

Metanoëite!

RIVISTA DI PSICOLOGIA CRISTIANA

Tesine di Psicoterapia Cattolica

Anno 3 · Numero 1



Μετανοεΐτε!

RIVISTA DI PSICOLOGIA CRISTIANA

ANNO 3 · NUMERO 1 · 5/2019

Tesine di Psicoterapia Cattolica



Direttore

Stefano Parenti

Redazione

Mariella Borraccino Lobefalo

Metanoeite, Rivista Italiana di Psicologia Cristiana è espressione del *Laboratorio di Psicologia Cristiana* (www.psicologiacristiana.it), movimento di professionisti animati da intenti scientifici e culturali, con finalità informative ed educative.

Il presente volume può essere divulgato liberamente. Qualora ne venga divulgato solo una parte, si raccomanda di citare opportunamente i corretti riferimenti. Gli articoli sono di proprietà dei singoli autori.

Per informazioni: info@psicologiacristiana.it.

Il direttore incoraggia i lettori a proporre dei propri contributi a cui verrà dato spazio nelle rubriche, se ad esse adeguati, oppure nella posta dei lettori.

CONTENUTI

Editoriale

Un corso di Psicoterapia Cattolica..... 5

Stefano Parenti

Le tesine

I correlati psicologici del peccato originale..... 7

Mario Tomasini

Intuizioni pratiche per una terapia tomista genitore-bambino..... 13

Francesca Rossi

Psicologia del dolore cronico: contributi da San Tommaso d'Aquino..... 22

Gianni Clemente

L'omosessualità nella Somma Teologica di San Tommaso d'Aquino..... 27

Roberto Fenucci

Rinascere alla speranza: il tempo del post-aborto..... 32

Ilaria Guidali

Accettazione della realtà e recupero della dimensione filiale..... 36

Elena Rovagnati

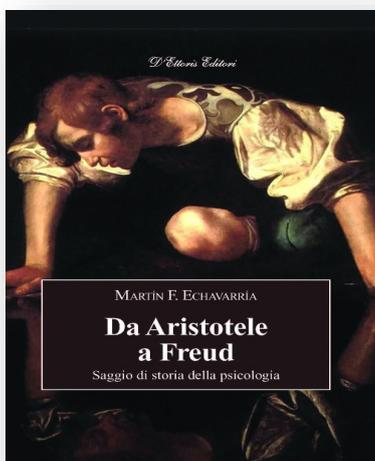
Condividere la felicità..... 44

Paolo Usai

<i>Rilettura aristotelico-tomista della psicologia individuale di Alfred Adler.....</i>	49
Martino Paterlini	
<i>Epigenetic: the monkey-man discovers his Thomist habits.....</i>	56
Emanuele Sani	
<i>Patim enim est proprium naturae. Contributo tomista alla psicosomatica.....</i>	61
Davide Ferraris	
<i>“Amatevi come io vi ho amato”. Riflessioni sull’amore in San Tommaso.....</i>	71
Corrado Zoppi	
<i>Psicoterapia e amore.....</i>	80
Leonarda Fascia	
<i>La castità seguendo San Tommaso.....</i>	91
Alice Pirò	
<i>Esperienza estetica e psicologia.....</i>	97
Carmine Carbone	
<i>Un commento alla superbia.....</i>	111
Marilena Crivellaro	
<i>Vanagloria e orgoglio.....</i>	119
Alberto Ronzani	
<i>Alcune riflessioni etico-mediche relative al piccolo Charlie Gard.....</i>	122
Maria Luisa Nurra	

Editoriale

L professore Martín Echavarría, direttore del dipartimento di Psicologia presso l'Università Abat Oliba di Barcellona ed autore del saggio *Da Aristotele a Freud* (D'Ettoris, 2016, 160 pp.) nel descrivere la situazione degli psicologi cattolici dice: «Nel contesto attuale, le persone fanno ciò che possono e si formano come possono. Non tutti possiedono la formazione per compiere quei discernimenti filosofici e teologici che permetterebbero di comprendere le ideologie che soggiacciono a molte pratiche psicoterapeutiche. Coloro che sono buone persone comprendono tutto in un modo diverso e usano tutto il bene che possono. Però questa non è né la situazione ideale, né un buon punto di partenza per progredire in una vera conoscenza e per trasmettere un sapere e una prassi in conformità con la dignità della persona umana» (p. 107).



In assenza di maestri da seguire, gli psicologi cattolici “si formano come possono”: prendendo il buono da questa o quell'altra corrente, adattando la formazione ricevuta alle esigenze determinate dalla

vita di fede. Si potrebbe dire: diventano eclettici, nella teoria e nella prassi. “Però questa non è la situazione ideale”, aggiunge Echavarría. Perché non crea scienza. E inoltre tende a scindere: psicoanalista ma cristiano; cognitivista ma realista; sistemico ma personalista, ecc. Già da diversi anni ritenevo che un modo per iniziare a risolvere il problema fosse quello di mettere in piedi un percorso formativo. Un luogo in cui approfondire la psicologia tomista, antecedente alle impostazioni contemporanee e perfettamente in linea con l'antropologia (e la teologia) cattolica. È così nato il

corso di Psicoterapia Cattolica. Dieci lezioni con otto professionisti per conoscere il contributo del Dottore Comune della Chiesa e coglierne le applicazioni nell'ambito clinico.

l'iniziativa è stata un successo. Non solo per il numero delle iscrizioni (21), la qualità delle lezioni, gli argomenti trattati (tra cui post-aborto, gender, dipendenza da pornografia, ansia da mancanza di senso, coniugalità, esorcismo, ecc.), il proseguimento con un nuovo corso base ed uno avanzato, ma anche e soprattutto per il clima di entusiasmo, di collaborazione e di stima che si è creato tra i partecipanti. Proprio come San Tommaso d'Aquino, che viveva lo studio come una preghiera, anche il corso è stata l'occasione per approfondire personalmente - ancor prima che professionalmente - il proprio rapporto col Signore. Senza scissioni: la vita professionale è anch'essa vocazione!

In questo numero raccogliamo alcuni frutti del percorso. Ai partecipanti è stato chiesto come elaborato finale la stesura di un breve articolo che da una parte approfondisse il lascito della tradizione cristiana - in particolare la *Somma Teologica* del Doctor Humanitatis, fonte inesauribile di contenuti psicologici - e dall'altra che declinasse il sapere della tradizione in un ambito clinico o di attualità. Dapprima abbiamo raccolto i contributi che coniugano antropologia (e teologia) con la pratica clinica (genitorialità, dolore cronico, omosessualità, post-aborto, ecc.), poi i confronti tra discipline (Adler, epigenetica, psicosomatica),

poi un approfondimento sull'amore, infine delle sottolineature sui vizi capitali ed una lettura della tragica vicenda di Charlie Gard alla luce di alcuni principi tomisti.

Spero che la loro pubblicazione possa dare testimonianza della vitalità della nostra tradizione,

che non ha nulla da invidiare alle impostazioni contemporanee, e della possibilità reale di operare una psicoterapia in piena sintonia con l'antropologia cattolica.

San Tommaso d'Aquino prega per noi!

Stefano Parenti ☩



I correlati psicologici del peccato originale

Mario Tomasini

Psichiatra

Lo scopo che questo articolo si propone è quello di approfondire il concetto di Peccato Originale (PO) a partire dalle basi filosofiche e antropologiche tomiste, e di trattare sinteticamente le sue implicazioni sul piano psicologico, in particolare in relazione alle nevrosi cliniche.

La psicologia contemporanea pone al professionista, in particolar modo al clinico che si confronta nella pratica quotidiana con pazienti affetti da disturbi psichiatrici, importanti domande di senso, sostanzialmente riconducibili a due diversi livelli:

- Uno pratico, concernente il metodo e le tecniche utilizzate: come clinici, ci troviamo a porre diagnosi utilizzando come modello le categorie DSM, basate su una supposta ateoreticità, ma in realtà fondate su una visione dell'uomo di stampo biologicista e riduzionista. In alternativa, possiamo fare riferimento a quelle di derivazione psicoanalitica, cognitivo/comportamentale, sistemico-relazionale o di matrice umanista; tutte queste correnti sottendono implicitamente o esplicitamente una visione antropologica "dal basso"¹ o infondatamente ottimista², e una relativizzazione dei concetti di benessere e realtà oggettiva³.
- Uno teorico (epistemologico): la psicologia, nel momento in cui si discosta dall'ambito prettamente sperimentale di osservazione dei fenomeni per derivare delle norme di comportamento o leggi generali di funzionamento, deve necessariamente fare affidamento a categorie che appartengono ad un'altra dimensione, quella etico-

antropologica. Ogni psicologia fa riferimento ad un'antropologia sottostante. Allo stesso modo, per poter definire il concetto di "normalità" il clinico scopre l'esigenza di riferirsi a categorie antropologico-filosofiche che sono esterne alla medicina come scienza naturale⁴.

Cosa dice a questo proposito il Magistero della Chiesa, punto di riferimento ineludibile per il credente?

"La visione antropologica, a partire da cui si muovono molte correnti nel campo della scienza psicologica nel mondo moderno, è decisamente, nel suo insieme, inconciliabile con gli elementi essenziali dell'antropologia cristiana, perché si chiude ai valori e significati che trascendono il dato immanente e che permettono all'uomo di orientarsi verso l'amore di Dio e del prossimo come sua ultima vocazione. Questa chiusura è inconciliabile con la visione cristiana che considera l'uomo un essere «creato ad immagine di Dio, capace di conoscere ed amare il suo Creatore» (Gaudium et spes, 12) e allo stesso tempo diviso in se stesso (Gaudium et spes, 10)"⁵.

"Mentre le scienze umane, come tutte le scienze sperimentali, sviluppano un con-

cetto empirico e statistico di normalità, la fede insegna che una simile normalità porta in sé le tracce di una caduta dell'uomo dalla sua situazione originaria, ossia è intaccata dal peccato"⁶.

Il concetto di "norma", per le scienze naturali, è di tipo statistico, e quindi in qualche modo consensuale, definito a priori: presuppone cioè un approccio categoriale alla realtà, a partire dal momento stesso in cui vengono stabilite le condizioni sperimentali per l'osservazione di un dato fenomeno. Sebbene questo sia il fondamento stesso del metodo scientifico sul quale si è poggiata tutta la scienza occidentale, la concezione di normalità ("l'uomo per come dovrebbe essere") fa riferimento ad un ordine che *dovrebbe* esistere, ma che di fatto non esiste in quel soggetto reale⁷. La Chiesa porta una duplice visione della natura umana come dotata di grandi potenzialità e insieme costituzionalmente ferita; visione che supera in complessità e profondità quella offerta dalle varie correnti della psicologia contemporanea, che si mostrano miopi, negando o sminuendo in modo semplicistico l'apertura dell'essere umano al trascendente.

"Le diverse facoltà e funzioni psichiche s'inseriscono nell'insieme dell'essere spirituale e si subordinano alla sua finalità. [...] L'esistenza di ciascuna facoltà o funzione psichica trova la sua giustificazione nel fine del tutto. Il costitutivo principale dell'uomo è l'anima, forma sostanziale della sua natura"⁸.

L'uomo è un *unicum* strutturato in sé stesso, una unità e totalità psichica all'interno della quale le dinamiche psicologiche e le strutture psichiche, strettamente interconnesse tra loro, costituiscono tuttavia solamente funzioni parziali che per essere comprese devono essere integrate nello studio della personalità nel suo complesso⁹. Questo significa che, nel campo dei disturbi psichici, la modifica di una delle parti si ripercuote anche sulle altre, tanto che, secondo lo psichiatra Rudolf Allers, dietro a ogni conflitto psichico si nasconde in realtà un conflitto di ordine metafisico¹⁰.

È possibile pertanto partire dall'approfondimento del PO, per come questo viene trattato nell'opera di Tommaso d'Aquino, come evento antropologico chiave alla luce del quale iniziare a comprendere, anche da un punto di vista operativo, la co-

Privilegi della natura umana prima del PO	Conseguenze del PO sulla natura umana
perfetta sottomissione delle passioni al dominio politico della volontà	disordine tra le diverse passioni: da un punto di vista formale, si ha disordine nel senso che si perde la corretta gerarchia tra le passioni fra loro, e la corretta gerarchia tra le passioni nel loro complesso e la volontà; a livello del singolo individuo, prevale l'una o l'altra passione a seconda delle disposizioni individuali (uno sarà più irroso, un altro più lussurioso)
perfetta sottomissione dell'anima a Dio: la volontà personale coincide perfettamente con la volontà di Dio	la volontà personale, sotto l'influenza disordinata delle passioni, non coincide più con la volontà di Dio
sottomissione del corpo all'anima (immortalità)	natura umana (tutta la creazione) ferita, sottoposta

stituzione della personalità umana in campo psicologico, tenendo presente che il PO rimane comunque un mistero insondabile agli occhi del credente, non esauribile mediante la ragione deduttiva e aperto pertanto ad una necessaria illuminazione a partire dal dato Rivelato.

Per definire la "specie", ossia le caratteristiche specifiche del PO, Tommaso ricorre alle categorie aristoteliche di causalità che riguardano l'essenza e l'esistenza di un ente: materia (causa materiale) e forma (causa formale). Per desumere la specie del PO è necessario far riferimento alla sua origine: la causa formale è la perdita della giustizia originale (donata alla natura umana nella persona di Adamo). La causa materiale invece è la conseguenza che questa perdita produce sulla natura umana: il disordine complessivo tra le potenze dell'anima.

Causa formale del PO	Causa materiale del PO
È la <u>perdita della giustizia originale</u>	È la conseguenza di tale perdita: cioè il <u>disordine</u> tra le passioni e la disarmonia tra passioni e volontà.
È l' <u>aspetto privativo del PO</u> : "Il peccato priva l'anima della misura, della bellezza e dell'ordine" ¹¹ .	È l' <u>aspetto produttivo del PO</u> : la concupiscenza. "La concupiscenza è il reato del peccato originale" ¹² .

La propagazione del PO a tutti gli uomini viene spiegata da Tommaso ricorrendo al concetto di sinolo (anima come sintesi di materia e forma):

"E la natura umana è tramandata dal padre al figlio per trasmissione della carne, a cui è infusa poi l'anima e, diventando una sola natura con la carne trasmessa, contrae l'infezione"¹³.

Dio infonde nell'uomo, all'istante del concepimento, un'anima pura che, al contatto con un corpo naturale "infettato" dalla ferita del PO, viene contaminata.

"La trasmissione del PO si può capire bene ricorrendo alla dottrina dell'anima come forma sostanziale specifica del corpo, costituente con questo una sola e medesima natura. Infatti, quantunque l'anima spirituale non venga dalla materia per via di generazione, ma sia creata da Dio ex nihilo, essa però costituisce con il corpo formato mediante generazione una sola e medesima natura umana. Così dopo il peccato viene trasmessa la natura umana privata della giustizia originale"¹⁴.

Il PO viene "*contratto*", proprio come un'infezione, e non commesso dai singoli uomini: è uno stato, non un atto¹⁵. Tutti gli uomini, in quanto condividono con Adamo la medesima natura umana, possono essere considerati come un unico corpo. Adamo, e in lui tutta l'umanità come un unico corpo, aveva ricevuto da Dio la natura umana completa del dono della giustizia originale, che comprendeva la Grazia santificante; avendola perduta in seguito al suo peccato personale, in lui tutta l'umanità ha perduto la giustizia di origine, e riceve pertanto per via di generazione ("*secondo la ragione seminale*", cioè mediante l'atto volitivo del generante) una natura umana già ferita, privata della giustizia e santità originarie.

