

Credere a Dio o alla psicologia?

Samuela Rigon

Attualmente l'intervento della psicologia nel cammino formativo della vita cristiana sembra destare dibattiti dai toni meno accesi rispetto a qualche anno fa. Negli ambienti educativi è più raro incontrare formatori decisamente allergici o chiusi, almeno in lirica di principio, al contributo delle scienze umane, e sembra più esiguo anche il gruppo di coloro che guardano alla psicologia come al rimedio universale di ogni difficoltà o problema.

Ho l'impressione che oggi il cuore della questione non sia tanto l'utilità o meno della psicologia in questo ambito particolare, quanto invece il rapporto tra l'aiuto psicologico e il cammino spirituale teologico, rapporto che risulta ancora piuttosto vago e confuso e che certamente necessita di un maggior approfondimento.

Si tratta quindi di chiederci in *che modo* le scienze umane possono offrire il loro contributo specifico al cammino della formazione cristiana e vocazionale.

Crescita umana e cammino di santità

Certamente lo sguardo attento di un rettore di seminario non ha difficoltà a capire che il giovane seminarista, che, ad esempio, sa intessere solo relazioni aggressive e di dominazione ha bisogno di un aiuto specifico. Allo stesso modo, sarà necessario l'intervento di un esperto per la novizia che ha un rapporto eccessivamente scorretto con il cibo o per la giovane che si lascia ingoiare da sentimenti depressivi che dipingono di nero tutta la sua giornata. Ben venga l'aiuto dell'esperto, se c'è bisogno di risolvere un problema! È questione di buon senso chiedere l'aiuto dell'esperto psicologo per le situazioni visibilmente problematiche e difficili, dove i mezzi tradizionali si mostrano insufficienti. Ma questo significa allora che in tutte le altre situazioni la psicologia non ha niente da offrire?

«Senza un'opportuna formazione umana l'intera formazione sacerdotale sarebbe priva del suo necessario fondamento»¹ cori queste parole e altre simili i documenti della chiesa richiamano in continuazione l'importanza della maturità Umana nel cammino della formazione cristiana e religiosa. Se è vero che ci vogliono delle condizioni umane per seguire Gesù, è anche vero che non esiste età che possa vedere conclusa la maturazione della persona²: chi di noi si sentirebbe autentico nell'affermare di aver completato la propria crescita e il proprio divenire come uomo o come donna?

Talvolta guardiamo alla formazione umana come a una realtà statica, un obiettivo raggiunto o raggiungibile una volta per tutte, per cui dopo non ci si deve più pensare! Oppure si parte dalla convinzione che l'annuncio dei valori cristiani è inutile se prima non si è mandato il giovane dallo psicologo: prima si costruisce l'umano e solo dopo c'è spazio per la crescita religiosa, come se la persona fosse fatta a cassetti.

La prospettiva da assumere è un'altra perché, nel concreto dell'esistenza, la persona diviene nella sua umanità e, contemporaneamente, come dialogante con Dio: «La formazione umana, se sviluppata nel contesto di un'antropologia che accoglie l'intera verità dell'uomo, si

¹ *Pastores dabo vobis* (=PDV), n. 43. Giovanni Paolo II, Esortazione apostolica postsinodale, 1991; cf anche *Direttive sulla formazione negli istituti religiosi*, n. 33, Congregazione per gli istituti di vita consacrata e le società di vita apostolica, 1990.

² *Vita consecrata* (=VC), n. 69, Giovanni Paolo II, Esortazione apostolica postsinodale, 1996.

apre e si completa nella formazione spirituale»³. Il divenire nella propria umanità trova la sua completezza nella relazione con Dio e nella vita cristiana.

