

di Nello dell'Agli - psicologo



foto di Angelo Rinaldi

Come nascono i frutti

La ricerca delle competenze particolari nel momento di ogni cosa

Tutto è vanità

“Vanità delle vanità, dice Qoèlet, vanità delle vanità, tutto è vanità. Quale utilità ricava l'uomo da tutto l'affanno per cui fatica sotto il sole? Una generazione va, una generazione viene, ma la terra resta sempre la stessa. (...) Tutte le cose sono in travaglio e nessuno potrebbe spiegarne il motivo. (...) Ciò che è stato sarà e ciò che si è fatto si rifarà; non c'è niente di nuovo sotto il sole” (Qo 1,2-9).

In certi periodi del nostro esistere, siamo presi da un senso di malessere nel sentirci viandanti in una vita che ci sfugge e che sembra non volerci svelare il suo senso nascosto. Con Bartimeo ci ritroviamo in qualche modo ciechi, poveri e

seduti per terra, privati di quelle “ricchezze spirituali” che avevamo sentito nostro sicuro possedimento. Una chance, tuttavia, ci rimane, capace ancora di farci gridare e balzare in piedi: il passaggio del Signore, col suo potere di guarirci. La vanità della vita e in essa la nostra povertà e il nostro mendicare ci svelano, allora, i luoghi in cui siamo visitati da Colui che ci può fare riacquistare la vista e la voglia di seguirlo per la strada fino a Gerusalemme (cfr. Mc 10,52). In questo lungo, gioioso e travagliato cammino della vita, in cui siamo sospesi tra l'inseguire il vento e il passaggio del Signore, ci è chiesto, ad ogni stagione, di maturare delle competenze particolari - “per ogni cosa c'è il suo momento, il suo tempo per ogni faccenda sotto il sole” - che ci permettano di uscire dall'infanzia e di amare in modo maturo e fedele,

esperti nell'arte della condivisione e del prenderci cura l'uno dell'altro.

Dalla bocca del Signore

Mi soffermo qui su quegli atteggiamenti di fondo che nella vita permettono lo sviluppo di tali competenze; non parlerò quindi dei frutti maturi, ma dei processi che permettono la loro realizzazione; non della maturità, ma della maturazione. Da questo punto di vista, mi sembra illuminante quanto scritto in Dt 8:

“Ricordati di tutto il cammino che il Signore tuo Dio ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore (...) e per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane, ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore”.

Lungo il cammino dell'esistenza, ci è chiesto di vivere la vita come un cammino in cui, per maturare, è necessario avere disponibilità a lasciarci provare per sapere quello che abbiamo nel cuore, diventare umili, imparare ad ascoltare.

Lasciarci provare per sapere quello che abbiamo nel cuore

Se non vogliamo continuare a rifugiarci in una visione infantile della prova - bravo chi non tocca la marmellata, cattivo chi la prende e attenzione che Dio vede tutto - dobbiamo riconoscere che la prova è legata al mistero stesso dell'alterità: l'altro, Creatore o creatura, proprio a causa della sua diversità, è per ciascuno di noi non solo dono ma anche prova. All'interno degli inevitabili conflitti relazionali che l'alterità comporta, è importante, allora, vivere tale prova superando ogni tendenza al vittimismo, alla colpevolizzazione degli altri e all'usar loro violenza nel tentativo di cambiarli, per imparare invece a lavorare su se

stessi, riconoscendo che i conflitti relazionali non fanno altro che parlarci di conflitti presenti nel nostro animo: cosa capisco di me grazie al conflitto e cosa mi occorre superare dentro di me per risolvere il conflitto. In questo modo, ad esempio, posso sempre meglio scoprire che il problema non sono gli altri che mi trascurano, ma il mio sentirmi trascurato; non gli altri che mi contrariano, ma il mio non accettare limiti; non gli altri che mi criticano, ma la mia indisponibilità a lasciarmi criticare.

Diventare umili

Ciascuno di noi, fin da bambino, ha avuto le sue sofferenze e ha forse cercato di uscirne innalzandosi al di sopra di se stesso, ossia reprimendole e cercando rifugio in sogni di rivalsa e vendetta, costruendo un'immagine ideale di se stesso. Se ciò è comprensibile dal punto di vista del bambino in crescita, è anche vero che limitarsi a questo significa andare verso una deriva narcisistica, viaggiare verso il mito di una sempre maggiore forza e invulnerabilità, quasi nel senso di un “superomismo cristiano”; non riconoscere più la propria parte oscura e proiettarla sugli altri. È importante, invece, riconciliarsi con la nostra debolezza, vulnerabilità e piccolezza, abbandonandoci alla relazione trasformante con il Signore di ogni misericordia.

Crescita nella vita non significa, quindi, sempre maggiore perfezione e invulnerabilità, ma accettazione serena di se stessi e degli altri, e apertura confidente al passaggio di Colui che può guarirci da ogni male e cecità.

Imparare ad ascoltare

Come uscire dall'egocentrismo infantile e dall'insensibilità di un cuore duro (cfr.

Mc 10,5) per andare verso un altruismo reale e non di facciata? Come aiutare il tiranno che vive dentro di noi a lasciare le redini e ad accettare l'arte della condivisione e del prendersi cura reciproco (cfr. Mc 10,35-45)? Come educarci al mistero dell'alterità, senza cadere nella trappola del risentimento senza fine o dell'indifferenza? Non c'è via migliore che quella di apprendere l'arte dell'ascolto profondo, rispettoso, empatico/compassionevole, capace di discernimento, premuroso.

Ascolto profondo significa avere disponibilità ad ascoltare l'altro fuori dalla superficialità e dalla fretta, per “ospitarlo e custodirlo” nella propria vita, consapevoli del suo valore sacro; ascolto rispettoso significa capacità di ascoltare l'altro senza volerlo cambiare a proprio piacimento, senza plagiare o manipolarlo, aiutandolo sempre più ad essere se stesso; ascolto empatico/compassionevole significa disponibilità a mettersi nei passi dell'altro, a sentire con lui, rinunciando ad ogni giudizio su di lui; ascolto capace di discernimento significa disponibilità a mettere in discussione il nostro limitato modello del mondo per acquisire una griglia di lettura della realtà umana sempre più ricca e complessa; ascolto premuroso significa capacità di vedere lucidamente i bisogni dell'altro per sostenerlo in modo adeguato nella soddisfazione di essi.

Crescita spirituale nelle diverse stagioni della vita significa, quindi, aiutare noi stessi e gli altri, negli inevitabili conflitti e travagli della vita, a vivere l'esistenza come un viaggio che ci aiuti sempre più a conoscere il nostro cuore, a riconciliarci umilmente con noi stessi e con gli altri e a maturare una sempre più grande capacità di ascolto, educandoci al mistero dell'alterità. ■