Gli effetti del PO: con il PO si ha una "corruzione dei beni di natura"¹⁶. Con il termine "beni di natura" si possono intendere:

"i principi costitutivi della natura con le proprietà che ne derivano, come le potenze dell'anima":

questo "non viene nè distrutto nè diminuito dal peccato".

"l'inclinazione alla virtù": viene diminuita dal peccato, ma non eliminata. "Il peccato non può togliere del tutto a un uomo la razionalità: perché egli allora non sarebbe più capace di peccare. Non è quindi possibile che tale bene di natura sia del tutto eliminato."

"il dono della giustizia originale": viene "eliminato totalmente dal peccato del progenitore".

Le potenze, cioè le facoltà naturali dell'anima umana, non sono inficiate dal PO nella loro sostanza: poiché precedono l'atto volontario (in questo caso l'atto del PO da parte di Adamo), non vengono modificate al variare dell'atto volontario. "Cambia però la sua inclinazione rispetto al termine": vengono cioè modificate nella loro finalizzazione: nella capacità di dirigerle verso il loro fine, che è il fine dell'anima umana ovvero la Beatitudo (l'inclinazione alla virtù viene ridotta, ma mai annullata del tutto: confutazione ante litteram dell'eresia luterana). L'inclinazione alla virtù

non è modificata in quanto alla sua radice nella natura razionale dell'uomo, bensì in quanto alla virtù come suo termine: i successivi peccati personali intervengono a porre sempre nuovi ostacoli tra l'inclinazione alla virtù, già ostacolata dagli effetti del PO, e la sua realizzazione. L'infermità della natura umana, che è inclinata verso il peccato, comporta:

1. impossibilità di salvarsi per l'uomo senza l'intervento della Grazia
2. impossibilità per l'uomo di realizzare con le proprie forze la Beatitudo (=di essere felice)
3. impossibilità per l'uomo di evitare di peccare, affidandosi alle sue sole forze¹⁷.

Correlati del PO sul piano psicologico

Così come sul piano ontologico si distinguono i due aspetti (le due cause, materiale e formale) del PO, tali aspetti possono essere derivati anche sul piano psicologico (tenendo ben presente che, facendo riferimento a piano ontologico e psicologico, non si parla di due facoltà diverse, o di due

	PIANO ONTOLOGICO	PIANO PSICOLOGICO
FORMA	Perdita della Giustizia originaria (comprendente la Grazia)	Perdita dell'unità della coscienza (perdita dell'unità dell'individuo sul piano psicologico, con inversione della prospettiva naturale sul Sè e sul mondo)
MATERIA	Concupiscenza (disordine della natura umana conseguente alla perdita della giustizia originaria, che comporta un'inclinazione della stessa verso il male)	Egoцентризм > A liv.della pars intellettiva: Ragione (sede della prudenza; sono le <u>facoltà cognitive</u>): inclinata all' ignoranza Volontà (sede della giustizia; per Echavarría corrisponde al <u>carattere</u>): inclinata alla malizia > A liv.della pars sensitiva: Irrascibile (sede della <u>fortezza</u>): inclinato alla fragilità Concupiscibile (sede della <u>temperanza</u>): inclinato alla concupiscenza (intesa non nel suo significato generale, ma in senso particolare come incapacità di regolare alla ragione il bene dilettevole, quindi come facoltà del

strutture diverse dell'anima umana: l'anima è un unicum che può essere indagato sotto due diversi aspetti, quello ontologico e quello psicologico; sono gli strumenti che vengono utilizzati a definire il linguaggio più appropriato per descrivere un oggetto, ma l'oggetto d'indagine è lo stesso).

Gli effetti del PO sul piano psicologico sono riconoscibili soprattutto (ma non esclusivamente) a livello dell'immaginazione e delle passioni, perché sono le attività nelle quali si concentra gran parte della vita psichica.

Egocentrismo

L'egocentrismo risulta essere quindi il correlato psicologico della concupiscenza, che è la materia del PO. L'egocentrismo è il risultato di questo disordine tra le potenze dell'anima, cosicché queste non sono più ordinate tra loro ed armonicamente orientate alla realizzazione della Beatitudo, ma si strutturano secondo un fine autodeterminato. Si può concettualizzare quindi l'egocentrismo, o nevrosi esistenziale, come "tratto psico-etico" comune sottostante ai diversi disturbi di personalità¹⁸. A seconda delle disposizioni individuali, un individuo sarà più inclinato verso determinati vizi, che vanno a configurare nel tempo abiti di funzionamento complessivo (i diversi cluster di personalità), caratterizzati da una compromissione più o meno marcata della libertà individuale (che comunque non è mai annullata).

L'egocentrismo è stato legato per la prima volta alla nevrosi da Adler, che è il primo ad affermare che una dimensione etica può influenzare il benessere psichico. Per Adler l'origine è da individuare in un complesso di inferiorità, ipercompensato attraverso la costruzione di un ideale di Sè irrealistico.

L'aspetto della volontà è fondamentale per comprendere l'egocentrismo nel suo rapporto con il PO:

- già S. Agostino indica che la trasmissione del PO è legata alla "ragione seminale", intendendo con questo termine non tanto la libidine connessa con l'atto sessuale, ma piuttosto la volontà generativa
"La giustizia originale riguardava principalmente la volontà [...] Quindi anche il peccato originale, che è il suo contrario, riguarda principalmente la volontà"¹⁹.
- nell'istante in cui l'anima infusa da Dio si unisce alla natura umana ferita dal PO, riceve il PO che si manifesta principalmente a livello della volontà, e da questa scende a cascata su tutte le facoltà. Così anche la Grazia del Battesimo, a partire dalla pars intellettuale, sana progressivamente tutte le facoltà dell'anima. Questo comporta un periodo di tempo più o meno prolungato nel quale c'è uno squilibrio tra l'intelletto e le passioni; quindi, una volta ricevuta la Grazia, l'uomo non è ancora in uno stato unificato, ma deve compiere un lavoro per ri-orientare l'anima a Dio (nell'ascesi cristiana chiamato conversione), che può durare tutta la vita²⁰.



Riferimenti

1. Paolo VI: Udienza generale per il mercoledì delle ceneri, 12/02/64.
2. Hackney, C. H., *Imperfectible: Why Positive Psychology Needs Original Sin*, *Christian Psychology*, 8, 5-14.
3. Echavarria, M. F.: *Sulla problematica epistemologica e pratica della psicologia contemporanea nella sua relazione con la fede cristiana*, *Humanitas* n°49, 2008, pp. 87-99.
4. "Utilizzando qui la nozione di normalità, la medicina riconosce senza accorgersene delle categorie che appartengono ad un altro ordine rispetto a quello della scienza naturale. [...] Il medico non può che accettare, sia inconsciamente sia anche contro la sua volontà, l'idea di un ordo al di là dei fatti, uno stato di cose che non esiste sempre ma che deve esistere la cui sola realizzazione costituisce lo stato normale." (Allers, R.: *Riflessioni sulla patologia del conflitto*, *Etudes Carmelitaines*, 1938 [tr. It. www.psicologiacattolicesimo.blogspot.it].)
5. S. Giovanni Paolo II, *L'incapacità psichica e le dichiarazioni di nullità matrimoniale*, Discorso al tribunale della Rota Romana, 5/2/1987, 481-486.
6. S. Giovanni Paolo II, *Veritatis Splendor*, n° 112.
7. "Utilizzando qui la nozione di normalità, la medicina riconosce senza accorgersene delle categorie che appartengono ad un altro ordine rispetto a quello della scienza naturale. [...] Il medico non può che accettare, sia inconsciamente sia anche contro la sua volontà, l'idea di un ordo al di là dei fatti, uno stato di cose che non esiste sempre ma che deve esistere e la cui sola realizzazione costituisce lo stato normale." (Allers, R., *Riflessioni sulla patologia del conflitto*, op. cit.)
8. Pio XII, *Discorso ai partecipanti al V Congresso Internazionale di Psicoterapia e di Psicologia Clinica*, 1953.
9. "Noi definiamo personalità come l'unità psicosomatica dell'uomo, in quanto determinata e governata dall'anima." (Pio XII, *Discorso ai partecipanti al XIII Congresso Internazionale di Psicologia Applicata*, 1958)
10. "In tutti i casi di nevrosi, senza eccezioni, il problema reale è metafisico." (Allers, R., *Le nuove psicologie in Psicologia e Cattolicesimo*, D'Ettoris, Crotona 2009).
11. S. Tommaso d'Aquino *S.Th.*, I, Q. 85, A. 4.
12. S. Agostino, *Retract.* 1, 15.
13. S. Tommaso D'Aquino, *De pot.*, Q. 3.
14. Lagrange, R. G.: *La sintesi tomistica*. p. 212
15. S. Tommaso d'Aquino *S. Th.*, I, Q. 81.
16. S. Tommaso d'Aquino *S. Th.*, I, Q. 85.
17. Anderegg, I., *San Tommaso, psicologo*.
18. Alvarez-Segura, M., Echavarria, M. F., Vitz, P. C., *Re-conceptualizing neurosis as a degree of egocentricity: ethical issues in psychological theory*, *J relig Health*, 2015 Oct;54(5):1788-99.
19. S. Tommaso d'Aquino *S. Th.* I, Q. 83.
20. Anderegg, I.: *Cristo e la sua relazione con la psicologia*, in: *Antropologia profunda*, Educa ed., Buenos Aires, 2010 [tr. It. www.psicologiacattolicesimo.blogspot.it].

Intuizioni pratiche per una psicoterapia tomista genitore-bambino

Francesca Rossi

Psicoterapeuta

Desiderio e norma

«Oggi “Inclusione” è la parola d’ordine» mi spiega un po’ perplessa una insegnante delle elementari; perplessa perché questa inclusione non sembra dare gli effetti sperati. I bambini “inclusi” non sembrano beneficiare sul lungo termine di questa “accoglienza” perché permangono aspetti, quantomeno comportamentali, ingestibili e che agitano e destrutturano anche il resto della classe.

Se ci pensiamo bene, quanto accade a scuola non è diverso da quanto accade in altri contesti, dove questa inclusione non sembra portare vantaggi a nessuno (pensiamo all’ambito dell’identità di genere o dell’immigrazione).

Ma se un bambino viene accettato, inserito, incluso (con un grande lavoro da parte di insegnanti e compagni), perché non sembra esserne contento né trarre beneficio da questo atteggiamento accogliente che riceve?

L’inclusione sposta il centro dell’attenzione tutta sul soggetto, sulle sue esigenze e desideri; questa centralità del soggetto, visto nelle sue esigenze e nei suoi desideri, è importantissima, ma soddisfarla non basta.



L’altro centro su cui va posta l’attenzione è costituito dai limiti, dalle regole, dalle norme che strutturalmente un determinato contesto porta con sé.

Se un bambino viene accolto, incluso, integrato ma non gli vengono spiegate le regole che gli permettono di partecipare al gioco, di comunicare, di

convivere con gli altri, come possiamo pensare che sappia comportarsi in modo funzionale al contesto in cui si trova? Come possiamo pensare che sia contento, che si diverta, che sia motivato a partecipare? È indispensabile che egli possa conoscere le regole e venga aiutato a rispettarle; è indispensabile che impari anche a

“tollerare la frustrazione” (cioè che impari la virtù della continenza) che stare a certe regole implica, che venga fatto un lavoro di “contenimento” (Bion) perché interiorizzi poi questa funzione e sia in grado, senza la mediazione di un adulto, di stare con gli altri: deve poter imparare a ordinare le proprie azioni all’intelligenza e alla volontà.

La nevrosi

In una psicoterapia con un bambino che presenta sintomi nevrotici (tic, balbuzie, comportamenti rigidi e scarsa flessibilità di fronte a cambiamenti

non previsti, fobie) accade qualcosa di simile: lavorare solo sugli aspetti di accoglienza delle parti fragili dell'io, potenziare l'autostima e la sicurezza in se stessi non basta; far sentire il bambino apprezzato, rassicurarlo sul fatto che la sua persona costituisce un dono prezioso e unico non è sufficiente. Solo con l'accoglienza i sintomi non rientrano. Cosa manca?

Occorre capire quali sono i meccanismi che innescano l'insorgere del sintomo.

Le cause dello sviluppo di un sintomo nevrotico nel bambino sono due, compresenti e che si autoalimentano reciprocamente: la Sindrome di Deprivazione Affettiva (Terruwe e Baars, in Marchesini 2013) e la superbia (Allers).

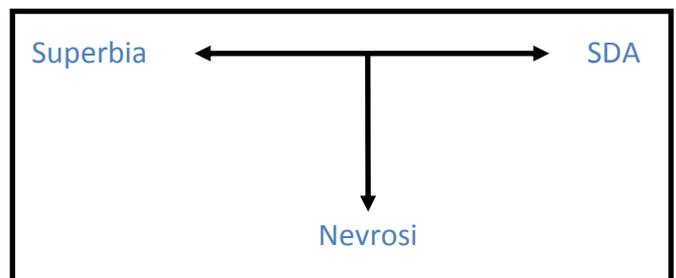
La SDA è la paura del bambino di perdere l'affetto delle figure di riferimento per lui significative, se non si mostra all'altezza delle loro aspettative. Questa paura induce all'assunzione di comportamenti volti alla ricerca costante di benevolenza da parte degli altri, a ricercarne sempre conferma, negando o mascherando non solo gli aspetti della propria "fallibilità", ma addirittura ogni forma di espressione di sé (le cosiddette "maschere" di Marchesini o il "falso sé" di Bion).

Le aspettative a cui il bambino pensa di non poter disattendere sono da lui percepite come tali, indipendentemente dal fatto che realmente i genitori abbiano su di lui alcune attese o meno. In alcuni casi si tratta di un fraintendimento da parte del bambino di frasi, espressioni o richieste dei genitori. In altre situazioni i genitori proiettano sui figli attese e desideri che vincolano i bambini nelle loro possibilità di espressione e di crescita.

La superbia è l'altra faccia della medaglia della SDA: se il bambino pensa di non poter disattendere le aspettative dei genitori, pena la perdita dell'affetto, si adatta a questa richiesta e non tollera di scoprirsi non all'altezza di questa supposta

domanda degli adulti. Non può ammettere di "essere fallibile", di sbagliare, e questo tentativo ripetuto di negare i propri limiti diventa un'abitudine a negare i propri errori e si estende a tutti gli ambiti in cui il bambino agisce. La superbia può essere vista come la negazione della propria fallibilità e porta ad una lettura distorta della realtà, in particolare agisce sull'immagine di sé come di un superuomo che non sbaglia mai (perché se mi accorgessi di sbagliare perderei l'affetto in quanto non degno).

Questi bambini appaiono come "congelati", non sono creativi nel gioco, nella narrazione o nel disegno, quando raccontano le loro esperienze esprimono sempre il punto di vista degli adulti, non sanno perdere al gioco e negano l'evidenza dei loro sbagli, arrivando a sentirsi in dovere di giustificare anche i loro tentativi in un processo di apprendimento, trovano sempre una giustificazione in una causa esterna, danno sempre la colpa agli altri.

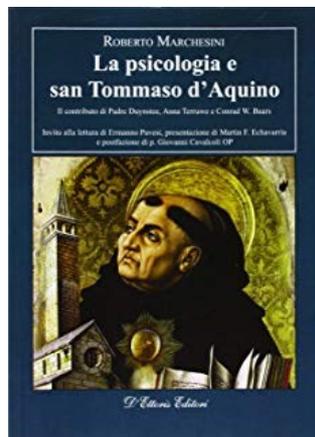
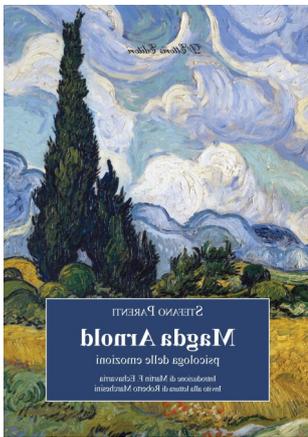


Il sintomo insorge quando una determinata situazione (la percezione di un carico di richieste) diventa insostenibile per il bambino, ma egli non lo ammette perché questo significherebbe ammettere la propria fallibilità e quindi comporterebbe la perdita dell'affetto.