Il bene e il meglio

Sarebbe certamente riduttivo pensare allo sviluppo umano e cristiano di una persona semplicemente in termini di soluzione di grossi problemi e, al limite, di assenza di patologia. Quante volte nel nostro impegno educativo abbiamo toccato con mano che la persona, pur non avendo grosse difficoltà o patologie, non riesce a vivere secondo l'ideale scelto! La sanità psichica (peraltro molto complessa da definire) o l'esclusione di problemi cosiddetti patologici non è certamente garanzia di un cammino di crescita.

La persona si ritrova pienamente solo «attraverso un dono sincero di Sé»⁴, un dono fatto con tutto il cuore, con la totalità del proprio essere. Percorrere il cammino dell'amore evangelico implica la crescita nella capacità concreta di scegliere e di fare il bene, di dare realmente il meglio di sé, nelle diverse situazioni della vita, in risposta alla chiamata di Dio e su esempio di Gesù.

Sr. M. è una persona silenziosa in comunità, segue con attenzione quando le altre parlano, ascolta. Interviene quando è interpellata o coinvolta direttamente. È responsabile e generosa nel suo lavoro; non fa richieste che non siano necessarie, è una persona discreta e modesta. Con la sua formatrice ha un rapporto tranquillo, si limita agli incontri strettamente necessari, dialoga anche se preferisce non andare troppo a fondo. Riesce a gestire con equilibrio il tempo della preghiera. Sr. M. si presenta come una suora che non crea problemi in comunità.

È certamente un esempio bello di giovane religiosa, non ci sono grossi problemi e le cose variano sostanzialmente bene. Ma è veramente questo il criterio del vangelo? Oppure invita a un di più, ad amare, sino alla fine, a perdere la nostra vita?

Diventa allora importante farsi anche un'altra domanda: sr. M. sta dando il meglio di sé oppure potrebbe donare se stessa in un modo più profondo, più pieno e, dunque, anche per lei più soddisfacente?

Attraverso un lungo e paziente confronto con la sua formatrice, sr. M. scopre gradualmente che c'è in lei una grande paura di aprirsi, di farsi conoscere dagli altri, di fidarsi. Teme di non essere accolta, capita. La paura di essere rifiutata e, quindi, ferita, è così forte che ha imparato a non correre rischi ritirandosi in un ragionevole silenzio ed evitando di farsi coinvolgere in relazioni profonde. La disponibilità di sr. M., già prima evidenziata, rimane, ma è anche difesa dall'eccessivo coinvolgimento e questo secondo aspetto, meno evidente a occhio nudo, se tralasciato impedisce a sr. M. di diventare disponibile come potrebbe invece essere.

A quali condizioni la giovane suora potrebbe vivere la vita fraterna in modo più pieno, più totale? A condizione che sia aiutata pazientemente a confrontare con il vangelo il suo concreto vissuto interiore, quel mondo, talvolta nascosto anche a se stessi, abitato da desideri, paure, aspirazioni, antiche ferite non ancora sanate, sogni mai espressi. Non siamo forse chiamati, in virtù della vocazione battesimale, ad amare cori tutto il cuore, con tutte le forze, con tutta l'anima? E la formazione non è forse «un processo vitale attraverso il quale la persona si converte al Verbo di Dio fin nelle profondità del suo essere»⁵?

³ PDV 45.

⁴ *Guadium et spes* (=GS), n. 24, Concilio Vaticano II.

⁵ VC 68.

È qui che la psicologia può offrire il suo contributo, aiutando il soggetto a entrare in relazione con il proprio mondo profondo abitato da emozioni e sentimenti, spesso inespressi o sconosciuti, aiutando a conoscere più profondamente il cuore umano dove aspirazioni di santità e di apertura agli altri abitano insieme a desideri rivolti alla gratificazione egoistica o chiusi negli spazi angusti del proprio io, aiutando a decifrare l'ambiguità che caratterizza il cuore umano dove l'esperienza della *sublime vocazione* si intreccia con quella della *profonda miseria*⁶.

