiritualità insegnata dalla Lubich fosse come un faro che proiettasse luce sul cammino da compiere, aiutando a saper cogliere e valorizzare conoscenze importanti: ciò che c'è nell'altro ed anche ciò che manca. Si è visto che persino i migliori allenamenti in tecniche comunicative possono dare solo risultati parziali. Abbiamo notato che spesso manca un dato oggettivo come quello dell'unità o una fase preparatoria per riuscire ad affrontare un problema nell'atteggiamento giusto, elementi che aiutano a scoprire l'intenzione dell'altro ed i suoi valori.

Per arrivare a risultati concreti si sono invitate delle persone a ricordarsi quando e dove hanno affrontato un conflitto in modo soddisfacente. Poi si è continuato a chiedere ad ognuna di scoprire nella propria esperienza qualche condizione o qualche passo importante. È risultato interessante che sia persone con molti problemi sia quelle con pochi problemi, sono riuscite a dare contributi qualificati e a riattivare molte potenzialità. Da una *cluster*-analisi di 6000 risposte sono emersi quattro condizioni ed un percorso di cinque passi.

Le quattro condizioni:

1. voler cooperare;
2. aiutarsi a vicenda;
3. mostrare i veri sentimenti;
4. saper usare "il segnale d'allarme".

I cinque passi:

1. prepararsi;
2. preparare l'altro;
3. scambiarsi le informazioni;
4. raccogliere le proposte;
5. arrivare a delle conclusioni.

Così pian piano si è messo a punto il programma di auto-allenamento per migliorare la capacità di risolvere i conflitti. La sperimentazione fra le persone sposate ha mostrato una notevole diminuzione di conflitti, disturbi somatici ed affettivi, ed un aumento della gioia nel rapporto matrimoniale.

Questo lavoro di ricerca è stato riconosciuto dal governo e dall'università, come contributo valido ed importante nel contesto della ricerca empirica.

Alcune conclusioni

Spiritualità e scienza possono apparire come "mondi" completamente diversi, mentre in questo lavoro si è fatto continuamente l'esperienza che ciascuno di questi "mondi" può illuminare e potenziare l'altro. Anzi, vorrei andare oltre e dire che solo in un dialogo continuo si può evitare di sottolineare troppo o la parte spirituale o la parte psicologica nell'affrontare la realtà umana.

Contributi della spiritualità

La spiritualità dell'unità con la sua visione dell'essere umano è risultata in questo progetto come una luce preziosa e qualificata che ha illuminato il lavoro scientifico.

La spiritualità può donare allo scienziato un nuovo atteggiamento, allargare il suo orizzonte e creare lo spazio per nuove idee. Può aiutarlo a trovare nella ricerca e nella scienza gli aspetti essenziali, i veri valori.

Contributi della visione scientifica

La ricerca scientifica, da parte sua, spinge a mettere in pratica, a concretizzare e a sperimentare. Così tante modalità per realizzare la comunicazione e risolvere i conflitti possono essere considerate anche come altrettante modalità per esprimere l'amore. Naturalmente alla fine tocca sempre alla persona fare liberamente le sue scelte concrete.

La ricerca aiuta a verificare scientificamente gli effetti in vari campi della vita umana riguardanti la salute, la psicologia, ecc., e rende possibile un confronto con altri lavori scientifici ed altre vie d'applicazione.

L'effetto "surplus"

In sintesi si può dire che i due "mondi" possono illuminarsi, arricchirsi e fecondarsi a vicenda. E questo avviene in quanto sono al servizio dell'essere umano, mettendo in luce i valori e le preziose capacità di ciascuno e le esperienze comuni. Questo comporta una "nuova psicologia", che sappia fare da ponte tra il mondo scientifico e la religione.

Esiste inoltre un terzo punto – forse il più interessante: la spiritualità dell'unità in dialogo con la scienza, non solo la illumina ma contribuisce a suscitare tra le persone quella comunione che è indispensabile per realizzare la fratellanza universale. Sia questa spiritualità sia la scienza possono essere considerate perciò come partner in un grande processo di umanizzazione finalizzato a mettere in luce la dignità di ogni essere umano e il suo vero rapporto con Dio.

Matthias Bolkart

Come le altre scienze anche la psicologia può aiutare a scoprire che i valori evangelici sono essenzialmente veri valori umani

Psicologia e vita cristiana

di Elisabeth Reichel

L'autrice fa parte di un gruppo di psicologi austriaci e ci presenta l'esperienza che sta portando avanti insieme a loro, coniugando le conoscenze scientifiche con i valori evangelici che la spiritualità dell'unità del Movimento dei focolari pone in rilievo.

Vorremmo offrire un'esperienza che abbiamo fatto come gruppo di psicologi nell'Austria, perché è stata emblematica per noi.

Nel nostro Paese la conoscenza di alcune idee di fondo della psicologia è ormai patrimonio di tutti, intellettuali o mamme di famiglia, bidelli o maestri. Ognuno conosce ed utilizza nel suo linguaggio (anche se spesso superficialmente) certe espressioni come ad esempio: ego, superego, autorealizzazione, coscienza di sé, complesso di inferiorità, rimozione, difesa, sublimazione, ecc.

La psicologia fa parte del programma obbligatorio di formazione nelle scuole medie e superiori. Tutto ciò avviene nell'ambito di una società che si poggia sempre di più su una visione primariamente individualistica del soggetto umano.

Il lato positivo di ciò, è una consapevolezza crescente della dignità e del diritto dell'individuo, con una conseguente impossibilità di certe forme di trattamento autoritario sia nei confronti di se stessi che degli altri.

Psicologia e Vangelo

Ma questo genera anche delle difficoltà in quanto presunzioni errate, cresciute attraverso la storia, hanno fatto sì che la psicologia o meglio certe tendenze nella psicologia si contrappongano alla religione, considerata come ostacolo alla realizzazione umana. Questo ha provocato di riflesso che tante persone religiose, in buona fede, vedono nella psicologia un pericolo e persino un'opera del "nemico".

Sappiamo che la psicologia è una scienza empirica che cerca di scoprire la struttura psicologica dell'essere umano, il suo pensare, agire, sentire, cioè – in senso lato – il suo vero essere.

Ma il vero essere dell'uomo e della donna – nella nostra visione cristiana – non è nient'altro che l'essere fatti ad immagine di Dio, figli suoi, simili a Gesù, prototipo dell'umanità, perché vero Dio e vero uomo.

San Paolo dice – e il Concilio Vaticano II lo conferma – che ogni persona, anche se non ha recepito la rivelazione cristiana, se è in buona fede e mette tutto il suo impegno nel fare il bene, può arrivare alla verità. Troverà ostacoli, percorrerà vie più lunghe, ma arri-

verà. Allora anche la psicologia, sviluppata come scienza il più possibile onesta, coerente e obbiettiva, col tempo dovrebbe essere di aiuto in questo cammino.

Questo è stato il nostro punto di partenza volendo rispondere a domande urgenti di adolescenti, giovani e adulti che venivano in contatto col nostro ideale cristiano di vita.

Come assistenti dei gen – il settore giovanile del Movimento dei focolari – ci confrontavamo spesse volte con domande di questo genere: «Come si può capire l'autorealizzazione, se il Vangelo esige il rinnegamento di sé? L'ideale cristiano e certi principi fondamentali di psicologia non sono in contraddizione?».

Per questo motivo alcuni di noi hanno cominciato anni fa a presentare i temi della spiritualità dell'unità con un fondamento psicologico, facendo vedere e sperimentare che l'essere umano anche nella sua struttura psicologica è fatto per amare, per aprirsi all'altro, per fare di ogni dolore un'occasione di crescita.

Per noi è stato un incanto scoprire l'utilità, si direbbe la vocazione, della psicologia come scaletta all'ideale cristiano.

Essa, come forse nessun'altra scienza, può far capire in un modo chiaro, empirico, scientifico, che l'essere umano è fatto per essere il "tu" di Dio.

Le nostre attività

Ci siamo messi all'opera, preparando insieme varie attività. Ne ricordiamo alcune:

– in un centro giovanile abbiamo parlato sulla libertà e il disegno di Dio su di noi;

– in un *workshop* per tutte le età, sul senso del dolore;

– in un *workshop* per coppie, sulla relazione vissuta alla luce della vita trinitaria;

– a giovani di diversi Movimenti ecclesiali, sulla comunicazione, sull'arte di amare e sul valore e la vocazione di ogni persona ;

– ai membri del Movimento dei focolari che si riuniscono per studiare il *Catechismo della Chiesa cattolica,* sullo sviluppo della personalità nell'area sessuale e relazionale, e su come curare la depressione e prevenire il suicidio;

– alle persone che prestano servizio nelle case parrocchiali abbiamo parlato su diversi argomenti: corpo-anima-mente; l'arte di amare; Gesù crocifisso e abbandonato; i vari aspetti concreti della vita;

– durante un aggiornamento di psicoterapeuti, sulla relazione terapeutica;

– nel congresso mondiale per psicoterapeuti, su come lavorare con pazienti credenti: Dio reale o Dio come oggetto transazionale?

