

# L'uomo e la solitudine: diagnosi e terapia

di p. VENANZIO REALI

**La solitudine esistenziale nasce dalla percezione della contingenza del proprio essere; la solitudine psicologica nasce dal rifiuto della relatività e della relazionalità del nostro essere. La terapia? ci sarebbe, e ottima: mettersi in pace con Dio**

L'uomo e la solitudine pare nascano insieme. Appena s'accende il lume d'una coscienza e la creatura ha la consapevolezza di esistere, in quel punto affiora il sentimento della solitudine, di questo strano malanno che ci insidia fino alla morte.

La diagnosi della solitudine? Oggi più che mai è dato coglierla nello sguardo di molti. Per tutti è come leggere una serie di esami clinici: ognuno ha il segreto presentimento di trovarsi addosso, comuffato chissà con quali parole, un tumore.

La letteratura e l'arte, il cinema e il teatro, tramandano solitudine. Scrittori e filosofi sembrano gareggiare nel mettere a nudo questa piaga nascosta, questo male oscuro, per cui l'uomo resta una chiusa monade, una passione inutile; gli altri sono l'inferno, la cerniera lampo della nostra libertà. Così si muore nel bozzolo prima di aprirci alla vita o si soffoca nella propria tuta d'amianto, nonostante le apparenze e le maschere.

È bene dirlo subito. Anche se si copre di mille orpelli e se ne cercano le motivazioni apparentemente più plausibili, la causa originaria della vera solitudine è il peccato, per cui l'uomo si sgancia da Dio e presume, più o meno

consapevolmente, di bastare a se stesso. È l'equivoco di Narciso, la pretesa di Prometeo, la tentazione di Adamo. «Si apriranno i tuoi occhi e diventerai come Dio» al di là del bene e del male.

Dopo la rottura col primo Principio, la creatura entra «sotto il sole di satana», vive «una stagione all'inferno», attraversa «cent'anni di solitudine». La malinconia e l'uggia di sé, la fuga dalla propria coscienza, la dissociazione interiore, e la lacerazione sessuale s'impossessano dell'uomo.

Detto in altre parole: la solitudine esistenziale nasce dalla percezione della contingenza del proprio essere, la solitudine psicologica nasce dal rifiuto della relatività e della relazionalità del nostro essere.

La terapia? ci sarebbe, e ottima: mettersi in pace con Dio. Ma gli uomini, non si sa perché, sono più propensi a eludere questa felice eventualità. In genere, ci si aggrappa a terapie controindicate o controproducenti, e perciò fallimentari. Di qui fenomeni di frustrazione e di angoscia, di noia e di nausea, atteggiamenti stoici o cinici, eversivi o autodistruttivi.

Braccati dalla solitudine, si tenta di esorcizzarla, chiamandola con altri nomi, colmandola di surrogati, o fa-



cendo di tutto per dimenticarla e ignorarla. Così continuiamo a fingere di non accorgerci che il senso della solitudine è una delle prove più tangibili dell'esigenza, e perciò dell'esistenza, di Dio.

## **Rileggendo i primi capitoli della Bibbia**

In Genesi 1-11 sono indicati di scorcio e per simboli i motivi fondamentali e ricorrenti della «comedia umana» attraverso i millenni. Fra questi motivi c'è anche il sentimento della solitudine.

Il Signore Dio, dopo aver fatto tutte le cose e aver abbellito il mondo con ogni genere di viventi, finalmente decise di creare colui che sarebbe stato il re di quel magnifico reame e la bac-

chetta magica di quell'immenso coro: Adamo. «Orsù, facciamo l'uomo a nostra immagine e somiglianza», che presieda e dia voce a tutte le cose, ne sia l'interprete e il cantore. In tal modo, Dio creò il proprio specchio, intatto e terso. E fra i due intercorreva un dialogo muto e stupefatto.

Poi il Signore Dio pensò: «Non è bene che l'uomo sia solo (per sé): gli farò un aiuto degno di lui». Poi fece passare davanti ad Adamo tutti gli esseri viventi per vedere con quale nome li avrebbe chiamati. Ma, per Adamo, non si trovò alcun aiuto (animale) che facesse il paio con lui.

Allora il Signore Dio dal fianco di Adamo addormentato formò la donna. Appena se la vide davanti, Adamo uscì in un grido di giubilo: «Stavolta è osso delle mie ossa, carne della mia carne!». Perciò l'uomo lascerà il padre e la madre e si unirà alla sua donna, e i due saranno una carne sola, quasi a dire una sola persona.