Diventa allora molto importante aiutare la persona a conoscere suoi punti di forza, ma anche le debolezze e ferite per farsene carico in un'ottica di fede e per diventare più autenticamente consapevole del proprio profondo bisogno della grazia di Dio. La formazione non può dirsi tale se non riesce a toccare questi spazi profondi dell'essere.

Vivere insieme

In certe esperienze di vita comunitaria tutto sembra filare liscio come l'olio mentre, in realtà, l'apparente quiete nasconde una profonda difficoltà di comunicazione o è diventata una raffinata maschera della paura di dialogare.

È vero che la carità tutto tace, tutto copre e tutto perdona, ma qualche volta è necessario insegnare a parlare, a mettere allo scoperto, a guardare insieme gli errori conipiuti per evitare che il silenzio si trasformi in disinteresse o indifferenza per il fratello o la sorella.

Una buona dinamica di gruppo orientata a facilitare il dialogo e la comunicazione interpersonale non è certo il sostituto moderno della carità evangelica: siamo tutti profondamente convinti che la comunione e l'amore fraterno sono soprattutto il frutto prezioso della grazia di Dio e del cammino di conversione che ogni persona e ogni gruppo sono chiamati a percorrere. Però un intervento adeguato, al limite anche «tecnico», può aiutare a gestire i conflitti, ad affrontare alcune difficoltà del vivere insieme e costituisce un aiuto concreto e valido per crescere in relazioni più libere e autentiche, nella convinzione che entrare in relazione con Dio e cori gli altri uomini suoi fratelli è la più alta vocazione dell'uomo⁷.

Le finestre sul mistero

In una prospettiva fedele alla verità della persona e che non crea indebite fratture tra lo sviluppo umano e la crescita spirituale, gli eventi concreti della vita diventano allora finestre sul mistero⁸: frammenti che possono essere ricondotti a un insieme, domande che, all'apparenza circoscritte e ristrette, possono evocare o risvegliare domande e desideri più ampi e più profondi.

Il bisogno di affetto che una novizia manifesta ripetutamente nelle relazioni quotidiane, è solo espressione di qualche mancanza vissuta con sofferenza nella sua infanzia e che chiede di essere colmata? Oppure indica anche che è giunto il momento di chiedersi che posto riservare al tu nella propria interiorità e quali domande realiste fargli? Oppure, ancora, è invito a fare il salto - non solo intellettualmente e con la volontà, ma ora anche con l'affetto - oltre il recinto ristretto dei bisogni e iniziare l'esperienza di un amore che tale rimane anche senza la necessità del ritorno?

Probabilmente queste letture contengono tutte una parte di verità e vanno affrontate al loro giusto livello, ma il desiderio di essere amata, che a un livello dice solo di se stesso e in forma di frustrazione, a un altro è espressione, in forma di sfida risolutoria, del mistero dell'essere umano che ritrova la sua vera identità solo nella dipendenza matura e filiale da

⁶ Cf GS 13; C.M. Martini, *La testimonianza del discernimento spirituale e pastorale*, in "Rivista diocesana milanese", febbraio 1986, pp. 150-159.

⁷ *La vita fraterna in comunità*, 9, Congregazione per gli istituti di vita consacrata e le società di vita apostolica, 1994.

⁸ F. Imoda, *Sviluppo umano, psicologia e mistero*, Piemme, Csaie Monferrato 1993, pp. 17ss.

Dio. In questo senso il piccolo non si oppone al grande, e l'evento quotidiano, al limite anche banale e problematico, può diventare cifra ed evocazione di un significato più profondo⁹. È questione di imparare a leggere oltre le righe e ascoltare al di là delle parole non per inventare ciò che non c'è, ma per vedere tutto quello che c'è. L'azione dello Spirito «è di un ordine diverso dai dati della psicologia o della storia visibile, ma opera anche attraverso queste»¹⁰

«Mamma, perché piove?» - chiese con trepidazione la bimba - «Perché i fiorellini hanno sete!» - rispose la madre con la convinzione di chi sapeva che solo quella sarebbe stata la risposta giusta per la sua bambina. Non ancora in età per la scuola materna, la bimba che in modo assillante da una buona mezz'ora rivolgeva a chiunque la stessa domanda senza ricevere una risposta che la soddisfacesse, finalmente se ne tornò rasserenata ai suoi giochi. Molte erano state le risposte, ma solo quella della mamma era giusta: aveva capito che cosa veramente la bimba chiedeva.