– in un convegno sulla terza età, sulla persona anziana come risorsa e il patto tra le generazioni;

– in un incontro di adulti, sul valore di sé e la dignità umana grazie al fatto che siamo tutti figli di Dio;

– ad un gruppo di giovani, sulla vocazione ed il significato della vita.

Come facciamo in concreto?

Per far capire meglio come affrontiamo le nostre attività, vorrei fare qualche esempio.

Abbiamo svolto il tema su come riuscire bene nella vita e sulla comunicazione, facendo riferimento implicito all'impegno per un mondo unito, all'unità e all'arte di amare, alla chiamata universale all'amore come si vive nel Movimento dei focolari.

Sapendo anche, per la nostra esperienza professionale, quanto siano importanti per i giovani l'autorealizzazione, il desiderio di impegnarsi per qualcosa che dia loro la felicità, abbiamo cercato in diversi autori di psicologia cosa hanno detto su questi argomenti. E abbiamo trovato una gran quantità di cose molto utili. Riuscire nella vita vuol dire mettere a frutto per gli altri tutti i propri talenti, senza accontentarsi di piccole soddisfazioni passeggere. Diversi studi parlano

della motivazione e della gioia di colui che s'impegna in una cosa con pieno interesse.

Partendo da questa introduzione, come base che dia qualche *flash* che faccia pensare, noi – parlando in ambiente cristiano – diamo poi il "di più" della spiritualità dell'unità, come la scoperta di Dio Amore.

In modo simile si può trattare il tema del dolore, della sofferenza e del suo significato, mostrando come essa può dare all'esperienza umana una profondità enorme, nuova. Lo riconoscono, infatti, tanti psicologi.

Dopo aver riportato il pensiero di questi autori, offriamo sempre la caratteristica prospettiva cristiana così come ce l'insegna la Scrittura e come viene messa a fuoco dalla spiritualità dell'unità.

Un altro esempio. L'identità personale, che c'è sin dall'inizio dell'esistenza di un individuo, si realizza e si sviluppa esistenzialmente solo attraverso il rapporto con un'altra persona, come sappiamo da tanti studi.

A questo punto si può offrire l'esperienza che noi facciamo di Dio Amore, del disegno di Dio su ognuno di noi, dell'"arte di amare" e così via, con tutte le conseguenze positive che ne scaturiscono.

Conclusione

Attraverso questo lavoro le persone scoprono che la vita con Dio non è qualcosa di estraneo alla persona, che la costringe costantemente a mortificare la sua personalità ma, al contrario, è qualcosa di intrinseco alla nostra vita, fa parte del nostro stesso essere. Lo porta alla maturità piena, perché ha la sua base nella stessa struttura psicologica dell'essere umano, essendo la legge dell'amore costitutiva della condizione umana.

Scoprendo e offrendo agli altri tutte queste verità che hanno un loro preciso riscontro nella psicologia, facciamo sempre di nuovo la scoperta delle ricchezze che Dio ha dato all'umanità. Ed è per noi una specie di contemplazione che ci mostra anche la potenzialità del nostro lavoro al servizio della vita umana.

Elisabeth Reichel

La psicoterapia messa a servizio della promozione umana e sociale

Prima di tutto creare rapporti

di Maria Inês Manna Julião

Maria Inês dirige la Clínica Psichiátrica dell'Ospedale Sant'Ivo in Belo Horizonte, Brasile. È psichiatra e psicanalista e coordina nella sua città una ONG chiamata "Associazione di appoggio sociale".

I primi passi

Guidavo la mia macchina, quando ad un incrocio ho dovuto fermarmi al semaforo. Di solito scambio qualche parola con i venditori ambulanti che cercano di smerciare qualcosa. Quel giorno ho trovato João che vendeva giocattoli di legno fatti da lui. Osservai attentamente gli oggetti di una rifinitura impeccabile ed ho fatto l'elogio del suo lavoro. Lui mi ha risposto, dicendo: «Sai qual è il mio sogno più grande? Insegnare ai bambini della favela a costruire questi giocattoli». Ed io ho risposto subito: «Se questo è il tuo sogno, non è molto difficile realizzarlo. Io lavoro qui vicino nel Centro Sanitario del Comune. È da un anno che facciamo officine d'artigianato, bigiotterie, musica, ecc. Tutti gli abitanti della favela della montagna sono nostri invitati. C'è tanto da fare, João, vieni a sognare con noi».

Così è nata la nostra storia, fatta passo dopo passo. Ed è incominciata proprio con la morte di Marlì Justina, vittima di suicidio. Marlì era collegata al nostro servizio come paziente depressa. Ho cercato di sapere cosa era successo e ho scoperto che aveva cercato aiuto, aveva chiesto che qualcuno la portasse al Centro Sanitario, ma non aveva trovato nessuno. Sono rimasta sconvolta, dato che la pratica della solidarietà era sempre stata presente tra loro. Qualcosa, dunque, stava cambiando, le persone diventavano sempre più povere in tanti aspetti.

Il contesto

La città di Belo Horizonte ha circa due milioni e mezzo d'abitanti. Il Centro Sanitario dove lavoro da quasi otto anni accoglie gli abitanti di sei villaggi che appartengono alla popolazione della parte collinosa con un totale di 46 mila persone (10% della popolazione delle favelas della città). Secondo le autorità del posto, l'area della regione metropolitana di Belo Horizonte costituisce il maggiore raggruppamento di persone denutrite e povere e tra loro si registra l'indice più alto di omicidi. E poiché ci sono ancora degli spazi non occupati, la tendenza è che questa popolazione possa aumentare, moltiplicando il numero di persone depresse.

Coloro che vengono a trovarmi non sembrano disposti a parlare di questi argomenti. Vogliono delle medicine o una soluzione immediata, però si sentono sempre socialmente esclusi. Chiedono degli attestati di malattia per non lavorare od una pensione come modo più facile per sopravvivere.

A me sembrava che il problema non era proprio questo, dato che, purtroppo, la medicina, nella maggior parte delle situazioni, non è il "rimedio".

Durante alcuni mesi, nelle visite mediche che erano fatte nell'ambulatorio, ho lanciato una proposta a ciascuno dei pazienti: io avrei dato delle medicine, soltanto se prima loro si fossero trovati insieme e avessero parlato dei loro problemi e avessero cercato loro stessi le soluzioni.

Le persone si impegnano

Abbiamo iniziato con dei piccoli gruppi, che poi sono aumentati in modo progressivo. Ho costatato che la maggiore parte di queste persone che prendevano delle medicine, associava la propria sofferenza e l'ammalarsi alla mancanza di lavoro e d'opportunità d'inserimento sociale.

Avevo la sensazione di dover frenare una valanga perché il numero di coloro che cercavano lo psichiatra era spaventoso. A volte avevo l'impressione che, se non fossi stata attenta, sarei potuta diventare come una segretaria che deve solo mettere il timbro alla prescrizione medica.

I pazienti stessi si sono poi organizzati per essere visitati al Centro Sanitario in un certo ordine. Hanno creato un'agenzia di lavoro per avere un documento e dare lavoro a coloro che lo desideravano. Con degli oggetti regalati da loro e da altre persone hanno aperto un bazar permanente.

Una paziente che raccoglieva la spazzatura aveva un figlio che praticava la lotta libera. Questi si era sposato con una donna svizzera e si era trasferito in Europa. Questa paziente ha potuto avere un viaggio in aereo per partecipare al matrimonio del figlio. Quando è tornata ha riportato tre valigie piene d'oggetti per il bazar.

L'enormità del problema

Il problema più grave di queste zone è quello della violenza. I capi del traffico di droga sono i padroni che da una parte proteggono e dall'altra sottomettono gli abitanti delle *favelas*. Ci sono diverse *gang* e, perciò, diversi capi. Queste bande si contendono tra loro il potere. Per i tossicodipendenti e gli spacciatori è molto difficile uscire dalla droga, perché verrebbero perseguitati fino alla morte.

Tutti conoscono la legge della *favela*, ma nessuno osa dire qualcosa per paura delle rappresaglie. Anche noi professionisti che viviamo in questo mondo dobbiamo partecipare a questo patto del silenzio...

In una società nella quale le differenze sociali sono così grandi, la violenza è presente e minaccia tutti. Il paradosso sta nel fatto che, per fortuna, i trafficanti proteggono sempre quelli che aiutano il popolo, come il sacerdote e alcuni di noi.