SDA e superbia promuovono quindi la nevrosi, cioè il continuo aggiustamento della realtà in modo da dare al bambino l'immagine di sé come di una persona sempre all'altezza di ricevere affetto, quindi un bambino che non sbaglia mai, immune dall'errore.

Come si lavora in terapia

Innanzitutto occorre evitare che il bambino metta in atto in modo massiccio meccanismi di difesa volti a mantenere la sua idea di infallibile superuomo: occorre quindi far sentire il bambino accolto in un clima non giudicante e molto libero. Il bambino controlla minuziosamente ogni più piccola reazione del terapeuta, anche le sue espressioni facciali, per poter assumere atteggiamenti e comportamenti che lui immagina conformi a quelli del terapeuta. Occorre quindi essere davvero attenti a non concedere al bambino la possibi-



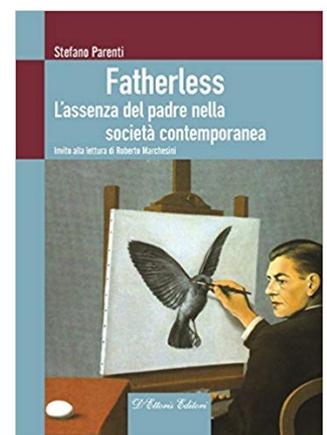
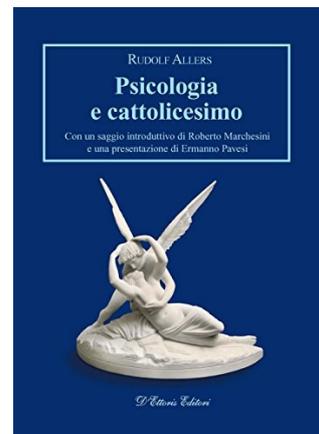
lità di scoprire il nostro punto di vista su un tema o un comportamento perché egli non possa conformarvisi.

In un secondo momento si comincia a chiedere al bambino di svelarsi: ma tu chi sei? Che cosa ti piace? Come ti senti? Per fare questo si utilizza qualunque canale il bambino mostri di prediligere (e spesso fatica a mostrare preferenze): giochi, racconti, storie inventate dal bambino o costruite insieme al terapeuta, disegni... tutto va interpretato per valorizzare l'emergere del sé del bambino, aiutandolo in una operazione di "svelamento delle maschere" (Marchesini 2010) che lo porta ad esprimere i suoi gusti e il suo punto di vista.

Successivamente si passa a promuovere nel bambino anche l'espressione di emozioni che prova, innanzitutto facendogli notare che sta provando

certe emozioni, aiutandolo a riconoscerne la presenza e aiutandolo a mentalizzarne l'esistenza. Giocando con oggetti, colori, personaggi... si aiuta poi il bambino a lavorare sulle emozioni (in un campo proiettivo e quindi meno soggetto a difese) portandolo a scoprire le diverse valenze che un'emozione può avere, focalizzando l'attenzione soprattutto sul fatto che anche le emozioni "negative" come rabbia, paura o tristezza hanno un ruolo buono, di protezione e salvaguardia, e non sono emozioni che è "sbagliato" provare. L'obiettivo è cominciare a guardare le emozioni in tutte le loro valenze, perché imparando ad esprimere se stessi, cioè a non aver paura a dire ciò che si pensa o a manifestare ciò che si prova in quel momento, il bambino possa sperimentare gradualmente di poter fare a meno delle maschere: non sono più essenziali per sentirsi voluto bene (Parenti 2013).

A questo punto è possibile cominciare con molta delicatezza a chiedere al bambino di associare al suo sintomo delle sensazioni, chiedergli come le considera, come le valuta e individuare quindi quale emozione (intesa come tendenza all'azione, secondo la Arnold) suscita in lui questa valutazio-



ne della sensazione. L'obiettivo è di aiutarlo a rendersi conto che il sintomo dice qualcosa di ciò che prova; e ciò che prova a quale situazione (insostenibile per lui) è correlata?

Se fino ad ora questo procedimento non sembra

discostarsi molto dal metodo psicoanalitico classico, l'apporto della Arnold (in Parenti 2016) nell'ambito delle emozioni aiuta ad andare oltre, aiutando il bambino a proseguire nel suo processo di maturazione.

Il secondo appraisal (riconoscimento dell'emozione attraverso la valutazione degli effetti dell'azione in corso, Arnold), aiuta il bambino a scoprire tutte le valenze possibili di quella emozione, oltre a quelle da lui individuate, e a identificare con chiarezza a chi o a che cosa quelle emozioni sono dirette.

Ora è possibile per il bambino rivolgere la sua attenzione alla reale situazione difficile, per lui insostenibile, togliendo il focus dal sintomo e riconoscendo che una determinata circostanza suscita in lui emozioni, e comportamenti conseguenti, di un certo tipo.

Parallelamente occorre lavorare sugli aspetti di superbia: quando il bambino bara per non perdere al gioco o individua cause esterne ad un suo errore, lo si mette davanti alla realtà, davanti al proprio limite. In particolare la fallibilità diventa tollerabile quando si comprende che:

- nessuno è infallibile -> anche il terapeuta perde al gioco e non ne esce distrutto
- la fallibilità non è totalizzante: riguarda precisi momenti temporali e non coinvolge la totalità della persona ma solo alcuni specifici aspetti -> a volte si vince a volte si perde; in alcuni giochi si è più forti in altri meno
- la fallibilità è modificabile -> si può migliorare con l'allenamento, l'esercizio

Per fare questo si possono proporre giochi competitivi e stare sulle emozioni che emergono.

La consapevolezza emotiva e il lavoro sulla "capacità di perdere" su cui il lavoro terapeutico insiste, consentono al bambino di

- individuare una situazione come "insostenibile" per lui;
- identificare la sua emozione di paura di perdere l'affetto;
- prendere coraggio rispetto alla paura di non essere all'altezza delle richieste adulte e alla paura di scoprirsi fallibili (per fare questo il bambino deve avere la possibilità di iniziare già nella relazione con il terapeuta a mettere in atto piccoli atti di coraggio che lo affranchino dalla paura di perdere l'affetto se disattende le richieste degli adulti).



L'emozione di paura che origina il sintomo diventa così una realtà da cui partire per arrivare a comprendere quale comportamento agire (virtù o vizio) attraverso la ragione: il bambino ha la possibilità

di ordinare le emozioni all'intelligenza e alla volontà, ristabilendo un equilibrio nell'ordine affettivo.

La cosa che trovo più bella è che il bambino è chiamato in prima persona a fare un lavoro che nessun altro al di fuori di lui può fare. Nemmeno un cambiamento nei genitori ha il potere di sciogliere questo muro di "lesa maestà" che ormai, come un habitus, il bambino ha imparato ad agire. Occorre che il bambino scelga di fare questa fatica, di esercitare la virtù contraria che combatte l'habitus.

Se è chiaro che parallelamente occorre un lavoro con i genitori, c'è un area totalmente unica e privata del bambino che solo lui può scegliere di

provare a cambiare. Solo lui può fare un piccolo atto di coraggio, nessuno si può sostituire a lui.

Un caso clinico

S. è un bambino di 8 anni, soffre periodicamente di tic che coinvolgono occhi, bocca, lingua, collo e spalla. I tic diventano sempre più articolati e visibili. S. mostra una scarsa consapevolezza del sintomo.

Nel gioco è spesso ripetitivo, poco creativo, schematico, ripropone giochi fatti a scuola; disegna poco e mal volentieri; fatica a raccontare gli avvenimenti e la capacità di descrivere emozioni è molto scarsa; i suoi racconti sono noiosi, un elenco di azioni. Inoltre non tollera di perdere al gioco e ogni volta cerca un cavillo o inventa una nuova regola per vincere.

Accolgo S. sempre con molto entusiasmo, enumero le sue qualità, valorizzo ogni sua più piccola idea creativa che introduce nei giochi. Allo stesso tempo mi oppongo ai suoi tentativi di uscire sempre vincitore e verbalizzo la frustrazione che si prova nel perdere al gioco, la paura di sentirsi perdente. Sottolineo che perdere ad un gioco non

è “essere perdente”.

Con il tempo accetta sempre di più la mia opposizione ai suoi cavilli o il divieto di cambiare le regole a gioco iniziato; propone giochi differenti, inventa addirittura un tiro a segno.

Cominciamo a parlare di cosa lo rende contento, di cosa gli piace fare e anche di che cosa lo fa arrabbiare. Emerge il tema delle sorelline gemelle: S. si sente sempre molto responsabile, soprattutto quando i genitori non sono in casa. Racconta che a turno entrambe fanno capricci infiniti a cui i genitori cedono. S. riconosce di essere arrabbiato per questo e io osservo che questa rabbia è dovuta al fatto che lui invece è un bambino estremamente ubbidiente e attento a non scontentare gli adulti.

S. racconta di emozioni che prova legate a questa vicenda: paura che nessuno sappia fermare le gemelle; rabbia per vedere concesso tutto a loro e a lui niente.

Nel frattempo comincia ad osare trasgredire: mangia una caramella di nascosto in seduta, al gioco dell'impiccato scrive parolacce...io accolgo,

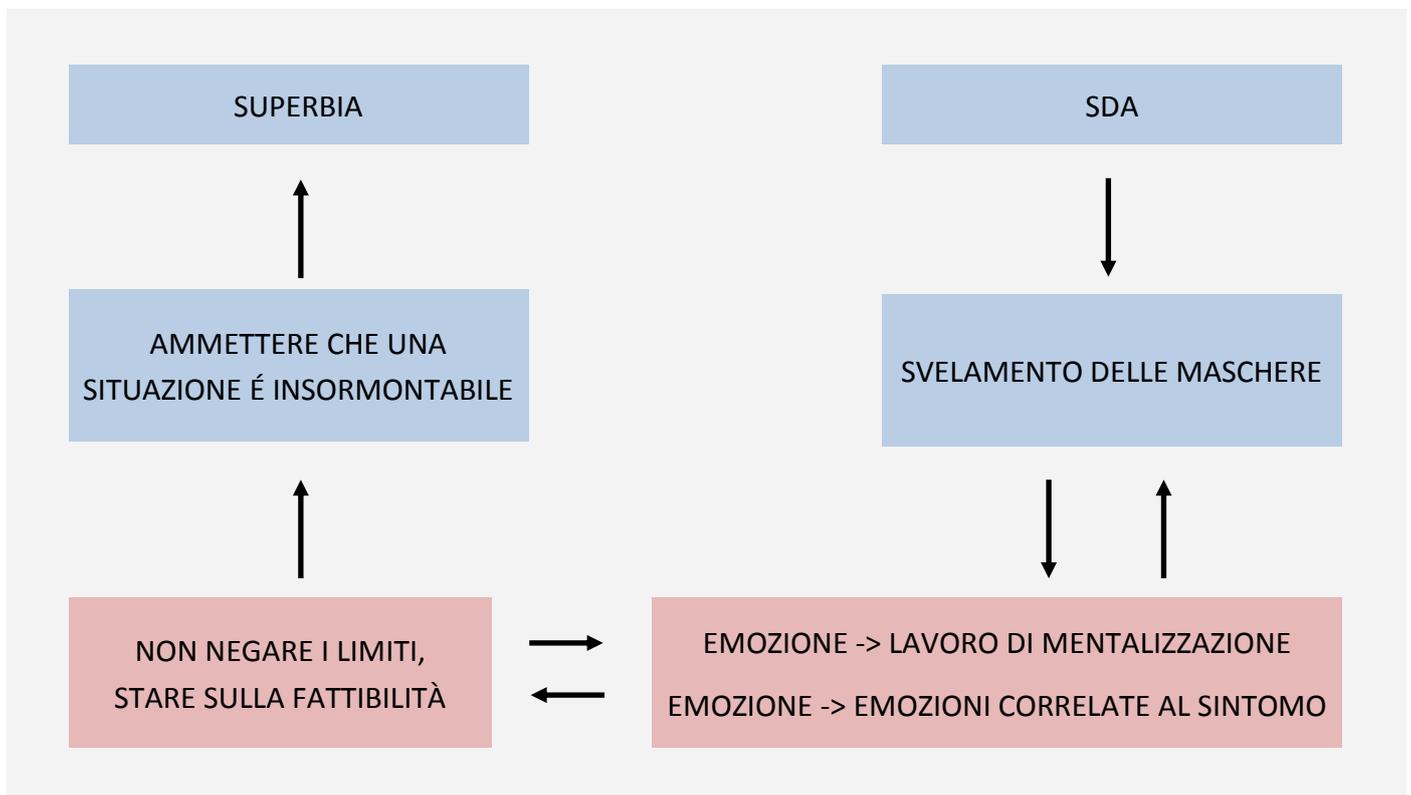
LAVORO SULLE EMOZIONI	ESEMPIO
Il sintomo/la situazione stressogena	non sopporto vestiti stretti
Appraisal (giudizio sensoriale)	quel vestito non mi piace, è un danno indos-
Tendenza all'azione (emozione)	rabbia
azione=comportamento del bambino (Questa azione ha gli effetti attesi e desiderati? No, infatti ciclicamente il	evito i vestiti stretti
Giocare con emozione, trovandole un simbolo e vedendone tutte le proprietà → secondo appraisal	rabbia è fuoco che brucia, scalda, illumina
Individuare a quale oggetto o soggetto è	la mamma che mi compra i vestiti, me stessa...
Definire meglio quale tipo di azione è adatta: scelta del comportamento	scelgo di non dare peso ai vestiti stretti ma di focalizzarmi sulle cause: la mamma, me stessa...

spiego che non è carino o giusto farlo ma che a volte è divertente sgarrare.

Quando verbalizzo che non è lui responsabile della condotta delle sorelle, che non si deve occupare di loro o di farle smettere di fare i capricci, che anzi ha diritto di sottrarsi alle loro grida e di avere uno spazio suo, difendendosi dalla loro prepotenza, S. si alleggerisce: i tic sono scomparsi, lui è contento, ride e scherza più di prima, sorride e racconta spontaneamente di sé. A casa, riferiscono i genitori, cerca di più il contatto fisico e le coccole mentre prima era più isolato.

portamento, in risposta a quello del figlio, è di aiuto alla gestione delle emozioni del bimbo oppure no (nel senso di aiutarlo ad ordinarle a intelligenza e volontà).

È possibile aiutarsi con un cubo, in cui, sulle quattro facce laterali, si indicano in successione "comportamento del bambino", "emozione del genitore", "comportamento del genitore", "emozione del bambino". Si chiede al genitore di compilare le varie voci; poi si mostra come queste siano interdipendenti le une alle altre e si domanda al genitore dove accade il "corto circuito" che



Il lavoro coi genitori

I genitori sono chiamati ad aiutare i loro bambini a disinnescare il meccanismo sda-superbia, rispondendo con comportamenti adeguati.