Conviene notare qui di sfuggita che, mentre il primo capitolo della Genesi dice che Dio ha creato l'uomo maschio e femmina, sottolineandone la identità sostanziale (la parola Adam è comprensiva dei due sessi), il secondo capitolo, collocando la creazione dell'uomo (is) prima della donna (issā), accentua la differenziazione sessuale, pur sottintendendo l'identità di natura.

Adamo ed Eva erano vestiti interiormente di grazia, cioè della presenza di Dio; la soglia dell'ingenuità non era ancora valicata e lo specchio della coscienza non era velato dal pudore per la nudità. Quest'assenza di pudore sottolinea l'intima confidenza familiarità tra l'uomo e Dio, espressa a sua volta da quell'ardita immagine del Signore Dio che scende a passeggiare nel giardino durante le ore pomeridiane.

Ma Adamo non si accontentò di riflettere in sé tutto il Bene: cedette alla suggestione di conoscere e divenire, da sé e per sé, tutto il Bene. Allora lo specchio si appannò e s'infranse. Dio passeggiava ancora nel giardino: «Adamo, dove sei?». Ma Adamo, solo, all'udirne i passi ebbe paura, perché non era più avvolto della sua presenza amica.

Così la solitudine si rivelò come la percezione dolorosa del silenzio di Dio. «Ho udito i tuoi passi e ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto». Qui c'è tutta la meschinità interiore, il vuoto squallido dell'ani-



ma, il tentativo puerile di nascondersi all'occhio dell'Onniveggente dietro a poche frasche.

Quanto sono comuni ed elementari queste reazioni della nostra contorta psicologia!

Dopo quel passo «oltre il limite» e dopo la cacciata dal paradiso, l'uomo continua a precipitare nel male. Caino uccide il fratello Abele: avverte il proprio peccato come imperdonabile e fugge ramingo e solitario per nascondersi lontano da Dio. Lamech esce in un canto crudele: «Sette volte sarà vendicato Caino, ma Lamech settantasette volte». Gli uomini concupiscono le donne per possederle egoisticamente.

Poi assistiamo alla vasta e spaventosa solitudine della terra, invasa dalle acque di hammabbul — il diluvio — sulle quali galleggia, sola, l'arca di Noè. Poi ancora la solitudine degli uomini di Sennaar, che pretendevano di realizzarsi come comunità, astraendo da Dio, e non s'intesero più per la con-

fusione delle lingue.

Quale terapia contro la solitudine suggerisce la Bibbia dalle sue prime battute? A noi sembrerà strano, eppure l'alleanza, la comunione, la pace, quindi la possibilità di superare l'isolamento, si riproposero al tempo di Enos, quando «si cominciò a invocare il nome del Signore», e quando Noè, dopo il ritorno della colomba col ramoscello di ulivo uscì dall'arca e costruì un altare per offrire un sacrificio al Signore.

Allora il Signore disse in cuor suo: «Non maledirò più il suolo a causa dell'uomo, perché l'istinto del cuore umano è incline al male fin dall'adolescenza». Poi disse a Noè e ai suoi figli: «Quanto a me, ecco, io stabilisco la mia alleanza con voi e con i vostri discendenti e con tutte le creature. Il segno sarà l'arcobaleno contro le nubi».

Si invoca il Signore, gli si offre un sacrificio, le labbra si schiudono, le braccia si alzano: riprende il dialogo. Allora anche la solitudine, da sterile e

vuota, diventa feconda e si colma. Solo nel vuoto assoluto della povertà che libera da tutto, il cuore si sente veramente beato, perché soltanto così è puro, e può andare incontro agli uomini, chiamandoli amici.

### **Un uomo una donna: solitudine della coppia**

Parrebbe un controsenso, eppure non è raro il caso che la vita a due venga corrosa dal tarlo della solitudine e si concluda nell'incomunicabilità più dolorosa.

All'origine, o al fondo, c'è sempre il solito equivoco: il vero Altro non è l'uomo o la donna, ma Colui che disse: «Facciamo l'uomo a nostra immagine e somiglianza».

Il vero interlocutore dell'uomo è Dio: non se stessi, né la donna, né altri. La donna è la «dirimpettaia» dell'uomo (tale il senso del neghed biblico). La cosa vale anche per l'uomo rispetto alla donna: ognuno dei due è degno di stare alla pari, ritto davanti all'altro.

L'uomo e la donna sono come due ante con specchiera, che insieme riflettono in volto di Dio, colto attraverso la mascolinità e la femminilità, intese nel senso più pieno e profondo.