Promuovere le loro capacità

Gli incontri settimanali hanno provocato uno scambio d'informazioni sulle capacità e l'interesse delle persone con la finalità di scoprire quelle cose che possono produrre degli utili.

Ho costatato che c'erano delle persone con competenze in tanti campi: cucina, edilizia, forno per il pane, acconciatura dei capelli, elettricità, informatica, e poi nell'ambito dell'amministrazione, della musica, della fisioterapia, della radiodiffusione, della falegnameria, dell'educazione, ecc. Ed erano tutti disoccupati.

Altri abitanti di quest'agglomerato sapendo, tramite i partecipanti dei gruppi, ciò che era successo, hanno manifestato il desiderio di partecipare a questa proposta. Oggi sono circa 400 le persone che si incontrano mensilmente.

Altri si uniscono a noi

Un momento decisivo è stato quando alcune persone che appartenevano ad un'altra condizione sociale, si sono unite a noi come volontari. Volevano fare qualcosa anche loro, ma non sapevano come. Sono medici, avvocati, ingegneri, musicisti, assistenti sociali, dentisti, pubblicisti, sarti, nutrizionisti, filosofi, studenti di medicina, di diritto, di ingegneria, di biblioteconomia, di sociologia, di storia, ecc. Quest'enorme gruppo ha preso contatto con diverse realtà della regione per aumentare le possibilità di cambiamenti sociali. Il parroco si è mostrato disponibile a collaborare, offrendo spazio e aiuto concreto.

Abbiamo aperto un centro di musica con quelli che arrivavano per i raduni di gruppo. Una musicista e una cantante delle *favelas* hanno formato dei cori. Alcune studentesse di diritto dell'università più vicina hanno iniziato l'assistenza giuridica con la supervisione di uno studio di avvocati amici. Mediante contatti via *internet* hanno convocato dei volontari per lavorare insieme a loro. Sono venuti in aiuto ben 15 avvocati, alcuni giovani laureati e diversi laureandi.

Tra loro c'è chi è specialista in diritto di famiglia, chi nel tributario, chi nel penale e uno in particolare ha preso in considerazione le questioni dei tossicodipendenti. Hanno poi proposto un lavoro educativo con i bambini, prendendo in esame i vari problemi della cittadinanza. Oltre a questo si sono associati ad un tribunale per cause sommarie. Tutto questo lavoro viene svolto al Centro Sanitario.

Abbiamo costituito una ONG per poter ottenere finanziamenti. Inoltre abbiamo avviato una proposta per stabilire un accordo con la vicina università, in vista di una integrazione tra quegli studenti e professori che svolgono servizi nelle aree della psicologia, del diritto, del *design*, della comunicazione e del servizio sociale. Cerchiamo pure di fare altri accordi con scuole di altri Paesi.

Ci hanno offerto una sala dove avrà luogo la nostra sede. In più potremo utilizzare i loro impianti. Non si potrebbe trovare un posto migliore di questo, giacché oltre ad essere pubblico è anche ricco di risorse naturali. È un'area rispettata sia dagli abitanti del posto che da quelli delle *favelas*. Un'area sicura che potrà rendere visibile il nostro progetto.

Quale il segreto del "successo"?

Mentre tutto sta andando avanti, mi domando quali siano state le condizioni che hanno favorito l'incontro di questi due gruppi così diversi socialmente.

Cos'è che ha permesso di collegare tante persone in un lavoro completamente spontaneo e senza retribuzione?

Cosa pensare del desiderio di comunione sia da parte dei volontari, sia da parte delle persone povere delle *favelas*?

Sembra che la nostra cultura capitalista abbia sviluppato, al posto della ottocentesca sindrome isterica, quella del disturbo dell'alimentazione negli aspetti dell'anoressia e della bulimia. Questa malattia moderna indicherebbe una difficoltà di identificazione, i cui effetti nella cultura sono: la morte della convivenza, la debolezza della funzione di scambio simbolico e la rottura del legame sociale, oltreché la chiusura in se stessi, al di fuori della dialettica propria della vita. Nell'anoressia le necessità vengono negate, ma viene preso in considerazione il culto dell'immagine. Nella bulimia invece si cerca di nascondere i vuoti in forma irresponsabile, mediante un consumo sfrenato, senza limiti, che conduce all'insoddisfazione e agli squilibri. In tutti due i casi comunque, c'è la rottura del legame sociale con l'altro.

Come imparare ad affrontare queste sfide? Da giovane, con l'esperienza che facevo nel Movimento dei focolari, avevo imparato e sperimentato che Dio è Padre e noi siamo tutti fratelli: dobbiamo perciò impegnarci per gli altri. Non sta qui il segreto ultimo dei frutti che stiamo raccogliendo?

Maria Inês Manna Julião

Un'esperienza che si è dimostrata valida in vari campi, anche nei seminari e nella vita sacerdotale

Psicologia e fede: una sintesi possibile

di Tania Borges

Forse nella psicologia, come in nessun altro campo, è decisiva la visione della vita del terapeuta e la conseguente scala di valori con cui egli motiva i suoi clienti. La presente esperienza, evitando dualismo e fondamentalismo, è una chiara testimonianza in questo senso.

Un amore che risana

Sono psicologa clinica ed esercito la mia professione da quattordici anni.

Nello spazio che considero "sacro" del mio studio professionale accolgo ogni giorno persone che soffrono le conseguenze della mancanza d'amore. Credo, infatti, che il disamore è l'origine di tutte le ferite che si trovano nelle persone. Nella mia pratica clinica, infatti, ho la conferma che la cura e la cicatrizzazione di queste ferite così dolorose avviene soprattutto attraverso la comprensione e l'accettazione incondizionata dell'altro.

Sempre di più constato che la competenza tecnica e scientifica, coniugate con umanità ed amore, sono capaci di realizzare il più grande dei miracoli: il riscatto della vita con il suo valore, la sua bellezza, la sua dignità.

Essere terapeuta per me significa avere il grande privilegio di poter penetrare nell'animo umano e condividere il mistero della sua esistenza; è poter partecipare della scoperta del suo valore personale, del riscatto della sua integrità e individualità, e da parte mia di contribuire a questa crescita.

Accolgo questo privilegio con gioia e gratitudine, cercando di esercitarlo con profonda responsabilità e consapevolezza. Sono convinta che questa è una missione, che esige da me di tenermi immersa nell'amore il più possibile genuino e dinsinteressato.

Trovo il fondamento di questo mio agire nella visione cristiana della vita, sapendo dalla mia fede che Dio è amore, e per amore ci ha creati a sua immagine e somiglianza. La nostra origine allora, è divina.

Credo che spesso le persone, come conseguenza di situazioni personali molto dolorose, non solo perdono l'equilibrio, ma viene meno anche la loro fede cristiana.

Ho avuto la possibilità di vivere esperienze interessanti, perché quando sono riuscita a far ritrovare loro l'umano, ho visto risplendere di nuovo anche il divino. A volte sento che il lavoro di psicologa è qualcosa di sublime, perché sperimento di essere un piccolo strumento dell'Autore della vita, per aiutare le persone nel riscatto della propria esistenza.

Terapia ed esperienza di vita

Quando condividevo l'esperienza dei giovani del Movimento dei focolari, sin d'allora

ero incantata al sentire da Chiara Lubich che il nostro distintivo dovrebbe essere la gioia. Oggi, come psicologa, credo che il mio distintivo deve essere quello della gioia di vivere e della fiducia incondizionata nell'essere umano.

Anche noi psicologi potremmo avere ricevuto ferite nelle nostre vicende personali, ma ho capito che queste non ci devono impedire di aiutare i nostri pazienti. Anzi, possono aiutarci ad accogliere il dolore altrui con una compassione senza limiti. Ho constatato che quanto più comprendo il mio dolore e riesco a trasformare la sofferenza in crescita, più ricca diventa la mia attività professionale.

Essere terapeuta, allora, non diventa soltanto qualcosa di teorico ma un'esperienza di vita. Nei libri e nei corsi fatti, ho appreso tante teorie e tecniche importanti, ma sento che imparo ad essere una vera terapeuta sopratutto nel mio stesso processo terapeutico, nella scoperta del mio valore personale, nel cammino spirituale che mi ha portato ad una convivenza con Gesù presente nella comunità dove c'è l'amore, nei tagli necessari e dolorosi che ho fatto per amare Lui, sino alla misura del suo abbandono sulla croce. Ed imparando ad essere terapeuta con ognuno dei pazienti, con ognuno divento più persona.

Devo dire che credo nella crescita personale e credo nella trasformazione dell'umanità, per questa trasformazione personale. Secondo me, il determinismo non esiste. Ognuno si costruisce la propria storia perché ha in sé una forza interiore che lo fa capace di tanto. Spesse volte la stessa forza interiore che distrugge una persona, può anche essere usata per farla vivere felice.