Per fare questo il genitore deve capire quali sono le emozioni che il comportamento del proprio bambino suscita; deve anche provare ad immedesimarsi nelle emozioni che hanno causato quel comportamento nel bambino: a questo punto il genitore può veder con i suoi occhi se il suo com-

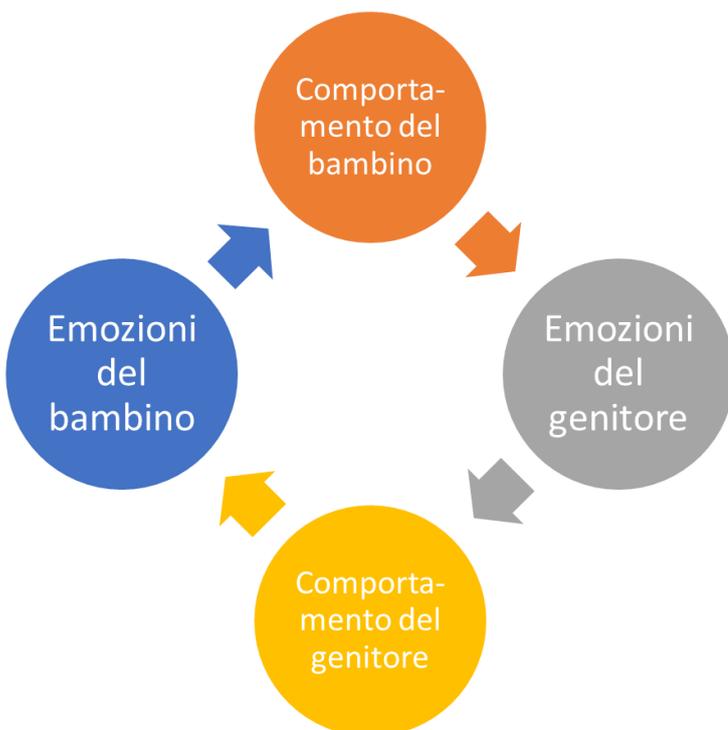
non permette al bambino di modificare il suo comportamento.

Nel caso in cui il comportamento del genitore non è di aiuto al bambino occorre andare a capire quale emozione ha originato il comportamento del genitore invitandolo a dare una valutazione dell'emozione suscitata in lui da un certo comportamento del bambino.

In un secondo momento si chiede al genitore di dirci come giudica il comportamento del figlio: a

volte i genitori scoprono di attribuire a determinati comportamenti significati molto forti, indicativi di caratteristiche, talenti, deficienze, pregi o difetti.

A questo punto occorre fornire agli adulti informazioni corrette rispetto alle loro credenze in modo che possano mettere in atto una rivalutazione dei comportamenti del bambino, leggendoli nella loro interezza e complessità. In questo modo spesso si ottiene una maggiore comprensione degli stati emotivi del figlio e un cambiamento delle emozioni corrispondenti nel genitore e di conseguenza l'adulto assume comportamenti differenti, più in sintonia con le emozioni del bambino. Il genitore diventa quindi in grado di essere una guida per il figlio nel vivere determinate emozioni senza esserne sopraffatto, ma ordinandole a intelligenza e volontà.



1. Valutazione dell'emozione provata in risposta al comportamento del figlio.

2. Valutazione dei comportamenti del bambino: consiste nel giudicare tale comportamento funzionale o meno alla crescita del bambino, o ade-

guato o meno alle competenze attese per l'età, secondo il punto di vista genitoriale.

3. Scoprire i significati attribuiti dal genitore al comportamento del bambino per scoprire l'origine delle emozioni nel genitore.

4. Rivedere la valutazione fatta dei comportamenti da tutte le angolazioni possibili per avere una visione più ampia rispetto a quanto è riuscito a fare il genitore fin'ora sotto l'effetto emotivo: questo comporta il riequilibrio della valutazione dei comportamenti e il riequilibrio della visione del bambino.

5. Effetti del riequilibrio: cambiamento dell'emozione nel genitore e cambiamento del comportamento corrispondente.

6. Il bambino riceve, in risposta al suo comportamento, un messaggio che accoglie il suo bisogno e risponde al suo bisogno trovando indicazioni per una strategia efficace.

Caso clinico

I genitori di Carlo, 5 anni, si rivolgono a me perché il bambino mostra spesso atteggiamenti poco assertivi, soprattutto nel comportamento con i compagni, con il fratello (più piccolo di un anno) e in alcune situazioni comunitarie poco strutturate. L'atteggiamento genitoriale oscilla da comportamenti di preoccupazione e iperprotezione a comportamenti svalutanti.

Dai colloqui con il padre si rende evidente una personale difficoltà di gestione del conflitto e una tendenza di tutta la famiglia di origine ad evitarlo.

Dai colloqui con la madre invece ho l'impressione che abbia un'idea del figlio predefinita e molte aspettative su come dovrebbe essere nei diversi ambiti della realtà. L'idea che mi faccio è che non parta tanto da come sia Riccardo ma da come fosse lei da bambina e di come dovrebbe essere

la giornata e la vita di un bambino di quell'età.

bambino appare evidente.

COMPORAMENTO DEL BAMBINO	EMOZIONE DEL GENITORE	COMPORAMENTO DEL GENITORE
è abile nello sport	serenità	lo incoraggio a gareggiare
fa il ruffiano	fastidio	lo smaschero
è competente negli apprendimenti	entusiasmo	lo valorizzo e mostro apprezzamento ogni volta che posso
è inibito alle feste	paura	lo allontano da me e lo spingo in

Dopo alcuni colloqui iniziali, in cui metto a fuoco gli elementi salienti, propongo a ciascun genitore, separatamente, di identificare alcuni comportamenti del figlio; questo primo passo consente ai genitori di dichiarare come vedono il proprio bambino, quali sono, ai loro occhi, i punti di forza e di debolezza. Chiedo anche, per ciascuno di es-

I genitori di Carlo sono progressivamente riusciti a decodificare e distinguere le proprie emozioni da quelle del figlio e hanno messo in atto comportamenti di risposta a quelli del figlio capaci di comprendere le difficoltà del bambino e di aiutarlo a superarle, senza più rispondere alla paura con la paura.

COMPORAMENTO DEL BAMBINO	EMOZIONE DEL GENITORE	COMPORAMENTO DEL GENITORE	EMOZIONE DEL BAMBINO
è abile nello sport	serenità	lo incoraggio a gareggiare	sicurezza
fa il ruffiano	fastidio	lo smaschero	insicurezza
è competente negli apprendimenti	entusiasmo	lo valorizzo e mostro il mio apprezzamento ogni volta che posso	paura di sbagliare; desideroso di mostrare le sue capacità
è inibito alle feste	paura	lo allontano da me e lo spingo in mezzo agli al-	Paura di mettersi in gioco

si, di individuare l'emozione che quel comportamento suscita in loro e di raccontare che cosa sono soliti fare, come rispondono al comportamento del bambino.

Infine chiedo loro come pensano che si senta il figlio: individuano alcune emozioni, io ne suggerisco altre, possibili, e insieme esploriamo possibili scenari emotivi che il figlio si trova a vivere.

A questo punto la differenza tra il comportamento messo in atto dal genitore e le emozioni del

Bibliografia

Allers R., *Psicologia e cattolicesimo*, D'Ettoris, Crotone 2009.

Bion W., *Apprendere dall'esperienza*, Armando, Roma 1994.

Marchesini R., *Quello che gli uomini non dicono*, Sugarco, Milano 2010.

Marchesini R., *La psicologia e San Tommaso d'Aquino*, D'Ettoris, Crotone 2013.

Parenti S., *Fatherless, l'assenza del padre nella società contemporanea*, D'Ettoris, Crotona 2013.

Parenti S., *Magda Arnold psicologa delle emozioni*, D'Ettoris, Crotona 2016.

COMPORAMENTO DEL BAMBINO	EMOZIONE DEL GENITORE	COMPORAMENTO DEL GENITORE	EMOZIONE DEL BAMBINO
è abile nello sport	serenità	lo incoraggio	sicurezza
fa il ruffiano	fastidio	lo rassicuro del mio affetto indiscusso	insicurezza
è competente negli apprendimenti	entusiasmo	lo valorizzo in modo più equilibrato, senza troppo enfatizzare la mia gratificazione	paura di sbagliare; desideroso di mostrare le sue capacità
è inibito alle feste	paura	lo rassicuro sulle sue capacità ma lascio che sia lui, in autonomia, a staccarsi da me	Paura di mettersi in gioco

Psicologia del dolore cronico: contributi da San Tommaso d'Aquino

Gianni Clemente

Psicologo

Tutti nella vita sono stati male almeno qualche volta. Tutti hanno provato dolore fisico. Normalmente accade che con il tempo e l'aiuto di qualche rimedio medico la malattia migliori e il dolore scompaia.

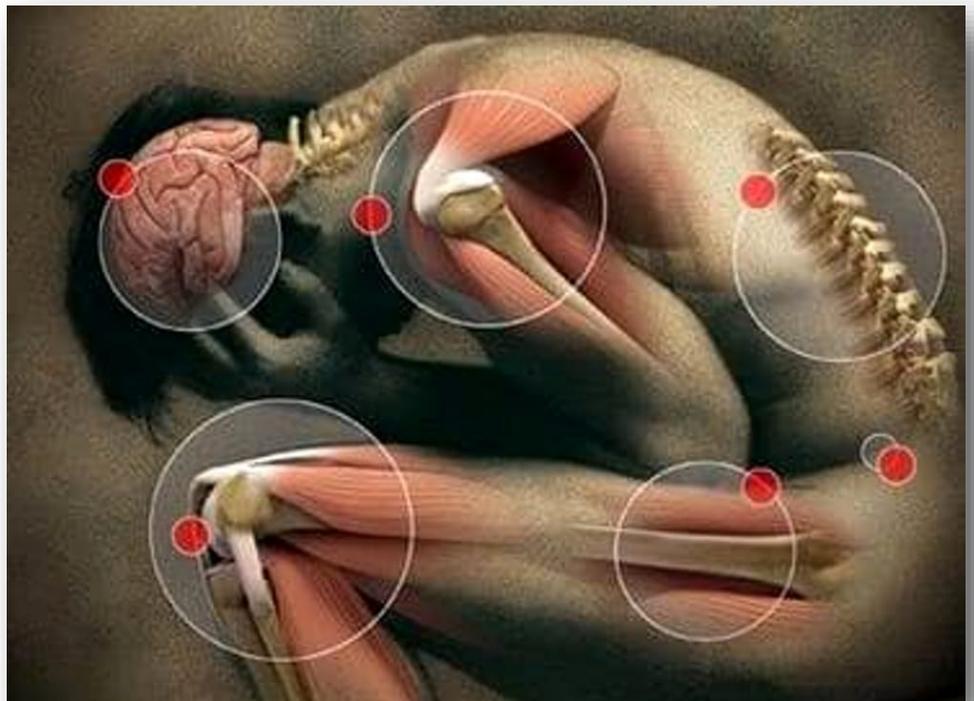
Solitamente quando il dolore è intenso, ma destinato a passare, non ci sono impatti devastanti e duraturi sulla psiche.

Quando invece la malattia si cronicizza e il dolore non cessa né si attenua, l'impatto dell'esperienza dolorosa sulla psiche può divenire imponente. In questi casi spesso si osserva come la scienza medica si dimostri inadeguata a livello terapeutico; talora il fallimento della medicina si realizza già precocemente nella fase di diagnosi.

Sulla base della mia esperienza personale e dunque dal mio personale punto di vista ritengo che anche la psicologia/psicoterapia moderna abbia poco da dire sul tema del dolore cronico.

Non vi sono a mio giudizio tecniche realmente efficaci. In generale la psicologia sul tema del dolore cronico propone generici esercizi ed esercitazioni che vanno dalla ricerca della consapevolezza (tipo mindfulness), al rilassamento (per esempio il training autogeno), fino all'uso dell'ipnosi.

Dal punto di vista del paziente inoltre mi pare di osservare che chi ha veramente male normalmente non ha beneficio dalle tecniche psicologiche, anzi si sente ulteriormente preso in giro oppure non compreso nel proprio dramma. Tale affermazione deriva dalla mia personale esperienza e dai colloqui con pazienti cronici.



Obiettivo di questo breve articolo

Intendo riflettere se S. Tommaso abbia qualcosa da dire di ragionevole e soprattutto di utile per tutti coloro che si trovano a vivere condizioni di dolore cronico reale. Qualcosa che certamente manca nell'attuale desolante scenario moderno.

Cos'è il dolore cronico

Secondo la definizione teorica il dolore cronico è

un'esperienza sensoriale con implicazioni in campo emotivo di natura estremamente spiacevole e sgradevole.



Il dolore cronico è un vissuto soggettivo, ma fa riferimento ad un dolore fisico, ovvero a una condizione nella quale il dolore rappresenta un segnale, un campanello di allarme di un danno al corpo.

Il dolore cronico, come dice il termine, dura da lungo tempo, anche oltre i tre o sei mesi e in condizioni non rare può perdurare fino alla morte.

Una definizione più aggressiva, che mi sento di dare è questa: il dolore cronico è un palese fallimento della scienza che si tende a negare.

Il dolore cronico non è affatto raro e in alcune popolazioni è stato stimato interessare fino a un terzo della popolazione. Inoltre il dolore cronico può essere di intensità bassa, così come manifestarsi con un'intensità elevata. Peraltro con l'invecchiare della popolazione è un fenomeno destinato ad aumentare¹.

Conseguenze del dolore cronico

La persona che soffre di dolore cronico racconta spesso un'esperienza di collasso globale della sua persona nelle sue diverse dimensioni. Il crollo è tanto più repentino quanto intenso è il dolore cronico.

Possiamo fare un elenco non esaustivo delle principali conseguenze visibili:

- calo brusco della qualità della vita

- deterioramento delle relazioni interpersonali
- modificazioni della personalità
- cambiamento degli interessi: in generale, non si fa più (o non è più possibile fare) ciò che si faceva prima
- difficoltà al lavoro fino all'inabilità lavorativa

A livello di vita psichica possiamo elencare:

- la paura che si cronicizza
- l'angoscia che diventa più frequente e si sovrappone alla paura
- disturbi ansiosi e depressivi
- domanda di senso bruciante

Punto di vista della psicologia dinamica

Comunemente la paura e l'angoscia sono emozioni che sorgono come reazione ad esperienze di pericolo. Il dolore che non passa è un pericolo perdurante per la persona.

Normalmente in seguito ad un'esperienza pericolosa avvengono dei mutamenti fisiologici nel corpo e l'uomo prova una sorta di stato di apprensione ovvero di paura. La paura è anche un segnale che ci avvisa della presenza di un pericolo esterno percepito come concreto ed immediato. Di fronte a questo pericolo esterno l'uomo può scappare per mettersi al riparo o, in alternativa, può combatterlo, sempre con il fine di mettersi in



salvo.

L'angoscia al contrario della paura è comunemente considerata come l'emozione che segnala una minaccia che proviene dall'interno dell'uomo.

Se dalla paura ci si può difendere fuggendo o lottando, dall'angoscia non ci si può difendere lottando ma solo fuggendo. La fuga si realizza in modo spesso inconscio, ovvero tramite i cosiddetti meccanismi di difesa. La teoria consolidata è che i meccanismi di difesa ricacciano l'angoscia in un luogo dal quale non si può percepire.

Nel caso del dolore cronico, possiamo osservare la presenza contemporanea di paura ed angoscia. Le aggressioni avvengono sia dall'esterno che dall'interno. In questi casi poi, il corpo spesso è percepito come esterno.

Tuttavia la teoria classica psicodinamica descritta sopra risulta inadeguata nel caso in cui il nemico da affrontare sia il dolore cronico. Contro il dolore cronico non si può lottare perché non c'è nessun tipo di lotta efficace. Dal dolore cronico non si può fuggire e tanto meno si può ricorrere al *freezing* come alcuni animali (simulare l'esperienza di morire) in quanto si viene immediatamente risvegliati dal dolore.

Non esiste poi un posto dove nascondere l'angoscia. Il dolore cronico sta sempre davanti a colui che lo prova.