L'educatore dovrebbe essere un po' psicologo e un po' teologo: capace cioè di accogliere, ascoltare il vissuto della persona, coglierne la portata emotiva spesso inespressa, sintonizzarsi sulla stessa frequenza d'onda, ma anche capace di interpretare una domanda di vita che fa fatica a emergere: cosa ti dice di te questo fallimento che hai vissuto nello studio? Cosa ti rivela della tua umanità? E quale aspetto del volto di Dio hai scoperto in quest'esperienza di fatica e sofferenza?

... per una più matura vita di fede

In quest'ottica allora, la psicologia può offrire un contributo realmente significativo ed efficace. Può aiutare ad affinare il nostro sguardo per meglio leggere e interpretare i diversi linguaggi della vita in modo da non separare, nella stessa persona, ciò che è umano/psicologico da ciò che è spirituale, con il rischio di ridurre e talvolta tradire la verità dell'uomo. La domanda o il problema deve certamente essere ricondotto, di volta in volta, al suo giusto livello, nel rispetto però dell'unità della persona umana.

L'ideale va sempre presentato nella sua interezza, ma è pure necessario renderlo assimilabile a chi ci sta di fronte perché possa effettivamente far risuonare le corde della vita.

Se, da una parte, è prioritario presentare con chiarezza cosa significa essere prete, se è fondamentale precisare che il ministro di Dio si dà totalmente e gratuitamente, dall'altra non è meno importante aiutare il seminarista a venire in contatto con le sue immaturità umane e psicologiche, affrontarle, conoscere esistenzialmente i punti di forza e le specifiche fragilità e questo per evitare che quel seminarista diventi un gigante dai piedi di sabbia o un topolino che poteva vivere da leone. Il dono ci raggiunge nel nostro tessuto psichico e l'accettazione esistenziale di esso può aiutare a elevare a Dio una preghiera più vera,

Se la formazione non è rivolta, non solo in linea di principio, ma soprattutto a livello concreto ed esistenziale, alla totalità dell'individuo, il rischio che corriamo è la riduzione della persona ad alcuni aspetti del suo essere.

Pertanto la sfida educativa non si gioca su quale aspetto privilegiare, ma sulla possibilità di armonizzare e di integrare l'intelligenza, il mondo degli affetti e la capacità volitiva¹¹.

⁹ Queste osservazioni rientrano nel più ampio contesto del discernimento con il suo duplice movimento di "partecipazione" e di "purificazione"; si veda: F. Imoda, *Lo sviluppo della relazione come contributo al discernimento*, in L:M:Rulla, *Antropologia della vocazione cristiana III*, EDB, Bologna 1997, pp. 109 ss.

¹⁰ *Direttive sulla formazione, cit., n.19.*

¹¹ F. Imoda, *Sviluppo umano..., Icit., in particolare pp. 178, 356-357.*

Detto in altre parole: facciamo in modo che la persona «ci sia tutta intera» nelle scelte che fa e che il percorso della vita non si compia su binari paralleli che non si incontrano mai.

Le scienze u mane, allora, non sono un'alternativa o una contrapposizione alla fede, né il colloquio psicologico ruba il posto alla confessione sacramentale: la psicologia può essere una buona compagna di viaggio, un'alleata nel cammino spirituale, un valido aiuto verso «una più pura e più matura vita di fede»¹².

¹² Gs 62