Esperienza ecclesiale

Già da bambina ho avuto un grande amore per la Chiesa e per l'umanità. Oggi sento una gioia profonda nel percepire come Dio, a poco a poco, sta rivelando il suo disegno sulla mia vita professionale donandomi la possibilità di servire la Chiesa e l'umanità in un modo concreto ed efficace come psicologa. Infatti, da alcuni anni lavoro nella formazione di *leaders* delle diverse attività pastorali della Chiesa. Adesso, oltre il lavoro nello studio clinico, sono incaricata dalla Conferenza nazionale dei vescovi del Brasile come coordinatrice del gruppo della bioetica nel settore della famiglia. Scrivo articoli di psicologia per una pubblicazione mensile a livello nazionale; insegno psicologia nel Seminario maggiore di Brasilia e, usando una metodologia teorico-pratica, promuovo dei corsi per religiose, seminaristi e sacerdoti a Brasilia e anche in altre diocesi del mio Paese. È un lavoro che sta dando tanti frutti.

Dopo uno di questi corsi, un partecipante ha così commentato: «Non avevo più la speranza, non sapevo più cosa fare, e in questi giorni ho ritrovato il senso della mia vita. È tornata la luce».

Un altro: «Questi giorni per me hanno segnato l'inizio di una nuova vita». Finito il corso, ha cominciato a fare la terapia e sta percorrendo un ottimo cammino di crescita interiore che gli sta permettendo di condurre un'esistenza serena.

Un seminarista mi ha scritto che la convivenza fra loro è diventata più gioiosa. Il suo rettore mi ha confermato che quest'anno in seminario c'è un clima molto sereno e fraterno: cosa che non succedeva da anni.

Durante l'anno santo, un vescovo mi ha invitato a parlare ai ministri dell'Eucaristia sulle tappe psichiche vissute dal malato terminale. Dopo il mio intervento, al quale sono seguite domande e risposte, molte persone sono venute a trovarmi, non più per farmi domande, ma per condividere le loro esperienze. Tra queste una mi ha detto: «È stato bello sentirti. Mi sono sentita capita. Sembrava che tu fossi con me e con mio marito all'ospedale. Tutto quello che tu hai detto è stato quello che noi abbiamo vissuto».

Una signora si è avvicinata con negli occhi una tristezza profonda e mi ha detto: «Sono venuta per chiederti un abbraccio». L'ho guardata con profondità e l'ho abbracciata, mettendo in quell'abbraccio tutto il mio amore.

Lei mi ha guardato nuovamente: era più serena e mi ha detto: «Tu non puoi immaginare il bene che mi hai fatto con le tue parole e con il tuo abbraccio. Sono venuta a chiederti un abbraccio, perché dall'amore con il quale tu hai parlato, ho capito che tu saresti in grado di capire il mio dolore: oggi si compiono quattro mesi dal giorno dell'assassinio di mio figlio che aveva appena 24 anni».

Dopo due anni sono tornata in quella diocesi per fare un corso sull'affettività. Tra le tante cose che ho detto, ho parlato sulle "polarità" presenti nel nostro essere. Ho concluso dicendo che, in ognuno di noi, c'è contemporaneamente una "strega" ed una persona "speciale", capace di ogni bontà e bellezza.

Nel primo intervallo alcune persone sono venute a parlare. Tra queste ho riconosciuto la signora dell'abbraccio. Mi disse: «Sono venuta a dirti che tu sei quella persona "speciale". Quando parli dell'amore, le tue parole penetrano in noi perché lo fai col cuore. Non ho mai dimenticato il tuo abbraccio e nei momenti di nostalgia, di disperazione, di rivolta, quel ricordo mi è stato di sostegno e di conforto».

In un corso sull'auto-conoscenza e sul rapporto interpersonale destinato ad un gruppo eterogeneo – tra loro c'erano pure dei sordomuti – uno di loro si è così espresso: «Con la tua gioia e tenerezza hai soffiato "sulla mia cenere" e mi hai aiutato a vedere il fuoco sottostante che io credevo fosse spento, che non ci fosse più. Sono felice e pieno di coraggio».

Alla fine sono venuti ad invitarmi per un altro incontro, questa volta solo con loro, con i sordomuti. E anche lì, pur non parlando il loro linguaggio e dovendo comunicare mediante l'interprete, ho constatato che il linguaggio dell'amore è universale, è capito da tutti e crea legami profondi.

Psicologia e formazione sacerdotale

Tante volte, in questi ultimi mesi, il Papa ha ribadito l'importanza della psicologia nella formazione integrale dei sacerdoti. Ha messo in luce però due aspetti ugualmente importanti nella formazione dello psicologo: la competenza professionale e la spiritualità.

Provo una grande gioia nel dare una risposta affermativa a questo desiderio del Santo Padre. Molti vescovi, quando mi chiamano nelle loro diocesi, motivano il loro invito, mettendo in rilievo giustamente queste due esigenze espresse dal Papa.

Dico con tutta franchezza che mi sento molto felice d'essere una psicologa per tutto quello che ha significato per la mia professione la spiritualità e la vita che ho ricevuto da Chiara, dal suo carisma che mi apre all'umanità e mi porta ad amarla nella sua diversità di culture e di situazioni sociali.

Chiara mi ha insegnato che è possibile la sintesi fra psicologia e fede, fra la psicologia e l'ideale evangelico dell'unità. Psicologia e fede: una sintesi che mi si conferma possibile e reale in questi giorni di congresso. Stiamo sperimentando l'incontro di una scienza a favore della vita e di un carisma di vita, dove ambedue hanno la loro bellezza e la loro ricchezza. Uno non annulla l'altro, non diminuisce il valore dell'altro e non lo sostituisce. I due si completano reciprocamente.

Con questa sintesi l'essere umano si arricchisce e, dalla sua trasformazione interiore, incomincia a sorgere una nuova umanità: quella che rompe con la mediocrità, che non si accontenta di giocare a vivere, ma cerca una vita nella sua pienezza più autentica.

Tania Borges

"Onirici" e "Unisono":
due complessi musicali composti da utenti di servizi psichiatrici

La musica risana

a cura di Roberto Marchioro

Un gruppo di utenti di servizi psichiatrici e di giovani volontari appassionati di musica stanno portando avanti un'esperienza valida anche dal punto di vista terapeutico. Alcuni dei giovani animatori, come Giovanni e Karla che partecipano alla narrazione dell'esperienza, appartengono ai Gen, diramazione giovanile del Movimento dei focolari.

I primi passi

Lavorando da 17 anni in questo campo (5 come neurologo e 12 come psichiatra) mi rendo conto che il trattamento delle persone con disturbi psichiatrici gravi necessita di una visione globale dell'essere umano, in cui vengano considerate e valorizzate tutte le sue componenti, non solo quelle istintive o "organiche", ma soprattutto quelle affettive, relazionali, sociali e anche spirituali e artistiche.

L'esperienza in atto nei nostri due gruppi musicali a Parma sta suscitando un notevole interesse perché punta a questa visione integrale della persona.

La mia esperienza inizia tre anni e mezzo fa, quando mi trasferisco da una città del Centro Italia a Parma, una città piccola, ma vivace e famosa non solo per le industrie alimentari, ma anche per essere ai vertici della qualità di vita nella nostra nazione.

Da allora sono nel servizio sanitario pubblico – precisamente nell'Azienda Sanitaria Locale o ASL – e lavoro in un ambulatorio in città e in una residenza per malati psichici gravi.

La situazione di Roberto

Tra i 20 ricoverati affetti da svariate patologie psichiatriche conosco Roberto di 32 anni, affetto da schizofrenia paranoica. Egli ascolta musica da solo tutto il giorno con le cuffie ad alto volume per non sentire le "voci" che gli provocano tanta angoscia. Ma questo non risolve i suoi problemi, anzi lo isola ancor più dal contesto sociale in cui vive. Prima di ammalarsi suonava bene la chitarra con altri, ma l'effetto della malattia, insorta sei anni prima del mio arrivo, era stato così devastante che aveva perso qualsiasi stimolo a ricominciare, rifiutando ogni proposta di tipo riabilitativo o risocializzante.

Il primo fattore terapeutico è stato per me, come psichiatra, quello di mettermi in silenzio per ascoltare il suo silenzio, per cogliere il significato profondo delle poche parole da lui pronunciate. Poi prestare attenzione ai suoi interessi, provare gusto per tutto quello che ci accomuna; sentire la sua stessa difficoltà nel sopportare persone care molto invadenti e pessimiste. Ci accorgiamo di avere qualcosa in comune: la passione per la musica *rock*, ma lui è più bravo di me. In passato

suonava con la chitarra elettrica i pezzi più famosi dei Pink Floyd e di Eric Clapton, io solo li ascoltavo. Questa musica – come era avvenuto per tanti milioni di giovani – ci aveva fatto sognare.