Tralascio le psicologie costruttiviste, gli approcci cognitivisti o le psicologie umaniste perché non mi pare che abbiano nulla da dire di interessante. Al contrario alcuni pazienti si sentono offesi quando si tirano in ballo le teorie del linguaggio. Non si può infatti andare da un paziente con dolore cronico e dirgli che se cambierà il suo linguaggio o gli aspetti cognitivi cambierà anche il modo di provare il dolore. Non si può nemmeno dire che se cambierà il suo atteggiamento esistenziale le cose andranno in modo diverso.

Il dolore è un male secondo S. Tommaso

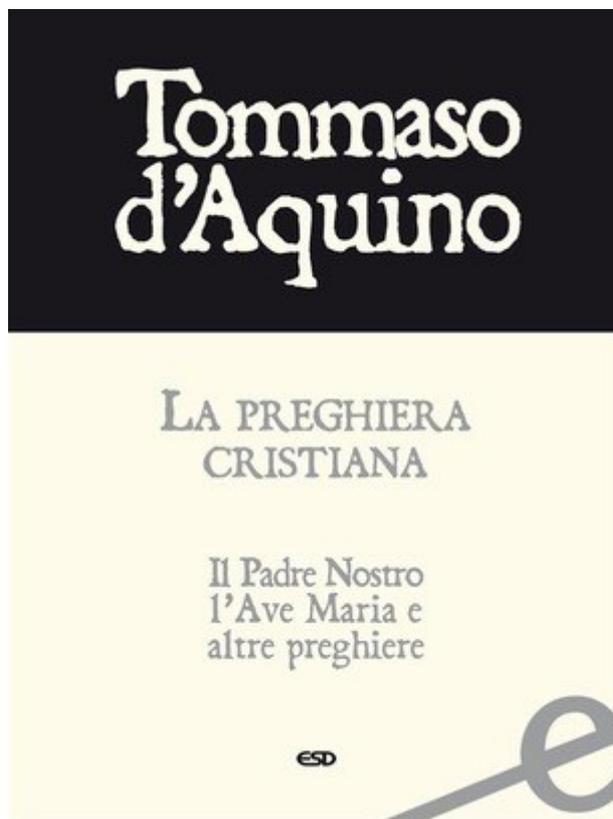
Una domanda che pongono spesso i pazienti con dolore cronico è questa: perché proprio a me? Il tema è quindi l'origine del suo proprio dolore e del suo proprio male.

In altre parole: i pazienti con dolore cronico si chiedono con una certa insistenza il perché del loro calvario. Siccome la psicologia non si occupa di questo tema importante per i pazienti con dolore cronico, farò riferimento all'opera di San Tommaso

e dunque implicitamente al pensiero cattolico tradizionale.

La sintesi del discorso che cercherò di descrivere è questa: il dolore, in quanto assenza di bene, è un male pena secondo San Tommaso. Dio non induce al male, ma lo permette:

«Dio induce forse al male, quando ci fa dire “non ci indurre in tentazione”? Rispondi che si dice che Dio induce al male nel senso che Egli lo permette, giacché a causa dei suoi numerosi peccati precedenti sottrae l'uomo alla grazia, venuta meno la



quale cade nel peccato»².

Male e bene secondo San Tommaso



Per spiegare il male San Tommaso fa riferimento alla nozione del bene.

Cos'è il bene? Il bene è tutto ciò che è appetibile.

L'idea di base è che ogni natura (natura in S. Tommaso indica la generazione dei viventi) desidera la propria perfezione.

La perfezione si presenta come un bene. Il male costituisce una mancanza di bene/tale perfezione (*"privatio boni"*).

Il male secondo San Tommaso non può indicare una realtà, ma è una mancanza della realtà del bene, cioè della perfezione. Solo la carenza di un bene è considerato un male.

Il dolore cronico è un male pena

San Tommaso, nella questione 48 della prima parte, articolo 5, distingue due tipologie di mali: il male come pena ed il male come colpa. Il primo indica quando si verifica per una sottrazione della forma o della integrità di una cosa. Il secondo consiste nella carenza della debita operazione, trattandosi di azioni volontarie.

Il dolore cronico è un male pena, ovvero è la sottrazione dell'integrità di una cosa. Il male pena si distingue dal male colpa che riguarda le azioni volontarie ed è per esempio la carenza di una azione.

Qui dobbiamo fare un'importante distinzione. Spesso i pazienti con dolore cronico vivono il senso di colpa e l'essere malvagi. Una persona secondo San Tommaso diviene malvagia per il male colpa, ma non per il male pena.

Un altro punto di attenzione è questo: il male è la mancanza di bene, ma non è il bene a causare il male secondo San Tommaso.

Questo implica anche che non vi è un grande male che è causa degli altri mali ovvero il male non è causa prima.

Ciò per i cattolici implica tutto: se il male ed il dolore è permesso da Dio, e non ostacolato, significa che c'è un motivo. La sopportazione del dolore cronico in questo scenario descritto acquista un senso.

Dolore cronico e passioni dell'anima

Secondo S. Tommaso l'uomo è composto da Anima e Corpo. L'Anima è il principio unificante dell'uomo.

Vi sono infatti alcune funzioni importanti: vegetativa, razionale e sensitiva.

Le passioni sono impressioni emotive, turbamenti, ovvero sconvolgimenti dell'anima.

In altre parole le passioni sono eventi che incidono sull'anima, moti della facoltà appetitiva dell'anima. Le passioni in quanto tali provengono dall'immaginazione di un bene o di un male in ultimo producono anche una modifica del corpo.

Sintetizzando: le passioni sono un movimento dell'anima che reagisce ad un bene ad un male.

Volendo schematizzare:

1. Accade un evento (per esempio il dolore cronico)
2. All'anima si presenta un bene o un male (nel caso del dolore cronico si tratta di un male presente ora e presente anche con

buone probabilità nel futuro)

3. L'anima con la facoltà conoscitiva prova a conoscere questo evento bene o evento male
4. L'anima con la facoltà appetitiva è spinta a volere o rifiutare questo bene o questo male

Il dolore o tristezza causato dal dolore cronico è trattato nella Somma Teologica di S. Tommaso nella Prima Parte della Seconda Parte, gli atti umani in generale, le passioni, Il dolore o tristezza (I-II,35).

La sintesi mi pare trattata nell'Articolo 7 dove S. Tommaso si chiede se il dolore esterno sia maggiore dell'interno. Dove risponde appare questa frase:

Tuttavia il dolore esterno più volte è unito al dolore interno: e allora lo accresce. Poiché il dolore interno non solo è più forte di quello esterno, ma è anche più esteso. Infatti tutto ciò che ripugna al corpo, può anche ripugnare all'appetito interiore; e tutto ciò che è conosciuto dai sensi, può esser conosciuto anche dall'immaginativa e dalla ragione; ma non viceversa. Perciò è detto espressamente nel testo riportato: "Cumulo di ogni piaga è la tristezza del cuore", poiché anche i dolori delle piaghe esterne sono compresi nella tristezza del cuore³.

Conclusione

Ho osservato che molto spesso il paziente con dolore cronico dopo aver scontato il fallimento della medicina giunge a chiedersi il senso del calvario che sta vivendo.

Ho anche osservato che la psicologia moderna nelle varie declinazioni tende a non fornire risposte in questo ambito, e pertanto al netto delle tecniche risulta in generale inutile al paziente.

San Tommaso può aiutarci a chiarire il senso del dolore, a contestualizzarlo in modo chiaro e preciso all'interno della tradizione cattolica.

Riferimenti

1. Fayaz A. et al. *Prevalence of chronic pain in the UK- British Medical Journal Open* 2016;6:e010364.
2. San Tommaso d'Aquino, *Commento al Padre Nostro*, 6 in *La preghiera cristiana*, ESD, Bologna 2012.
3. Tommaso d'Aquino, *Summa Teologica*, I^a-II^aae q. 35 a. 7 co., ESD, Bologna 2014.

L'omosessualità nella Somma Teologica di Tommaso d'Aquino: una breve analisi

Roberto Fenucci

Infermiere

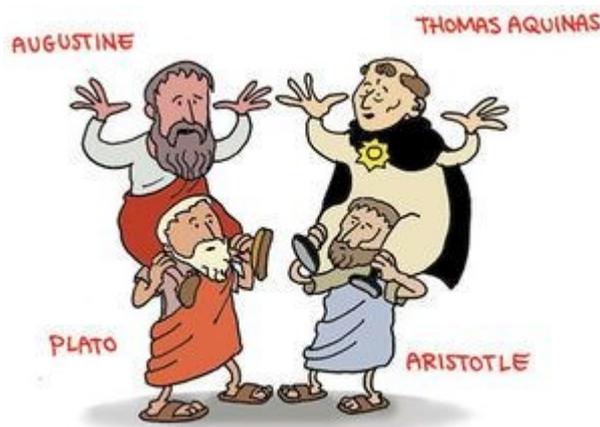
La Somma Teologica, l'opera più importante di Tommaso d'Aquino, fu redatta tra il 1265 e il 1274. Tommaso la scrive tenendo conto della Bibbia, degli scritti dei Padri della Chiesa, dei dogmi della Chiesa cattolica e delle opere di alcuni autori dell'antichità: Aristotele, Platone, Cicerone, ecc. L'opera è divisa in tre parti:

1. la prima parte, in cui sono proposti temi quali la sacra dottrina, l'unità e la trinità di Dio, la creazione, l'origine del male, gli angeli, l'uomo e il cosmo.
2. la seconda parte, suddivisa in due sezioni, affronta il tema del moto della creatura ragionevole verso Dio:
 - Prima sezione: sono proposti temi quali il fine ultimo dell'uomo e della vita umana, che è la beatitudine; ed i mezzi, ossia gli atti umani, per raggiungere il fine ultimo e gli ostacoli che vi si frappongono: quindi sono trattati temi quali le caratteristiche dell'atto umano in generale e delle azioni umane in particolare, le passioni, gli abiti, le virtù, il peccato, la legge antica e quella nuova, la grazia e il merito.
 - Seconda sezione: sono proposti temi quali le virtù teologali (fede, speranza e carità), le virtù cardinali (prudenza, giustizia, forza,

temperanza), i carismi, gli stati di vita.

3. la terza parte sono proposti temi quali la figura di Cristo (incarnazione, vita, passione e resurrezione) ed i sacramenti (battesimo, cresima, eucaristia, penitenza).

La struttura di ciascuna di queste parti presenta una serie di questioni circa ciascun tema trattato (formulate come domande) e di articoli (ogni articolo si struttura in tesi, analisi delle obiezioni e soluzione delle difficoltà). Infine abbiamo il supplemento alla terza parte, in cui sono proposti temi quali l'ordine sacro, il matrimonio, l'unzione degli infermi, il giudizio finale e i novissimi; e l'appendice al supplemento alla terza parte, in cui sono proposti temi quali il purgatorio e il peccato originale.



Nel testo della Somma Teologica la problematica omosessuale viene trattata nella seconda parte dell'opera. All'interno di questa parte abbiamo provato a cercare le parole "sodomia", "omosessualità", "omosessuale". Abbiamo visto che questi termini ricorrono nella:

- Prima sezione: in questa sezione compaiono i termini "sodomia" all'art. 3 ("Tutti gli atti di virtù rientrano nella legge naturale?") e "omosessualità" all'art. 7 ("Ci sono dei piaceri non naturali?")

- Seconda sezione: in questa sezione compaiono i termini “omosessuale” all’art. 4 (“Il peccato di intemperanza è quello più disonorante?”) e “sodomia” all’11 (“Il vizio contro natura è una specie della lussuria?”) e all’art. 12 (“Il vizio contro natura è il più greve dei peccati contro natura?”).

Vediamo adesso nel dettaglio ciascuno di questi articoli.

Seconda parte, prima sezione: sodomia e omosessualità

Nell’art. 3, trattato all’interno della questione 94 relativa alla legge naturale, Tommaso si chiede se tutti gli atti di virtù rientrino nella legge naturale ed afferma che:

“nell’essere umano possiamo considerare natura o quella propria dell’uomo, e allora tutti i peccati sono da ritenersi contro natura, così come sono contro la ragione, secondo le affermazioni del Damasceno, oppure quella che è comune all’uomo e agli altri animali, e allora si dicono contro natura certi peccati particolari. La sodomia, per es., che è contraria al rapporto sessuale tra il maschio e la femmina che è naturale a tutti gli animali, si dice che è un peccato speciale contro natura”.

Qui Tommaso sembra sottolineare quanto nella definizione di “natura” o “naturale” sia implicito il

fine riproduttivo dell’atto sessuale, presente sia negli uomini che negli animali e ordinato alla sopravvivenza della specie (umana o animale che sia).

Nell’art. 7, trattato all’interno della questione 31 relativo al piacere in se stesso, Tommaso si chiede se vi siano dei piaceri non naturali, rispondendo che:

“si denomina naturale ciò che è conforme alla natura. Ma nell’uomo la natura può essere presa in due sensi.

Primo, in quanto la natura dell’uomo consiste specialmente nell’intelletto, ossia nella ragione, poiché da questa l’uomo viene costituito nella sua specie. E in questo senso possono dirsi naturali per l’uomo quei piaceri che a lui convengono secondo la ragione: come è naturale per l’uomo godere della contemplazione della verità, e degli atti di virtù.

Secondo, nell’uomo la natura può essere presa in quanto si distingue dalla ragione: e allora indica quanto è comune all’uomo e agli altri esseri, specialmente quando non obbedisce alla ragione. E in questo senso si dicono cose naturalmente piacevoli all’uomo quelle che riguardano la conservazione del corpo o quanto all’individuo, come il cibo, la bevanda, il sonno e simili, o quanto alla specie, co-



me l'uso della sessualità.

Tuttavia nell'uno e nell'altro senso avviene che alcuni piaceri siano innaturali assolutamente parlando, sebbene siano naturali in senso relativo. Infatti in alcuni individui si corrompe qualcuno dei principi naturali della specie, e così ciò che è contro la natura della specie diviene, sotto un certo aspetto, naturale per essi: come a questa acqua calda, per es., è naturale il riscaldare. Così dunque può capitare che quanto è contrario alla natura dell'uomo, sia rispetto alla ragione che rispetto alla conservazione fisica, diventi naturale per quest'uomo determinato, per la corruzione della natura verificatasi in lui. E questa corruzione può dipendere dal corpo - da una malattia, per es., che ai febbricitanti fa sembrare amare le cose dolci e viceversa; o da una complessione viziosa, per cui alcuni provano piacere nel mangiare la terra o il carbone, o in altre cose del genere; - oppure dall'anima: ed è così che alcuni per consuetudine provano piacere nell'antropofagia, nel rapporto sessuale con le bestie, nell'omosessualità o in altre cose del genere, che non sono conformi alla natura umana”.

Qui Tommaso mette in luce la contrarietà del rapporto omosessuale rispetto alla natura dell'uomo, intesa sia da un punto di vista della ragione, sia rispetto alla sua conservazione fisica (si pensi per es. alle malattie sessualmente trasmissibili). È interessante notare in questo passo come Tommaso attribuisca in tre passaggi diversi tale comportamento alla “corruzione” dei principi naturali della specie e nella fattispecie alla corruzione dell'anima: in questo passaggio si può rintracciare un collegamento con alcune teorie psicologiche che attribuiscono la genesi dell'orientamento omosessuale ad una ferita dell'identità di genere. L'identità di un individuo esprime la parte più inti-

ma della conoscenza di sé e del proprio io, quella parte che appunto potrebbe essere identificata con l'anima dell'individuo.

Seconda parte, seconda sezione: coito omosessuale e sodomia

Nell'art. 4, trattato all'interno della questione 142 relativa ai vizi opposti alla temperanza (una virtù che implica una certa moderazione, o temperamento, dovuto alla ragione), Tommaso si chiede se il peccato di intemperanza (intesa come un eccesso di concupiscenza) sia quello più disonorevole ed afferma che:

“il disonore si contrappone all'onore e alla gloria. Ora, l'onore, come sopra abbiamo visto, è dovuto all'eccellenza; mentre la gloria implica lustro o distinzione. Perciò l'intemperanza è sommamente disonorante per due motivi.