Scambiare il sex-appeal con l'Altro è fatale. Allora gli uomini diventano «sprecadonne» e le donne dissennate «antimaschiliste». Dal grido di gioia: «Osso delle mie ossa» si passa all'egoistico borbottio: «La donna che mi hai messo al fianco mi ha sedotto».

L'uomo e la donna sono due vuoti assommati: possono diventare un reciproco risucchio o una vicendevole donazione. Sono due torrenti che confluiscono in un sol fiume, non per ristagnare in se stessi, ma per scorrere insieme verso la foce di tutto, al mare di Dio.

L'amore umano — osservava J. Guittou — questo riverberarsi di due creature è un avvio e una preparazione all'amore divino.

L'incomunicabilità che insorge fra i coniugi è la spia che pensieri e affetti non sono più nella loro esatta collocazione. Né la donna basta all'uomo, né l'uomo alla donna.

F. Sheen intitolò uno dei suoi libri: «In tre per sposarsi». Poiché è vero, resta attuale. Se in mezzo a queste due fragili creature non è presente Cristo, con la sua luce, la sua forza, il suo calore, saranno sempre due solitari (solum cum sola), che — prima o poi — si scopriranno tali in una casa senza sole.

# **Il volto oscuro della solitudine**

di don LINDO CONTOLI

**Molti vivono nei nascondigli: per uscire, hanno bisogno di ricevere fiducia e di fidarsi della verità; anche molti cristiani vivono con la Chiesa come si vive con la fotografia della moglie defunta: per riaprirsi alla comunione, debbono riscoprire la solitudine disponibile di Maria e della croce**

### **Le due facce**

Se un uomo cammina solo e penso in luogo silenzioso, non si può dire: ha insoddisfacenti relazioni con gli uomini, oppure ha una forte personalità, capace di rapporti significativi; è un uomo alienato, oppure è un uomo maturo, uscito dal branco teleguidato. Il semplice fatto di stare solo può essere buono o cattivo per l'uomo.

È buono, quando è desiderato a scopo di pace o di appartata e raccolta intimità. È cattivo, quando è subito e sofferto per mancanza di affetti, di sostegno, di conforto, di fiducia.

La faccia luminosa della solitudine viene considerata specialmente dalla filosofia (trovare e maturare il proprio io, la propria identità) e dalla teologia (l'uomo di fronte a Dio, tu di Dio). La faccia oscura della solitudine viene considerata dalla psicologia (esperienza dell'isolamento) e dalla sociologia (perdita dei ruoli).

Storicamente, il giudizio di valore oscilla: dall'antichità classica fino al 1700, viene sottolineato il significato positivo della solitudine; l'Illuminismo la considera una malinconia morbosa; nel 1800, il Romanticismo la riabilita; nel nostro tempo, sono ugualmente forti il rifiuto e l'esigenza di solitudine.

Qui consideriamo il volto oscuro della solitudine come si può presentare all'uomo normale in alcuni momenti della vita. Essere soli è come sentire un vuoto dentro di sé; è la sensazione di essere in una profonda e buia voragine, dove non si vede nulla e dove non c'è via d'uscita. Ci si sente come

in una buia giornata di pioggia: lì, seduto da solo. È come essere nel blu, nel blu scuro, quasi nero, che improvvisamente sbiadisce e diventa grigio.

Si prova un senso di vuoto nello stomaco. La solitudine fa pensare. Io, quando sono solo, comincio a pensare. Niente di speciale, solo penso. La solitudine lascia i suoi effetti. Spesso ho una sensazione di stanchezza; non ho voglia di parlare con nessuno, di far niente. Talvolta basta comunicare e fare qualche cosa e la solitudine scompare.

### **Solitudine nel mondo**

Il mondo della vita quotidiana è dominato dalla prosa. L'esperienza della prosa procura una conoscenza della malizia, della falsità, della meschinità, della furbizia degli uomini.

Nel mondo prosaico, c'è sempre guerra. L'atteggiamento migliore sembra la difesa preventiva: attaccar lite per delle minuzie. Il luogo della lite è la scala del condominio, la strada, il negozio. Lo scopo è insegnare alla gente a vivere, democratizzare il mondo. La sera, in famiglia, ognuno si lecca le ferite. Nel nascondiglio, si fa il conto del dare e dell'avere. Gli uomini dei nascondigli hanno un gran numero di ferite non cicatrizzate.

Il nascondiglio è il luogo della libertà spaventata dalla libertà. Libertà e spazio sono strettamente intrecciati l'una con l'altro. Se si modifica lo spazio della libertà, si modifica anche la libertà. Come uscire dal nascondiglio, da una solitudine satura di insicurezza,