Scatta tra noi due qualcosa, un'intesa profonda: io potevo dare la mia competenza nel campo terapeutico, lui il suo sogno raccontato con la musica.

La situazione di Angelo

Il secondo paziente, grazie al quale è cominciata quest'esperienza, è Angelo, anche lui residente in quella vecchia struttura psichiatrica, ora chiusa perché indecorosa. Ha 30 anni ed è affetto da lieve oligofrenia e disturbi del comportamento, per cui di fronte a problemi piccoli (secondo noi) ha reazioni molto eclatanti. Spesso diventa aggressivo e chiede il ricovero in una struttura più protetta; solo che a volte lo chiede ad alta voce, altre volte rompendo qualcosa o scaricando la sua insoddisfazione contro qualcun altro.

C'è una forte tensione in lui e intuisco che tali reazioni emotive incontrollate sono scatenate da semplici dinieghi o delusioni, che denotano una grave povertà affettiva.

Il suo inserimento nel gruppo musicale, sebbene sfavorito dalle sue scarse competenze in merito, è supportato da un grande entusiasmo e sta andando bene, proprio perché ha trovato un giovane volontario che, seduto di fianco a lui, gli assicura quel supporto emotivo, affettivo e quella vicinanza "fisica" che gli danno sicurezza e coraggio.

Con loro due e poi con gli altri è stato molto utile, anzi determinante, far sperimentare un rapporto medico-paziente meno distaccato, più caldo ed empatico. Inoltre cerco di finalizzare la nostra relazione non a discutere quello che non va in loro, accentuando il loro senso di fallimento, ma soprattutto a valorizzare il talento artistico che c'è in ognuno e infine a condividere con loro un progetto: quello di formare un complesso musicale professionalmente preparato e competitivo.

Non sapendo né cantare né suonare, anche se mi piace ascoltare musica, per iniziare e sostenere un'iniziativa così complessa avevamo bisogno di qualcuno che ci aiutasse. Ho quindi proposto l'idea di formare un complesso musicale a Giovanni, che ci racconta come ha vissuto questa esperienza.

Importanza dei "volontari"

Giovanni:

«Ho 24 anni e da cinque vivo a Parma e frequento il corso universitario di scienze e tecnologie alimentari.

Ho sempre avuto una forte passione per la musica, che mi ha portato a fare scelte sempre più importanti e, crescendo, più mature. Vivo la musica come fosse la colonna sonora della mia vita.

La proposta di Roberto mi ha subito interessato, in quanto da tempo desideravo che la mia passione per la musica potesse essere in qualche modo un servizio per gli altri. Avvertivo però un po' di paura verso questo ambiente a me completamente sconosciuto. Sentivo di avere molti pregiudizi; pensavo ad esempio che questi ragazzi fossero violenti oppure che fosse molto difficile instaurare un rapporto con loro. Fidandomi però di Roberto, spostai le mie paure e mi buttai deciso in questa avventura. In seguito scoprii che il mio timore era veramente infondato.

Incominciai da solo con quattro di loro e cercai subito di impostare un rapporto di amicizia vera in un clima di reciproca fiducia, fino al punto di trascorrere insieme dei momenti in cui, smettendo di suonare, parlavamo spontaneamente dei nostri problemi. Una volta, per esempio, uno di questi ragazzi incontrò una mia cara amica e le chiese come secondo lei io stavo, perché lui mi aveva visto un po' giù di corda, e le raccomandò di starmi particolarmente vicino.

La provvidenza e la comunione dei beni con altri gen ci aiutarono molto, all'inizio, a recuperare tutti gli strumenti musicali che ci servivano, anche se vecchi, ma funzionanti.

Nel corso del primo anno capii che dovevo distaccarmi dalla fretta di ottenere risultati immediati, ma ricominciare sempre e guardare in avanti, maturando così un senso di continuità sempre più forte. Dovevo apprezzare e valutare ogni loro piccolo miglioramento, pur deciso nel dare serietà e continuità all'esperienza.

Dopo qualche delusione in campo musicale, ma anche in aspetti molto importanti come le relazioni all'interno del gruppo, decisi di chiedere rinforzi, allargando la proposta a quattro altri gen.

La formazione del gruppo cambiò ancora diverse volte, qualcuno se ne andò perché poco interessato o discontinuo, altri pazienti, vedendoci suonare, si avvicinarono e noi volentieri li accogliemmo, finché circa un anno fa, la formazione si è definita. Ora siamo in dieci: cinque gen volontari e cinque pazienti. Ho capito, infatti, che accanto ad ogni paziente ci deve essere una persona che lo segue da vicino musicalmente, senza sostituirsi a lui.

A questo punto gli "Onirici", superate diverse difficoltà, hanno realizzato più di una ventina di concerti, non solo in città ma anche fuori provincia come a Trento, Bologna, Reggio Emilia, ed hanno raggiunto un livello musicale e un genere di spettacolo apprezzato e piacevole per un pubblico molto vario. È stata realizzata una videocassetta di un nostro concerto e ora speriamo di ottenere un finanziamento dalla Comunità Europea per un CD audio e un *video-clip*».

L'esperienza va avanti

Riguardo al volontariato in psichiatria, grazie anche alla positiva esperienza di questi giovani, ora la ASL lo vede positivamente e ha deciso di incentivarlo, proponendo un corso di formazione, pagando l'assicurazione contro gli infortuni e dando la possibilità di rimborsare le spese concordate per le varie iniziative.

Quanto ai miei colleghi psichiatri e infermieri, la mia proposta è stata subito accolta con favore dal primario e in generale da tutti i medici. Naturalmente accoglienza non significa coinvolgimento, ma devo dire che due infermieri ci stanno aiutando moltissimo sotto l'aspetto organizzativo per i viaggi e la preparazione dei concerti.

Dopo i primi quattro spettacoli del 2000, il primario si mostra entusiasta e mi incoraggia a presentare il progetto e a chiedere un cospicuo finanziamento al direttore dell'Azienda Sanitaria Locale di Parma.

In Italia, ogni anno, quando si parla di *deficit* dello Stato subito ne viene data la colpa alla sanità, e quindi vengono operati nuovi tagli al finanziamento della sanità pubblica. Il nostro direttore dell'ASL è molto attento su questo punto. Io sono l'ultimo arrivato dei medici psichiatri, ma il primario m'incita a chiedere il massimo. Chiediamo un colloquio, presento il progetto e chiedo un finanziamento per comperare tutti gli strumenti nuovi. Il direttore è contentissimo del progetto e approva, seduta stante, tutte le richieste. Ora ogni tanto lo aggiorno. So che ha letto l'articolo pubblicato su di noi nella rivista "Città Nuova" e la tiene ancora sul suo tavolo. È orgoglioso della nostra esperienza.

Risultati

Alcuni importanti effetti che abbiamo riscontrato negli utenti sono stati:

Superamento della paura di esibirsi in pubblico e di fare fallimento. Quest'ostacolo è stato superato esponendo gradualmente il gruppo e inviando alcuni di loro in forma anonima in concerti più impegnativi.

Miglioramento dell'autostima, grazie alle ripetute prove, agli incoraggiamenti e alla verifica sul campo dei miglioramenti. Rossano diceva che ora si sente molto meglio di prima, proprio perché è valorizzato e apprezzato, tanto da incontrare persone sconosciute per strada che lo riconoscono come musicista di quel gruppo e si congratulano con lui.

Miglioramento dei rapporti con i familiari, che vedono il loro figlio non più come un fallito o un pazzo, ma come una persona che, nonostante la persistenza di alcune tematiche di difficile comprensione, nonostante alcuni fallimenti passati, sta dimostrando di avere delle buone capacità musicali e quindi di essere portatore di valori.

A livello clinico, si è notato:

Un grosso cambiamento motivazionale: è come se prima questi utenti vagassero senza meta, mentre ora hanno uno scopo importante per cui vivere.

I comportamenti devianti di alcuni, che sfociavano in abusi alcolici, spese eccessive per dipendenza patologica da videogiochi, ecc., si sono notevolmente ridotti ed essi hanno acquistato un maggiore autocontrollo.

È migliorata la socializzazione anche all'esterno del gruppo, sia a livello quantitativo che qualitativo.

È migliorata la *compliance* (condiscendenza) verso la terapia – tutti la continuano, anche se a dosaggi inferiori rispetto a due anni fa – e verso il primo farmaco, che è il proprio psichiatra curante.