Primo, perché è la cosa più incompatibile con l'eccellenza, o grandezza dell'uomo: infatti essa ha per oggetto i piaceri comuni a noi e alle bestie, come sopra abbiamo notato. Di qui le parole dei Salmi: "L'uomo non ha compreso il proprio onore: si è messo alla pari dei giumenti irragionevoli e diviene simile ad essi".

Secondo, perché essa ripugna al massimo alla distinzione e alla bellezza dell'uomo: poiché nei piaceri che sono oggetto dell'intemperanza la luce della ragione, da cui dipende tutto lo splendore e la bellezza della virtù, viene oscurata al massimo. Cosicché questi piaceri si dicono sommaramente servili.

Come dice S. Gregorio, i vizi carnali, compresi sotto il nome d'intemperanza, sebbene siano di minore gravità, sono però più infamanti. Infatti la gravità della colpa si desume dal suo allontanamento dal fine: invece l'infamia si desume dalla turpitudine, che risulta specialmente dalla degradazione di chi pecca.

Il generalizzarsi di un peccato ne diminuisce la turpitudine e l'infamia nell'opinione degli uomini; ma non nella natura stessa del peccato.

Quando si dice che l'intemperanza è il vizio più disonorante, s'intende tra i peccati umani, cioè nell'ambito delle passioni che in qualche modo sono conformi alla natura umana. Ma quei peccati che sorpassano i limiti della natura umana sono ancora più disonoranti. Tuttavia anche questi sembrano

ridursi per eccesso al genere dell'intemperanza: il fatto, per es., di provar gusto nel mangiare carne umana, o nel coito bestiale od omosessuale".

Questo articolo della Summa Teologica di Tommaso richiama il passo della lettera di Paolo ai romani (Rm 1, 24) in cui afferma, anche in riferimento alle pratiche omosessuali, "Dio li ha abbandonati all'impurità secondo i desideri del loro cuore, sì da disonorare fra di loro i propri corpi": quindi la pratica omosessuale produce una perdita

di onore, un dis-onore inteso come perdita della dignità personale, come riduzione del proprio valore morale, del proprio merito e in ultima istanza come una riduzione della stima (autostima) e del rispetto per se stessi.

Nell'art. 11, trattato all'interno della questione 154 relativa alle specie della lussuria, Tommaso afferma che:

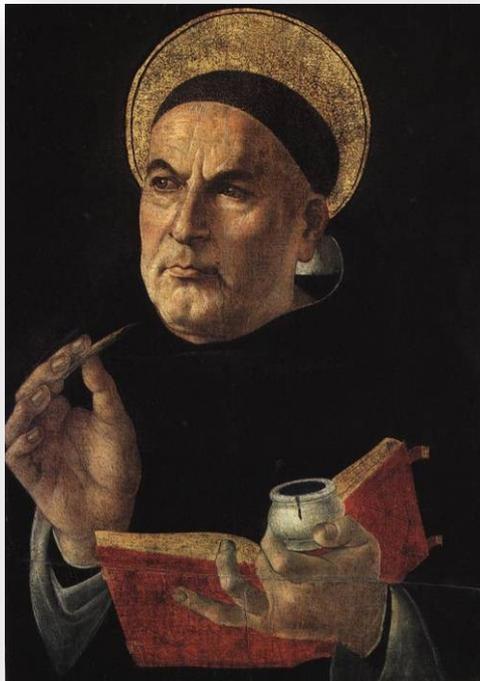
"esiste una specie distinta di lussuria là dove si riscontra un disordine speciale che rende indecente l'atto venereo. E ciò

può avvenire in due modi.

Primo, perché [tale disordine] ripugna alla retta ragione: il che si riscontra in tutti i peccati di lussuria.

Secondo, perché oltre a ciò ripugna anche allo stesso ordine naturale e fisiologico dell'atto sessuale proprio della specie umana: e questo viene detto peccato o vizio contro natura. Il quale può essere compiuto in più modi.

Primo, procurando senza alcun rapporto sessuale la polluzione in vista del piacere vene-



reo: e questo è il peccato di immondezza, che alcuni chiamano mollezza [o masturbazione].

Secondo, praticando l'unione sessuale con esseri di altra specie: e si ha allora la bestialità.

Terzo, accoppiandosi con il sesso indebito, cioè maschi con maschi e femmine con femmine, come riferisce S. Paolo [Rm 1, 26 s.]: e questo è il vizio della sodomia.

Quarto, non osservando il modo naturale dell'accoppiamento: o perché non si usano i debiti organi, o perché si compie l'atto in altri modi mostruosi e bestiali".

Questo passo di Tommaso sembra riecheggiare nelle pagine del Catechismo della Chiesa cattolica, in cui al punto 2357 afferma che "gli atti di omosessualità sono intrinsecamente disordinati e contrari alla legge naturale".

Infine, nell'art. 12, anche questo trattato all'interno della questione 154 relativa alle specie della lussuria, Tommaso si chiede se il vizio contro natura sia il più grave dei peccati di lussuria ed afferma che:

"1. L'ordine della retta ragione deriva dall'uomo, ma l'ordine della natura deriva da Dio. Perciò nei peccati contro natura, nei quali si viola tale ordine, si fa ingiuria a Dio stesso, Ordinatore della natura. Scrive quindi S. Agostino [Conf. 3, 8]: "I peccati contro natura come quelli dei Sodomiti sono sempre degni di detestazione e di castigo; e anche se fossero commessi da tutte le genti, queste sarebbero ree di uno stesso crimine di fronte alla legge di Dio, la quale non ammette che gli uomini si comportino in quel modo. Così infatti viene violata la società che deve esistere tra noi e Dio, essendo profanata con la perversità della libidine la natura di cui egli è l'autore".



2. Anche i vizi contro natura sono contro Dio, come si è detto [ad 1]. E sono tanto più gravi del sacrilegio quanto più l'ordine della natura è primordiale e stabile rispetto a qualsiasi altro ordine successivo.

3. A ciascuno la natura della propria specie è unita più intimamente di qualsiasi altro individuo. Perciò i peccati che sono contrari alla natura specifica sono più gravi.

4. La gravità di un peccato dipende più dall'abuso di una cosa che dall'omissione del debito uso. Perciò fra tutti i vizi contro natura occupa l'infimo posto il peccato di immondezza, o masturbazione, che consiste nella sola omissione del rapporto sessuale con un'altra

persona. Il peccato più grave è invece la bestialità, in cui non si rispetta la propria specie. Per cui la Glossa, spiegando quel passo della Genesi [37, 2]: "[Giuseppe] accusò i suoi fratelli di un peccato gravissimo", aggiunge: "cioè di avere rapporti carnali con le bestie".

Dopo di questo c'è il vizio della sodomia, in cui non si rispetta il debito sesso. Infine viene il peccato di chi non rispetta il debito modo di avere il rapporto. E il non fare uso dei debiti organi è più grave del disordine riguardante solo il modo dell'unione".

In questo articolo Tommaso richiama alla gravità del peccato contro la natura umana in quanto, essendo l'ordine della natura stabilito da Dio, i peccati contro natura fanno ingiuria a Dio stesso.

Conclusione

Al termine di questa breve analisi possiamo affermare che la "questione omosessuale" è stata in qualche modo trattata da San Tommaso e circoscritta all'interno della sua opera in senso morale e teologico, con delle importanti ricadute anche dal punto di vista della disciplina psicologica.

Rinascere alla speranza: il tempo del post-aborto

Ilaria Guidali

Psicoterapeuta

Gravidanza e aborto

La donna, ogni donna, è strutturalmente predisposta per essere madre.

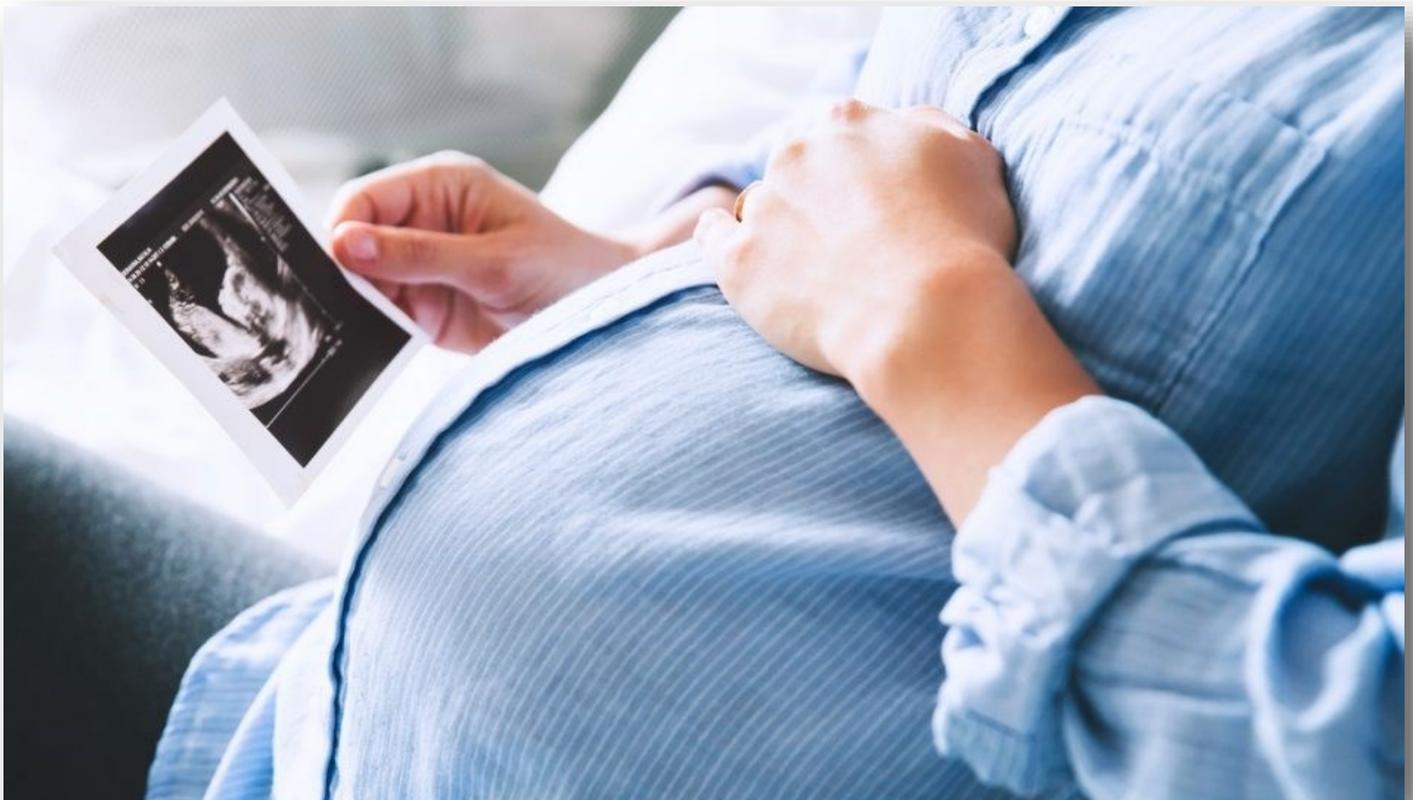
Ciò malgrado, talvolta la gravidanza è indesiderata, specie quando la giovane donna, magari minorenni, si rende conto di trovarsi in una situazione "difficile". Da qui la ricerca di "soluzioni del problema", spesso senza informare neppure il partner né tantomeno i genitori.

Negli ultimi anni, in nome di una presunta libertà, si sta creando una grande confusione all'interno del tessuto sociale. La tendenza è sempre più quella di bruciare le tappe, per cui molte ragazze, ben prima di essere pronte ad affrontare seriamente le responsabilità tipiche della fase adulta, si percepiscono grandi, mature e libere di fare

qualunque scelta, in primis se tale scelta comporta piacere e soddisfazione. I dati relativi agli ultimi anni evidenziano chiaramente che molte minorenni si trovano ad essere involontariamente gravide.

Le prime reazioni, in una ragazza che si rende conto di essere incinta, sono spesso il panico, la disperazione e l'insorgere di un pensiero fisso: "Come posso fare per risolvere il problema?". Tutta questa urgenza non facilita lo stabilirsi di un legame affettivo con il bambino, perché la preoccupazione dominante è quella di sbarazzarsi "dell'incomodo".

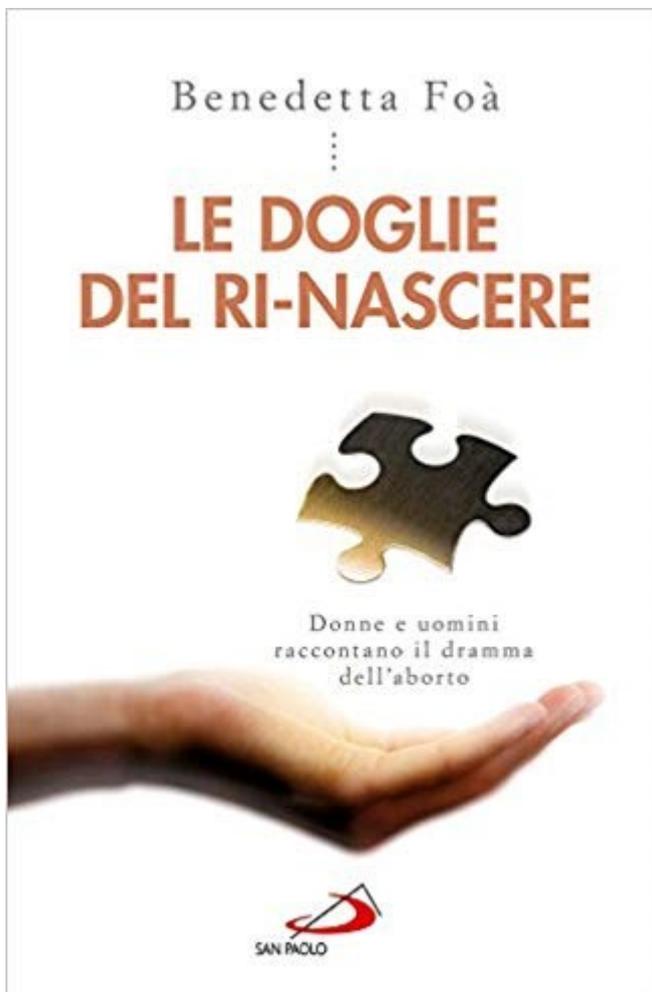
Quando la paura e la *disperazione* prendono il sopravvento, è difficile fermarsi a riflettere; invece di ascoltarsi nel profondo, si percepisce la gravidanza come una disgrazia di cui liberarsi il più



rapidamente possibile. Diventa allora fondamentale trovare un ambulatorio ginecologico, preferibilmente molto lontano da casa, dal quale passare poi ad un ospedale in cui "sistemare la faccenda".

Ciò di cui si parla ancora molto poco, ai nostri giorni, è del cosiddetto post-aborto e delle sue conseguenze. Indubbiamente non siamo tutti uguali e non viviamo le emozioni allo stesso modo; ci sono ragazze e donne che, dopo un'interruzione volontaria di gravidanza, continuano la loro vita come se nulla fosse accaduto (almeno in apparenza), ma per molte donne l'esperienza dell'aborto comporta un vero e proprio stress post traumatico.

Le numerose testimonianze citate nei testi di Benedetta Foà dicono con chiarezza il dolore di tante giovani e meno giovani che hanno interrotto volontariamente o meno la loro gravidanza.



"Qualunque cosa farò non mi ridarà quello che ho perso ... Niente allevierà il mio dolore e la disperazione. Ormai le uniche presenze certe nella mia vita saranno il senso di colpa e il rimpianto. La cosa più triste è che la mia vita non ha più senso ... mi è rimasto solo il lavoro".

Le parole e i vissuti di questa ragazza sono molto simili a quelli di tante altre donne che sono passate attraverso la stessa esperienza.

Ricordo in particolare una giovane che ho incontrato recentemente per un percorso di counseling genitoriale; la signora, già mamma di tre figli e in situazione di grave disagio familiare, ha avuto un aborto spontaneo e mi ha spontaneamente raccontato il profondo senso di solitudine, di angoscia e di disperazione con cui ha dovuto e deve ancora oggi fare i conti senza, fra l'altro, il sostegno del marito.

Secondo l'Istituto Elliot, la sindrome da stress post aborto comporta lo sviluppo di una serie di sintomi specifici, presenti in minore o maggiore misura in quasi tutte le donne:

- depressione, tristezza, tono dell'umore depresso
- persistente senso di colpa
- stato d'ansia
- rabbia nei confronti di sé e delle persone che non si sono rivelate supportive
- flashback
- disturbi del sonno
- perdita di autostima
- difficoltà relazionali, con tendenza all'isolamento
- problematiche sessuali
- anoressia e/o bulimia

Secondo una ricerca condotta in Finlandia, le mi-

norenni che hanno abortito hanno sei probabilità in più di rischio suicidario.

Il desiderio di “farla finita” a causa di una disperazione che non ha fine è talora ossessivamente incombente: nulla è più come prima, tutto cambia, si svuota di significato perché la mente si fissa sull’evento traumatico. Il bambino abortito diventa il pensiero fisso, fino ad occupare talmente tanto la mente della donna da portarle via tutte le energie e le risorse.

Diventa allora fondamentale aiutare queste persone ad elaborare il lutto, per quanto possa essere difficile e doloroso.

Come scriveva Shakespeare, “il dolore che non parla bisbiglia al cuore sovraccarico e gli ordina di spezzarsi”. E’ davvero evidente la necessità di prendersi cura di questo dolore per consentire a chi soffre di andare nella direzione della speranza. Nessuno è esente da errore e per tutti vi è la possibilità di un cambiamento positivo, con l’aiuto di qualcuno che accompagni sulla strada da percorrere: per tutti vi è la possibilità di una rinascita.

Disperazione e speranza in Tommaso d’Aquino

Nella Somma Teologica S. Tommaso parla di disperazione come opposta al moto buono della speranza; dipende dal falso giudizio per cui Dio nega il perdono al peccatore pentito.

Secondo l’Aquiniate non è il peccato più grave, ma è il più pericoloso perché senza nessuna speranza vi è solo il precipizio. Deriva dall’accidia, cioè da un eccesso di avvillimento che distoglie l’essere umano dall’operare il bene.

San Tommaso d’Aquino avverte che “niente è più odioso della disperazione, perché l’uomo che ne è afflitto perde la sua costanza sia nelle fatiche quotidiane della sua vita che, cosa peggiore, nella battaglia della fede”.

Al contrario, la speranza è una virtù perché presume la confidenza in Dio ed ha per oggetto la beatitudine eterna.



La speranza tuttavia può essere intesa sia come passione sia come virtù. La passione della speranza è la fiduciosa attesa di un bene futuro qualsiasi. Considerata come passione la speranza è un’inclinazione che non è né buona né cattiva, perciò non è né una virtù né un vizio. La virtù della speranza è la fiduciosa attesa di un bene futuro assolutamente buono.

Muovendo dal principio generale secondo cui la definizione di una virtù si ottiene precisando il suo oggetto, S. Tommaso per arrivare alla definizione della speranza la mette a confronto con un sentimento affine con cui può essere facilmente confusa, il sentimento del desiderio (*desiderium et cupiditas*). Infatti anche il desiderio si muove verso un oggetto non ancora posseduto. Ma la speranza, osserva S. Tommaso, si distingue dal desiderio sotto due aspetti. Primo, perché il desiderio riguarda qualsiasi bene e appartiene all’appetito concupiscibile, mentre la speranza riguarda un bene arduo, e quindi cade sotto l’appetito irascibile. Secondo, il desiderio è rivolto a qualsiasi bene, indipendentemente dal fatto che sia possibile o impossibile; invece la speranza è volta a un bene raggiungibile e implica una certa sicurezza di poterlo raggiungere. La virtù della speranza si fonda infatti su di un oggetto già conosciuto dall’intelletto come vero e riconosciuto come buono dalla volontà, pertanto ha per oggetto la

beatitudine eterna perché da Dio non si può sperare qualcosa che sia meno di Dio, dunque la sua beatitudine.

La speranza è quindi una virtù teologale perché ha Dio stesso come oggetto e come motivo.

Quattro sono le caratteristiche dell'oggetto della speranza, considerata in generale:

- che sia un bene;
- un bene futuro;
- un bene arduo;
- e un bene possibile.

Conclusioni

Si può ben comprendere che la morte di un figlio che si aveva in grembo è davvero un fatto traumatico, che destabilizza nel profondo e determina disorientamento, confusione, perdita di senso. Tutto ciò genera una crisi pervasiva che assume la forma di un disturbo traumatico.

Ecco perché è fondamentale ed insieme auspicabile l'elaborazione del lutto verso una sorta di rinascita; si tratta di un percorso in direzione di un bene futuro, arduo ma davvero possibile nella misura in cui la sofferenza della donna viene accolta e trasformata attraverso un triplo perdono: il perdono di Dio, il perdono da parte del bambino mai nato ed infine il perdono verso se stessi.

Dalle tenebre alla luce!

Bibliografia

Benedetta Foà, *Le doglie del ri-nascere*, San Paolo, Cinisello balsamo 2018, p. 28.

David C. Reardon, *Abortion Risks: A list of major psychological complications related to abortion*, <http://afterabortion.org/2011/abortion-risks-a-list-of-major-psychological-complications-related-to-abortion/>.

Giuseppe Barzagli, *La Somma Teologica di S. Tommaso d'Aquino in Compendio*, ESD, Bologna 2017, pp. 125, 196 e 199.



Accettazione della realtà e recupero della dimensione filiale

Elena Rovagnati

Pedagogista e psicologa

Introduzione

Secondo R. Allers, la nevrosi ha due caratteristiche principali: l'artificialità e l'egocentrismo. Entrambe portano la persona a dibattersi in una difficoltosa accettazione della realtà, alla quale si prova a sfuggire per presunzione, per un non riconoscimento del limite che connota l'esistenza umana. La proposta di Allers riconosce come promuovente l'umanità della persona, all'interno di un percorso psicologico, il farsi carico responsabilmente del proprio limite, il misurarsi con questo dato e il riscoprire e puntare a delle mete ad esso conseguenti. Ristabilire umilmente e realisticamente il proprio posto nel creato, riguardo al proprio ruolo e compito, libera la persona dalla nevrosi.

In questo mio contributo presenterò alcuni scorci della mia pratica professionale, alla luce di questa chiave di lettura proposta da Allers e, in particolare, focalizzandomi sul dato di realtà che considero basilare, nell'esisten-

za umana: quello di essere figli. Riconoscere ed accettare questa realtà di base può portare, nella mia esperienza, ad un cambiamento del paziente nella lettura della propria storia, delle proprie relazioni, delle proprie possibilità di conseguire il compito che lo trascende.

Essere figli: sentirsi amati per chi/perché si è

Ma chi è il figlio? Cosa ricolloca la persona nella sua corretta posizione ontologica di figlio? Mi viene in aiuto e mi convince, a questo proposito, il contributo di Anna Terruwe e Conrad Baars riguardo al concetto di "disturbo di deprivazione affettiva". Secondo questi autori, "le persone possono sentirsi amate con due tipi di amore: 'amore incondizionato, ossia accettati per come si è, semplicemente perché si esiste; oppure condizionato, ossia amati per quello che si fa'"

Recuperare davvero il dato di realtà del proprio essere figlio, recuperare il proprio posto nel creato in quanto creatura, è quindi strettamente collegato a questa possibili-



tà di percepirsi amabile e amato esclusivamente in virtù di quel legame, del “perché sei mio figlio” che il genitore “sufficientemente buono” (secondo la terminologia winnicottiana), comunica con la propria presenza e la propria stessa esistenza.

Aderire alla realtà di figlio è poter sentirsi amato perché si è, perché si è figlio all'interno di quel preciso legame, figlio di quel preciso uomo, di quella precisa donna. Questo è effettivamente un limite oggettivo, spazio/temporale, che mi colloca irrevocabilmente, che mi connota in un dato modo e non altrimenti. Spesso il limite da accettare è avere questi genitori e non altri. Accettare il mio punto di partenza, il mio essere generato. La mia storia.

Sempre secondo Terruwe e Baars, in caso di mancata affermazione, (e per affermazione intendono quel senso di appartenenza, unicità, importanza e significatività per l'altro) la persona può sviluppare dei sintomi che effettivamente ritrovo in una mia paziente attuale, di cui dunque parlerò ora.

Continuare ad essere figli anche da adulti

“In verità vi dico: se non vi convertirete e non diventerete come i bambini, non entrerete nel regno dei cieli.” (Mt. 18:3)

Alessia (naturalmente i nomi sono di fantasia) è una signora sulla cinquantina, con una figlia sedicenne e una gravidanza precedente terminata con un aborto spontaneo. Il padre dei suoi figli è l'unico uomo con cui ha costruito un rapporto, ma dal quale è separata fin da quando la figlia aveva tre anni. Solo ora sta faticosamente cercando di ottenere anche il divorzio.

Alessia è una persona molto realizzata sul lavoro, pur non corrispondendo precisamente all'immagine della donna in carriera: ha conquistato la sua posizione attuale col suo atteggiamento molto disponibile, sempre pronta ad eseguire ogni ri-

chiesta dei superiori, e a farsi carico delle fatiche /difficoltà dei colleghi; come lei stessa dice, non riesce a dire di no. E' questo un tratto che Terruwe e Baars individuano all'interno di uno dei tre sintomi nel disturbo da deprivazione affettiva. Così come descrivono loro, anche in A. questo senso di incertezza e insicurezza, ma anche di inadeguatezza, viene mascherato da una giustificazione razionale, infatti A. si descrive come molto generosa. Questa caratteristica che si riconosce, peraltro reale, viene però da lei contrapposta alla personalità della propria madre, che descrive come una donna autoritaria, intransigente, poco disponibile. Il buon rapporto col padre non solleva più di tanto A. da questa sofferenza riguardante la relazione con la madre.



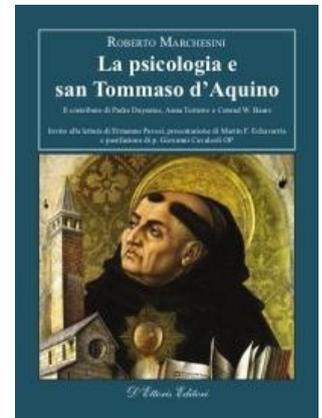
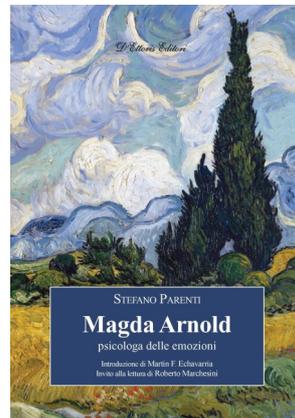
A. ammette che la relazione con la propria madre è stata da sempre connotata dal dubbio che, se non faceva quello che la madre si aspettava, non avrebbe potuto essere amata. Il dubbio sulla propria amabilità è ciò che ha caratterizzato anche il proprio modo di porsi con l'universo maschile: in un colloquio mi descrive la propria incredulità nel sentirsi corteggiata e desiderata dal ragazzo con la personalità più forte della compagnia, al punto che sembra ci si sia messa insieme per riconoscenza. Purtroppo, con quest'uomo, per quanto lei si sia sforzata in ogni modo di assecondarlo, non è mai riuscita a sentirsi davvero amata. La separazione è la conseguenza vista come necessaria per i maltrattamenti di ogni tipo che lui le ha inferto negli anni, ma la cosa che la devasta di più è il senso di fallimento che non riesce a sostenere davanti agli occhi, severi, della madre.

In concordanza con le indicazioni di Terruwe e Baars riguardanti l'azione del terapeuta, in questo momento sto cercando di creare una relazione con A. in cui lei possa recuperare il proprio senso di amabilità o, parafrasando questi autori, A. può confidare che nulla può scalfire la favorevole opinione della terapeuta nei suoi confronti. Per A. è difficile ritrovarsi in una relazione dove ricevere stima e comprensione, nonostante propri possibili errori di valutazione; ancora fatica, per cui ravviso in effetti il rischio di "auto-affermazione", dove secondo Terruwe e Baars si cerca di indossare delle maschere per dare agli altri ciò che si ritiene essi vogliano. Stiamo facendo alcuni passi, nel provare a leggere il comportamento della madre come influenzato, a sua volta, da alcune importanti difficoltà affettive.

Il dato di realtà difficile da accettare, per A., è l'essere figlia di quella donna a cui ha sempre fatiscato a chiedere, perché ha sempre temuto di non ricevere. Essere figlia di una donna forse con gravi limiti, ma che ha fatto davvero tutto quanto fosse

in suo potere per lei, è una idea che A. sta iniziando a valutare. Nell'ultima seduta si è accorta, in un momento di insight, che la madre è forse l'unica persona che le dice le cose come stanno, anche quelle scomode: in particolare, lo scarso prendersi cura di sé e soprattutto l'accondiscendenza eccessiva con la figlia adolescente.

Risulta evidente che la fatica di A. è collegata a questo non voler affrontare alcuni suoi limiti, che solo la mamma è in grado di smascherare. Il suo intercalare "tutto bene", - ora si comprende - è una sorta di paravento dietro al quale nascondere cose che in realtà "non vanno bene": A. vorrebbe



nasconderle a tutti, anche a se stessa, ma la madre la inchioda scomodamente alla realtà. Al suo limite.

Fuggire dal proprio limite e fuggire dalla madre qui coincidono. E forse non poteva essere diversamente, visto che è l'essere in relazione con sua madre, il primo limite: ovvero, la prima relazione che la definisce.

Se quindi A. fugge dal proprio limite, se non se ne fa carico, fugge dalla realtà. Di figlia, prima di tutto.

Questo mi rimanda ad una riflessione della professoressa R. lafrate durante il recente convegno "Reti Generative": L'altro, il diverso da me, è il mio limite, ma è anche, contemporaneamente, colui che mi permette di definirmi: la mia identità è infatti imprescindibile da questo mio essere in relazione; in primis, questa relazione tra figlio e

genitori, ovvero coloro che mi hanno generato.

Un'altra donna che ho avuto in carico e per la



quale il riconoscersi figlia è stato fondamentale per superare alcune difficoltà psicologiche è Sara.

Sara, ormai trentenne, ha fatto con me un percorso di un paio di anni, portandomi inizialmente una fragilità emotiva che faticava a gestire, in particolare al lavoro, dove in effetti veniva piuttosto sollecitata, essendo la sua una professione educativa con persone con disturbi psichiatrici.

Nella storia di Sara emerge una fatica a sentirsi vista, riconosciuta, apprezzata dalla famiglia, cosa che pare averla resa ipersensibile e iper-reattiva al giudizio altrui. La sua famiglia è "inglobata" nella famiglia allargata del padre, per la quale tutti lavorano. Il percorso fatto con S. ha visto un iniziale periodo in cui si è stabilizzata la sua percezione di sentirsi vista ed ascoltata in seduta, successivamente è stato fatto un lavoro di indagine per disambiguare questo vissuto diffuso, dove tutti indistintamente non la vedevano, riconoscendo e individuando quei famigliari che effettivamente non erano in grado di relazionarsi a lei con empatia. Un sollievo è stato per Sara comprendere che

- il suo vissuto era reale;
- che non era la madre a non vederla, quanto piuttosto gli zii paterni per i quali la madre lavorava e di cui era psicologicamente succube;
- che la madre di fatto l'amava e la comprendeva, tanto che aveva provato a fraporsi tra lei e gli zii

per proteggerla dall'ipersensibilità di questi ultimi;

- che quindi lei era amabile anche e a prescindere dalla sua ipersensibilità.