Inizialmente si sono molto ridotti i ricoveri in reparti psichiatrici, per cui l'effetto ci sembrava quasi "miracoloso": poi, dopo circa due-tre anni, le giornate di degenza sono tornate ai livelli precedenti. Vi è però una differenza sostanziale: i ricoveri ora sono richiesti dai pazienti stessi, quando avvertono di non sentirsi "in forma", e durano di meno e la demissione è più rapida, in quanto c'è un grosso stimolo a tornare a suonare.

Abbiamo fatto uno studio su quali sono i sintomi che migliorano di più, usando il test B.P.R.S. *(Brief psychiatric rating scale),* ottenendo la conferma di un ottimo miglioramento di alcuni sintomi come l'ostilità, le tendenze suicide, il disorientamento, i sentimenti di colpa, la depressione, il pensiero insolito, l'appiattimento affettivo, il ritiro emotivo, l'iperattività motoria, la preoccupazione somatica.

Ma ciò che più ci dà soddisfazione è vedere questi ragazzi felici, contenti, vivi, in quanto hanno trovato uno scopo per cui vivere e un gruppo di veri amici con cui condividere questa passione musicale e, speriamo, altre.

Alcuni frutti

Giovanni:

«Personalmente dopo quattro anni di questa magnifica esperienza sento di aver dato molto, ma anche di aver ricevuto tantissimo. È stata per me una palestra dove ci si allena a dare proprio tutto. Ho avuto modo di farmi uno con loro, con le loro preoccupazioni, ascoltandoli attentamente.

I problemi non mi hanno spaventato o sconvolto, perché cercavamo sempre di tenere vivo l'amore scambievole, vedendo il positivo, valorizzando sempre di più le loro capacità e trasmettendo la stima che ho per loro. Non mi mancava poi l'appoggio degli altri gen, anzi ognuno di loro sta vivendo con me questa avventura.

Un'esperienza forte l'abbiamo vissuta l'estate scorsa quando siamo andati in vacanza all'isola d'Elba. Eravamo circa 600 persone tra pazienti, operatori della salute mentale e volontari di tutta Italia, per una serie di tornei di calcio e pallavolo. Noi abbiamo animato due serate con la nostra musica. Sei giorni e sei notti con questi ragazzi tanto originali, ma anche così sensibili all'amicizia e all'amore, ci hanno convinto che sono i primi a voler veramente costruire un mondo dove regni la fraternità universale».

Roberto:

«Ho cominciato a suonare la chitarra elettrica a 21 anni e mi dava molta soddisfazione. Però ho passato una crisi molto forte e non sono più riuscito a suonare. Vedevo tutto nero. Ho perso tutti gli amici e mi sono ritrovato solo, più volte ho pensato a quella cosa brutta che è il suicidio.

Poi con l'aiuto delle medicine, dei dottori, dei familiari, soprattutto della musica ho ritrovato la speranza di vivere e di andare avanti. Il mio sogno era quello di suonare

davanti a migliaia di persone e grazie agli "Onirici" questo sogno si sta realizzando».

Angelo:

«Ho iniziato suonando in questa orchestra. Prima non riuscivo mai a parlare, a scherzare con gli altri, perché ero sempre impillolato di psicofarmaci, di alcool o di droga. Vivendo in questo gruppo da quasi tre anni, ho imparato a rapportarmi con gli altri, a scherzare, a giocare, a vivere».

Nuovo gruppo musicale

Karla:

«Sono brasiliana, musico-terapeuta e risiedo a Parma da un anno. Mi sono laureata in Brasile, ma non avevo mai lavorato nel campo delle malattie mentali, a parte il tirocinio nelle strutture pubbliche, che oltretutto non è stato tanto positivo.

Quando il dr. Roberto Marchioro mi ha proposto di presentare all'ASL un progetto di musico-terapia, mi sono sentita a disagio soprattutto per l'esperienza negativa vissuta con questo tipo di patologia che mi aveva procurato molte insicurezze e paure. Il progetto non si è concretizzato subito e il dottore mi ha riproposto un volontariato nel Centro di salute mentale dove lui lavora, di modo che io potessi lavorare con la musica, coinvolgendo gli utenti, conoscendoli e cercando di vincere queste mie paure personali. L'esperienza è durata tre mesi con sedute una volta alla settimana ed è stata molto positiva.

Effettivamente vedevo risultati favorevoli in pazienti più gravi, ma gli utenti affetti da disturbi psichici meno gravi, come schizofrenici compensati, chiedevano altro: volevano cantare oppure imparare a suonare uno strumento, perché l'attività musico-terapeutica per loro non era molto interessante.

Allora facendo una verifica con il dr. Roberto abbiamo pensato di provare con queste persone, che tra l'altro avevano competenze musicali, a formare un complesso seguendo più o meno l'esperienza del gruppo "Onirici". La formazione iniziale era composta solo da donne, ma strada facendo abbiamo perduto pazienti e volontari e, non avendo noi molte abilità musicali, abbiamo deciso di aprirci e siamo diventati un gruppo misto denominato "Unisono".

La scelta del nome è stata interessante perché quando l'ho suggerito insieme ad altri nomi, tutti l'hanno preferito. Valerio il tastierista ha detto: "È bello 'Unisono', perché mi dà l'idea di suonare in sintonia, di essere una cosa sola, insomma una sola voce...".

Egli è un ex-tossicodipendente che, attraverso la musica, ha ritrovato una motivazione in più per vivere, ha scritto quattro canzoni incidendo un CD, dove canta suonando tastiera e sassofono. Ormai siamo in otto persone, di cui cinque vengono da situazioni diverse di vita e tre sono volontarie.

Altre due ragazze si sono rese disponibili per aiutarmi in questo volontariato, ma non è stato facile con loro perché non hanno una motivazione ideale. Questo a volte mi ha fatto provare una sensazione di solitudine, stanchezza e demotivazione. In questi momenti, insieme a Roberto, abbiamo ravvivato l'impegno di vivere l'arte di amare, che ha trasformato ogni difficoltà in una pedana di lancio per continuare con impegno il nostro lavoro. Oggi una delle due ragazze, da anni lontana dalla vita della Chiesa, partecipa con altri giovani agli incontri mensili promossi dal Movimento dei focolari per illuminare la propria vita col Vangelo.

Ad un certo momento abbiamo proposto al nostro gruppo di visitare la cittadella dei focolarini a Loppiano (Firenze) il 1° maggio, quando si ritrovano lì migliaia di giovani per una giornata di testimonianza e di vita evangelica. La visita ha senz'altro toccato ognuno a suo modo e li ha aiutati a conoscersi reciprocamente e ad approfondire il rapporto di collaborazione e amicizia.

La mia riflessione finale è che se la musica è un linguaggio universale e l'amore è così essenziale per ogni essere umano, le due cose messe insieme si completano e possono veramente potenziare tanti aspetti della vita umana, soprattutto se si cerca di costruire un rapporto di comunione.

Un mese fa abbiamo debuttato nella città di Imola e il momento più forte è stato quando ci siamo allontanati da tutti per fare insieme una preghiera e per un momento di rilassamento. Tutti hanno partecipato e qualcuno ha detto che in quel momento ha buttato via molte emozioni negative. Infatti sono entrati nel palco meno ansiosi e più sicuri.

Patrizia, la cantante che tra l'altro soffre di epilessia ed era stata in coma un mese prima, era entusiasta e ha detto: "Non stavo bene questa settimana, ma ho detto al dottore che sabato dovevo cantare, perciò se avessi dovuto essere ricoverata per un controllo, doveva farlo da lunedì in poi".

Adesso dobbiamo andare avanti. Ho imparato che un laboratorio musicale può portare al gruppo effetti benefici importanti, così come la musico-terapia, e che se faccio volontariato non svaluto la mia professionalità, anzi cresco come dono di me stessa agli altri e imparo a cogliere il centuplo che Dio mi fa arrivare attraverso di loro; tanto è vero che poco tempo fa è stato approvato dalla ASL il mio progetto iniziale di musico-terapia».

Conclusione

Dalla nostra esperienza con questi due complessi musicali ci sembra di poter dire che l'approccio psicologico relazionale, come intuito da Chiara Lubich e approfondito in questo Congresso, appare molto utile anche nel rapporto con i pazienti affetti da grave patologia psichiatrica.

La musica è un ottimo strumento comunicativo, che crea nuove relazioni e legami, al di là delle storie precedenti di ognuno. Anche se non si hanno basi molto approfondite di musico-terapia, i risultati possono essere positivi.

L'esperienza di gruppo mi sembra fondamentale, un gruppo in cui tutti sono paritetici, perché tutti hanno qualcosa da donare e qualcosa da ricevere, in vista di un obiettivo comune.

Il contatto con altri giovani stimola i pazienti a dare il meglio di sé ed essendo l'ambiente molto aperto e disponibile, si superano facilmente le diffidenze reciproche e si riesce a sperimentare un buon inserimento sociale.

Il miglioramento soggettivo della qualità della vita, fino alla guarigione clinica e al reinserimento sociale dei nostri pazienti più gravi, può talvolta sembrare una chimera, ma questa piccola esperienza dimostra che molto si può fare per incamminarsi in quella direzione.

a cura di Roberto Marchioro

INDICE ANALITICO 2002

All'interno delle singole tematiche gli autori degli articoli sono in ordine alfabetico. Dopo il titolo di ogni articolo seguono il numero dell'anno, quello del fascicolo ed infine quello della pagina.

SPIRITUALITÀ

Gesù crocifisso e abbandonato

LUBICH Chiara

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

ASPETTI DELLA VITA CRISTIANA

Testimonianza e irradiazione

LUBICH Chiara

La nuova evangelizzazione. Dieci principi della "nuova evangelizzazione" nel pensiero di Giovanni Paolo II e l'apporto che può venire dal Movimento dei focolari per attuarli. 2002/2/46

RUSSO M. Cristina e FALETTI Giancarlo

L'Operazione "Roma-Amor". Il contributo del Movimento dei focolari per ravvivare la vita cristiana nella città di Roma. 2002/2/56

Sapienza e studio

FORESI Pasquale

Scegliere la sapienza. 2002/1/3

LUBICH Chiara

L'amore genera sapienza. Al cristiano non basta lo studio, occorre la sapienza. Come acquistarla? 2002/1/4

NORRIS Thomas

Teologia e vita: un binomio inscindibile. Riflessi teologici di un'esperienza che rende più credibili ed attraenti le realtà cristiane. 2002/118/4

PEPE Enrico

Chi vive la sapienza è credibile (Editoriale). 2002/1/1

ZANGHÌ Giuseppe

Per una visione sapienziale della cultura contemporanea. Motivi di speranza nella crisi del mondo d'oggi. 2002/1/12

VITA DELLA CHIESA

Chiesa comunione

GIOVANNI PAOLO II

La Chiesa è missione perché è comunione. 2002/3/76

Chiesa nel mondo e missioni

NGABU Faustin

Un fuoco distruttore e purificatore. Una lettera sapienziale sulla tragedia del popolo di Goma. 2002/3/82

ZANI Vincenzo

Evangelizzare la nostra cultura: un progetto della Chiesa in Italia. "Un (...) apporto qualificato dei cattolici alla vita del Paese". 2002/2/52

Documenti

GIOVANNI PAOLO II

La Chiesa è missione perché è comunione. 2002/3/76

Nuovo impulso all'ecumenismo. Comunione: dono e impegno. Messaggio al Card. Kasper. 2002/1/31

Un'autentica e profonda spiritualità di comunione. Ai vescovi amici del Movimento dei focolari. 2002/2/44

MEDINA ESTÉVEZ Jorge A.

Pietà popolare e liturgia. 2002/3/95

Movimenti ecclesiali

GIOVANNI PAOLO II

Alla Comunità di Sant'Egidio. 2002/2/65

All'Opus Dei. 2002/2/65

A Comunione e Liberazione. 2002/2/66

Sacerdoti

GBOSIMBA Antonio M.

La vita di comunione prepara al ministero (Flash di vita). Formarci alla comunione. 2002/3/92

DUS Ramón

Un'esperienza di formazione. La nostra comprensione della Parola di Dio si arricchisce vivendo la sapienza. 2002/1/24

Seminari e vocazioni

AA. VV.

Notizie dal mondo dei seminari – 32. Entrare nella logica della comunione. 2002/1/37

Notizie dal mondo dei seminari – 33. Comunione e Mistero pasquale. 2002/2/69

VIE DELLA PASTORALE

Evangelizzazione

CAMPAGNOLO Lorenzo

Omelie per vivere la Parola. Preparare insieme le omelie, puntando sulla vita per suscitare comunità che si nutrono di Vangelo. 2002/1/28

HEMMERLE Klaus

Come comunicare la Parola. 2002/2/43

LUBICH Chiara

La nuova evangelizzazione. Dieci principi della "nuova evangelizzazione" nel pensiero di Giovanni Paolo II e l'apporto che può venire dal Movimento dei focolari per attuarli. 2002/2/46

PEPE Enrico

Chi vive la sapienza è credibile (editoriale). 2002/1/1

Annuncio rispettoso (editoriale). 2002/2/41

RUSSO M. Cristina e FALETTI Giancarlo

L'Operazione "Roma-Amor". Il contributo del Movimento dei focolari per ravvivare la vita cristiana nella città di Roma. 2002/2/56

ZANI Vincenzo

Evangelizzare la nostra cultura: un progetto della Chiesa in Italia. «Un (...) apporto qualificato dei cattolici alla vita del Paese». 2002/2/52

Pastorale parrocchiale

BALLARINI Francesco

Varcare i confini della propria Chiesa. Per un fruttuoso dialogo all'interno e con le altre comunità cristiane. 2002/4-5/132

CHIARLE Vincenzo

Testimoniare Dio anche col canto. L'esempio di Maria Orsola Bussone continua ad attirare tanti giovani. 2002/4-5/126

COCCO LASTA Mariano

Tanto amore e un pizzico di fantasia. Come si possono evangelizzare oggi gli abitanti di una parrocchia. 2002/2/61

Un grande messaggio in piccoli gesti. Crescono in parrocchia l'unità e la fiducia. 2002/3/91

CODA Piero

La via del dialogo all'alba del terzo millennio. Il cammino percorso dalla Chiesa cattolica sulla via dei quattro dialoghi dal Concilio Vaticano II ad oggi. 2002/4-5/118

COLA Silvano

Primo dialogo: nella propria Chiesa. Per un proficuo dialogo tra i Movimenti ecclesiali dentro la propria Chiesa. 2002/4-5/136

DIANA Arnaldo

Dialogo con persone di convinzioni diverse. Intervista. 2002/4-5/156

HEIJLIGERS André

Movimenti ecclesiali in armonia. Testimonianza. 2002/4-5/140

LUBICH Chiara

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

MALAVASI Carlo

Una comunità che accoglie tutti. Testimonianze. 2002/4-5/160

MOLINAROLI Mario

Percorsi di integrazione fra persone di culture e religioni diverse. Testimonianze. 2002/4-5/154

NAGY Károly

L'amore fa breccia in un mondo scristianizzato. Come dialogare con un mondo estraneo e indifferente? 2002/4-5/129

RAGGIO Adolfo

Dialogo: urgenza improrogabile (editoriale). 2002/4-5/99

SANTORO Carlo

Far brillare nella parrocchia i colori dell'arcobaleno. Partendo da una tradizionale novena un parroco riesce ad illuminare col Vangelo gli aspetti concreti della vita quotidiana. 2002/3/86

WEISS Josef

Dialogo fra etnie. Le diversità vissute come dono reciproco. 2002/4-5/124

Dialogo dentro la propria Chiesa

CODA Piero

La via del dialogo all'alba del terzo millennio. Il cammino percorso dalla Chiesa cattolica sulla via dei quattro dialoghi dal Concilio Vaticano II ad oggi. 2002/4-5/118

COLA Silvano

Primo dialogo: nella propria Chiesa. Per un proficuo dialogo tra i Movimenti ecclesiali dentro la propria Chiesa. 2002/4-5/136

LUBICH Chiara

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

RAGGIO Adolfo

Dialogo: urgenza improrogabile (editoriale). 2002/4-5/99

Dialogo ecumenico

BALLARINI Francesco

Varcare i confini della propria Chiesa. Per un fruttuoso dialogo all'interno e con le altre comunità cristiane. 2002/4-5/132

EVANS Christopher

Il comandamento nuovo ravviva una parrocchia anglicana. Testimonianza. 2002/4-5/148

FALLACARA Gabriella

Dialogo ecumenico (intervista). 2002/4-5/143

GIOVANNI PAOLO II

Nuovo impulso ecumenico. Comunione: dono e impegno. Analisi dei risultati dei dialoghi e futuro della ricerca ecumenica. Messaggio al card. Kasper. 2002/1/31

In dialogo con la Chiesa Ortodossa di Grecia. 2002/2/68

LUBICH Chiara

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

REDAZIONE (a cura della)

Convegno ecumenico di vescovi. 2002/1/33

Il dialogo teologico tra cattolici e anglicani. 2002/1/36

Lavorare per l'unità tra Oriente e Occidente. 2002/1/35

Dialogo interreligioso

DALLAPICCOLA Natalia

Dialogo interreligioso. Intervista. 2002/4-5/150

LUBICH Chiara

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

MOLINAROLI Mario

Percorsi di integrazione fra persone di culture e religioni diverse. Testimonianze. 2002/4-5/154

Dialogo col mondo contemporaneo

CAMBÓN Enrique

Declino della religione? (editoriale). 2002/3/73

CODA Piero

La via del dialogo all'alba del terzo millennio. Il cammino percorso dalla Chiesa cattolica sulla via dei quattro dialoghi dal Concilio Vaticano II ad oggi. 2002/4-5/118

DIANA Arnaldo

Dialogo con persone di convinzioni diverse (intervista). 2002/4-5/156

LUBICH Chiara

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

MALAVASI Carlo

Una comunità che accoglie tutti. Testimonianze. 2002/4-5/160

NAGY Károly

L'amore fa breccia in un mondo scristianizzato. Come dialogare con un mondo estraneo e indifferente? 2002/4-5/129

ZANGHÌ Giuseppe

Per una visione sapienziale della cultura contemporanea. Motivi di speranza nella crisi del mondo d'oggi. 2002/1/12

ZANI Vincenzo

Evangelizzare la nostra cultura: un progetto della Chiesa in Italia. "Un (...) apporto qualificato dei cattolici alla vita del Paese". 2002/2/52

WEISS Josef

Dialogo fra etnie. Le diversità vissute come dono reciproco. 2002/4-5/124

Varie

CHIARLE Vincenzo

Testimoniare Dio anche col canto. L'esempio di Maria Orsola Bussone continua ad attirare tanti giovani. 2002/4-5/126

TEOLOGIA E CULTURA

Chiesa, carismi e ministeri

REDAZIONE (a cura della)

La Parola del Papa: all'Opus Dei; alla Comunità di Sant'Egidio; a Comunione e Liberazione. 2002/2/65

Chiesa e comunione

BLAUMEISER Hubertus

Gesù abbandonato e la Chiesa. Il divino penetra nell'umanità attraverso la "Ferita dell'abbandono". 2002/3/78

CODA Piero

La via del dialogo all'alba del terzo millennio. Il cammino percorso dalla Chiesa cattolica sulla via dei quattro dialoghi dal Concilio Vaticano II ad oggi. 2002/4-5/118

GIOVANNI PAOLO II

La Chiesa è missione perché è comunione. 2002/3/76

Un'autentica e profonda spiritualità di comunione. Ai vescovi amici del Movimento dei focolari. 2002/2/44

LUBICH Chiara

Come realizzare la comunione. 2002/3/75

Gesù abbandonato: via maestra per una comunità in dialogo. Gesù crocifisso e abbandonato è l'icona di ogni vero dialogo. 2002/4-5/106

Parola e annuncio

DUS Ramón

Un'esperienza di formazione. La nostra comprensione della Parola di Dio si arricchisce vivendo la sapienza. 2002/1/24

HEMMERLE Klaus

Come comunicare la Parola. 2002/2/43

NORRIS Thomas

Teologia e vita: un binomio inscindibile. I riflessi teologici di un'esperienza che rende più credibili e attraenti le realtà cristiane. 2002/1/18

PEPE Enrico

Chi vive la sapienza è credibile (editoriale). 2002/1/1

Annuncio rispettoso (editoriale) 2002/2/41

Mondo dell'arte

IERVOLINO Mimmo

Dialogo d'amore (Inno). 2002/4-5/164

Psicologia/Pedagogia e formazione

ACETI Ezio

Il bambino e la scoperta dell'amore. I cardini fondamentali per lo sviluppo evolutivo dell'essere umano dal concepimento all'età adulta. 2002/6/219

BOLKART Matthias

Capacità di affrontare i conflitti. Un progetto di ricerca in psicologia della comunicazione. 2002/6/228

BORGES Tania

Psicologia e fede: una sintesi possibile. Un'esperienza che si è dimostrata valida anche nei seminari e nella vita sacerdotale. 2002/6/236

CAVALERI Pietro Andrea e TAPKEN Andreas

Da una visione individualistica alla relazionalità. L'altro nella psicologia contemporanea: il nuovo paradigma della relazionalità. 2002/6/203

COLA Silvano

Verso un pieno umanesimo: orizzonti nuovi in psicologia. Non c'è rottura né dicotomia tra "natura" e "soprannatura": il divino è la pienezza dell'umano: prospettive psicologiche. 2002/6/187

D'ANTIOCHIA Maria Assunta

Prevenire, mantenere, indurre salute. Smettere di pensare a sé come unico referente, ma correlarsi di più e senza confini. 2002/6/217

DE LUCA Graziella (a cura di)

L'arte di amare. Solo rapporti ispirati dall'amore disinteressato possono fare dell'umanità una famiglia. 2002/6/183

FERRARI Amedeo

Valore psicologico del "saper perdere". La legge fondamentale dello sviluppo della persona. 2002/6/209

IONATA Pasquale

L'affermazione "Dio è amore" e la psicologia. Amare ed essere amati: fondamento della propria identità. 2002/6/195

LUBICH Chiara

Carisma dell'unità e psicologia. Il contributo del Movimento dei focolari. 2002/6/175

MAGARI Simonetta

Presentazione del Congresso sulla psicologia. 2002/6/172

MANNA JULIÃO Maria Inês

Prima di tutto creare rapporti. La psicoterapia messa a servizio della promozione umana e sociale. 2002/6/233

MARCHIORO Roberto (a cura di)

La musica risana. "Onirici" e "Unisono": due complessi musicali composti da utenti di servizi psichiatrici. 2002/6/239

PETRILLO Maddalena.

La relazione: genitori-bambino disabile. Apporto per un capitolo importante di neuropsichiatria infantile. 2002/6/225

REICHEL Elisabeth

Psicologia e vita cristiana. Come tutte le scienze la psicologia può aiutare a scoprire che i valori evangelici sono essenzialmente veri valori umani. 2002/6/230

ZANGHÌ Giuseppe Maria

L'alba di un mondo diverso. Un modo nuovo di pensare cerca di aprirsi strada nelle vicissitudini e sofferenze dell'umanità di oggi. 2002/6/178

gen's
rivista di vita ecclesiale

Editore: Silvano Cola

Direttore responsabile: Giuseppe Garagnani

Comitato di redazione: Enrico Pepe, Enrique Cambón, Lino D'Armi, Hubertus Blaumeiser.

Direzione, amministrazione e redazione: Via della Pedica, 28 - 00046 Grottaferrata (Roma), tel. 06-94315553, fax 06-94315917 - Inviare offerte per stampa e spedizione al Conto Corrente Postale n. 36320000 intestato a: PAMOM Periodico Gen's - Casella postale 21 - 00046 Grottaferrata (Roma) - Autorizzazione del Tribunale di Roma n. 13.802 dell'11 marzo 1971 - Stampato dalla Tipografica Palozzi s.n.c. - Via Vecchia di Grottaferrata, 4 - 00047 Marino (Roma) - Approvazione ecclesiastica: Frascati (Roma).

Edizioni estere:

Lingua Inglese:

Being one, c/o Brendan Leahy, Focolare Centre, Prosperous, Co. Kildare, Irlanda.

Gen's, c/o Victor Agius, Gen's, P.O. Box 328, Ayala Alabang Village Post Office, 1799 Muntinlupa, Metro Manila, Filippine.

Gen's, c/o Michael Mulvey, 194 Cardinal Road, Hyde Park, New York 12538, U.S.A.

Bilingue Inglese/Cinese:

Being One, c/o Fr. Peter Leung, 2A Broadwood Rd., Happy Valley, Hong Kong.

Lingua Francese:

Chemins d'unité, 1 quartier de la Citadelle, F- 25680 Rougemont, Francia.

Lingua Spagnola:

Gen's, c/o Jorge M. Frigerio, Calle 39 No. 21-26, A. A. 8447, Santafé de Bogotá. tel. 91-2855479, Colombia.

Prisma, perspectivas de unidad, c/o Manuel Bru Alonso Pedro Damián 22, 28036 Madrid, Spagna.

Prisma, perspectivas de unidad, Rawson 237, (1182) Buenos Aires, Argentina.

Lingua Portoghese:

Perspectivas de Comunhão, Cx. Postal 18, 06730-970 Vargem Grande Paulista - SP, Brasile.

Sinais. Textos de vida eclesial, Residencia Paroquial de Real, 4700 Braga, Portogallo.

Lingua Tedesca:

Das Prisma, Verlag Neue Stadt, Münchener Str. 2, D-85667 Oberpframmern, Germania.

Ai sensi della legge
n. 675 / 1996
per la tutela dei dati personali,
comunichiamo che
gli indirizzi di quanti ricevono
questa rivista
fanno parte dell'archivio
della rivista *Gen's*
gestito da PAMOM
esclusivamente
per la finalità dell'invio
della predetta rivista.

bimestrale - numero speciale