Questi dati di realtà li abbiamo recuperati anche invitando la mamma di S. qualche volta in seduta: il dato esperito in modo concreto, dove la madre ha sinceramente manifestato il proprio affetto e le proprie difficoltà, ha di fatto aiutato a ricalibrare il giudizio erroneo o incompleto di S.

Il pensare di fare a meno della propria realtà di figli perché ormai si è adulti, di fatto limita la nostra identità e la nostra possibilità di esprimerla appieno: S. non è meno adulta ora, che sa di poter riconoscersi nello sguardo amorevole della madre, in cui ha ripreso a specchiarsi, superata l'interferenza della famiglia allargata.

E' notizia recente che S. si è sposata, dimostrando di aver recuperato fiducia nella propria amabilità.

Ribadisco l'importanza di aderire alla realtà del proprio essere figli anche da adulti, con un piccolo aneddoto di una mia giovanissima paziente che ho incontrato regolarmente, per qualche tempo, alla presenza della madre:

Fiorella, di cinque anni, con un fratellino di due, fatica alla scuola materna ed esprime questa difficoltà con capricci ed aggressività verso la mamma. Per qualche tempo giochiamo e ragioniamo su fiabe che parlano di mamme e di



figlie, quando ad un certo punto la bambina chiede a bruciapelo alla mamma: “mamma, ma la tua mamma ti vuole ancora bene anche se sei grande?” La domanda rivela il dilemma della bambina, ma contemporaneamente riporta la mamma al suo ruolo di figlia e quindi con altrettanta precisione le risponde: “le mamme vogliono bene ai propri figli in ogni momento, e per sempre”.

Si è costantemente figli, e lo si è per sempre.

Questo risulta una risorsa per tutta la nostra vita, anche nell’esercizio equilibrato della propria professione: lo constato in un altro versante del mio lavoro, dove mi occupo di formazione e supervisione di operatori della relazione di aiuto. Un anno sono riuscita ad invitare, nel corso formativo che conducevo, le mamme delle professioniste iscritte, invitando le coppie madre-figlia a fare una danza libera, con lo scopo di rinsaldare il legame. L’impressione fortissima, registrata nell’essere testimone di queste danze, è che venisse riconosciuto ed accolto in modo molto intuitivo e

immediato il “proprio posto nel creato”: il sapere e riconoscere di essere figlia in quel legame, conferisce di fatto una sicurezza e stabilità realmente esportabile anche nell’esercitare il lavoro delicato della professione di cura.

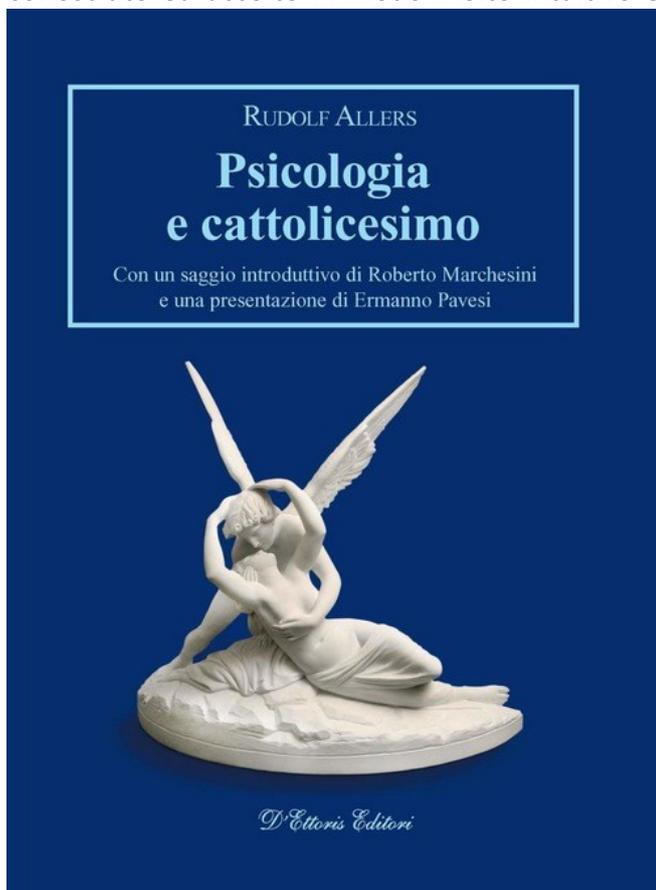
Anche nel periodo in cui mi sono occupata di corsi di preparazione al parto, avevo l’abitudine di invitare per un incontro la mamma delle gestanti, durante il quale proponevo una semplice danza che sinteticamente ho chiamato del “passaggio del testimone”: da figlia si diventa anche madre, e questa è una transizione che viene vissuta meglio se il rapporto con la propria madre viene confermato nella sua qualità di risorsa emotiva e di conferma identitaria.

Limiti che liberano: elementi di pedagogia o di educazione alla realtà

“Siamo diventati per loro un varco che devono attraversare con difficoltà” (da “La bottega dell’orefice”, di Karol Wojtyla).

Sempre Allers riserva una attenzione all’ambito pedagogico in quanto promuovente l’adesione alla realtà: in questo senso, rileggendo quella parte del mio lavoro nella quale ho a che fare con genitori e figli in età evolutiva, posso definirlo come un sostegno al compito genitoriale e contemporaneamente un percorso “educativo” per i figli.

Il progetto “Limiti che Liberano” ha forma laboratoriale, vi si alternano incontri rivolti alla diade figlio- genitore omologo, ed incontri per la coppia genitoriale, con la quale si riflette su quanto accade nel laboratorio creativo (arte, danza e fiaba costituiscono le proposte che attivano la relazione in questo contesto). I limiti a cui si riferisce il titolo paradossale sono quelli ontologici, creaturali, per cui solo aderendovi (obbedendovi!) si scopre la dimensione della libertà. Se essere figli è un limite, è anche il vincolo dove trovo la mia identità di essere amato e questo mi rende libero



di definirmi chiaramente e quindi di provare a realizzare lo scopo generativo in quanto essere umano.

Il limite della realtà, essere figlio di questo genitore e non di altri: spesso risulta faticoso da accettare, come dicevo. Talvolta, riscontro in ambito scolastico il rischio, per i figli (soprattutto adolescenti), di “eleggere” per sé genitori “migliori” del proprio, e contemporaneamente malcapitati adulti che si prestano a questo tentativo di fuggire dal dato reale. A volte ci si perde anni, decenni in questo tentativo di costruirsi una realtà a propria misura.

Il figlio impara a riferirsi al genitore come colui/colei al quale guardare per sapere e conoscere il dato fondamentale di sé, ovvero di essere stato generato, la propria origine; impara a fidarsi di essere



amato perché è, separando l’esperienza della relazione col proprio genitore dall’esperienza di relazione che, ad esempio, vive a scuola, dove invece è vero che il valore viene misurato in base alla prestazione. Incontro tanti bambini che invece sovrappongono e confondono i due piani: per cui succede che chiedano alla mamma un voto, e alla maestra di volere loro bene.

Mi è capitato anche, seppur raramente, di ricevere coppie di figli e genitori dove i genitori stessi, nel raccontarsi, presentavano a propria volta un grosso problema di adesione al proprio dato reale di figli. Questo elemento risultava di fatto interferente nella possibilità del genitore di riconoscere il figlio nei suoi bisogni affettivi, compromettendo lo sviluppo dell’affermazione. Presup-

posto di questa infatti è, sempre secondo Terruwe e Baars, “il riconoscimento, da parte degli altri, della appropriatezza e bontà dei propri sentimenti: se l’espressione del proprio mondo emotivo trova una risposta gratificante, la persona si sentirà affermata, cioè riconosciuta come adeguata, buona, degna di amore e di rispetto”.

È il caso di Lucia, venuta da me con la sua mamma Caterina.

Caterina e il marito Michele mi presentano, durante un primo incontro, le fatiche che hanno con la figlia maggiore, di sette anni: Lucia ha un ca-

rattere scontroso e scostante, a differenza della figlia minore, di quattro anni, molto docile e affettuosa. Mi allerta questo paragone con la minore, anche perché viene più volte rimarcato, a sfavore della maggiore.

Propongo ai genitori un paio di incontri laboratoriali tra madre e figlia per poi riflettere nuovamente con la coppia genitoriale su quanto si sarà potuto osservare.

Negli incontri con mamma e figlia registro effettivamente una fatica nella relazione: sia a livello corporeo che nell’interazione verbale le due non riescono ad incontrarsi, a sintonizzarsi. Noto però che le comunicazioni della figlia hanno una chiara intenzione di sollecitare una risposta della madre, che sembra invece non accorgersi delle emozioni sottostanti le richieste, anche sotto forma di provocazioni, della figlia. Nemmeno nell’incontro di restituzione, dove aiuto i genitori a riflettere su quanto osservato assieme, Caterina riesce a riconoscere la dimensione emotiva della figlia, dando

un giudizio sommario su dei comportamenti che invece agli occhi del padre sono comprensibili e coerenti rispetto ad alcune emozioni di base, che aiuto ad intercettare: rabbia, paura, tristezza.

Secondo Magda Arnold, che si rifà alla psicologia tomista, una emozione è “la tendenza all’azione che consegue la valutazione della situazione”. Tale valutazione riguarda la bontà o cattiveria dell’oggetto rispetto al soggetto, la presenza/ assenza dell’oggetto, la facilità/difficoltà a raggiungerlo o ad evitarlo. Le emozioni quindi si suddividono in emozioni d’impulso, riguardanti oggetti che possediamo o facilmente raggiungibili/evitabili, ed emozioni di lotta, riguardanti oggetti che possono essere raggiunti con difficoltà o difficilmente evitabili. La tristezza appartiene alle prime, riguardando un oggetto considerato un male presente, che non si è potuto evitare. Mi chiedo, a proposito della tristezza di Lucia, cosa la affligge. E quale sia “l’oggetto” valutato da lei come dannoso e difficile da affrontare, che le fa provare paura. Mi chiedo infine quale sia il male presente da superare, che le suscita rabbia. (Paura e rabbia appartengono per la Arnold alle “emozioni di lotta”).

Fatico a portare Caterina dentro queste riflessioni: per lei il comportamento della figlia è semplicemente esasperante e questo giudizio invalida di fatto le emozioni, pur reali, di Lucia. La quale, non sentendosi riconosciuta nella appropriatezza dei propri sentimenti, temo faticherà nello sviluppare l’affermazione.

Intuisco una connessione tra questa difficoltà di

Caterina e quello che lei mi racconta del rapporto con la propria madre, squalificata senza appello come “inutile, inconsistente”. Traduco: “non me ne faccio nulla di essere sua figlia”.

Io credo invece che sarebbe opportuno un lavoro, piuttosto, sulle emozioni che Caterina potrebbe contattare, riguardanti la relazione con la propria madre. Ma Caterina in questo momento preferisce non riconoscere quelle emozioni.

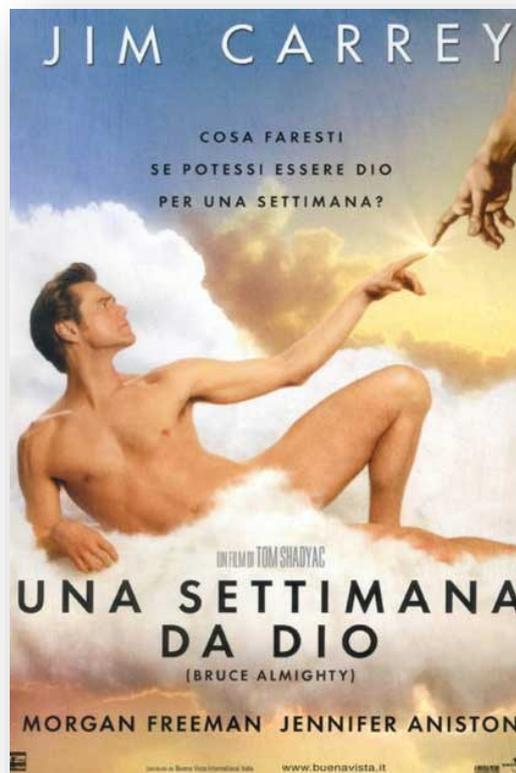
Mi chiedo, più in generale, se il non aderire alla realtà di figlio comprometta poi l’adesione alla realtà delle emozioni proprie e altrui.

Altre volte, al figlio basta poco per recuperare la relazione col genitore, accedendo nuovamente al legame in quanto appunto figlio.

Questa è la storia di Giovanni, 8 anni, che viene in studio da me col padre e mostra subito una forte ansia da prestazione: non riesce ad essere soddisfatto, ad accettare il risultato del suo collage, ma è anche molto critico riguardo a quello che fa il padre. Sembra che G. voglia essere perfetto. Ma perché? Per chi? Il papà gli vuole

già bene, per il semplice fatto che è suo figlio. G. non ci crede tanto, pensa che debba fare cose strepitose per meritare l’amore dei genitori. Forse la mamma, molto esigente con lui, ha in qualche modo influenzato questo pretendere moltissimo da sé; il fatto è che ora G. è incastrato tra queste pretese di perfezione e il timore, fondato, di non essere sempre all’altezza di tali aspettative.

Negli incontri con padre e figlio e, in alternanza,



quello con entrambi i genitori, prende forma una fiaba che racconta di questo dilemma. Tutti i componenti della famiglia hanno così più chiaro in che situazione si trovano: questo permette a G., in particolare, di “arrendersi” piano piano alla sua realtà di figlio. La svolta accade in uno dei momenti laboratoriali col padre, dove si stanno giocando alcuni passaggi di una fiaba: nel momento più saliente della narrazione, identificandosi nel protagonista, il bambino va incontro a suo padre abbracciandogli le gambe e dicendogli “tu sei il mio re”. Come dice Silvana de Mari, nota scrittrice fantasy, ogni figlio deve sentirsi figlio del re e della regina. Il fatto che Giovanni si sia riconosciuto in questo ruolo, durante la rappresentazione della fiaba, gli permette di recuperare la propria identità nella relazione col padre come il luogo dove sentirsi figlio, amato.

Conclusioni

La realtà primaria che tutti gli essere umani condividono è proprio quella di essere figlio. Questo è certamente un limite, ma di fatto protegge l'uomo dallo smarrirsi nel delirio di onnipotenza: quello che fa credere di essersi fatti da soli, di non aver bisogno di nessuno, di poter creare una realtà a proprio piacimento.

Il riconoscere di essere figlio di due genitori precisi e non di altri, aiuta a dirsi con precisione chi si è: la conoscenza della propria origine risulta inoltre indispensabile, per comprendere quale possa

essere la propria destinazione, il proprio scopo nella vita.

Anche il genitore è quindi un figlio, al quale è stato conferito il compito e il ruolo genitoriale: è un incarico che si riceve nel momento in cui ci viene donata una vita da accudire, quella del proprio figlio.

Questa realtà della relazione tra genitore e figlio mi sembra talmente ricca di implicazioni ed informazioni riguardanti l'essere umano, utili anche alla pratica clinica, che apre infinite possibilità di approfondimento e studio, per conoscere ed aiutare a conoscere sempre meglio la realtà relazionale dell'uomo.

Bibliografia

Rudolf Allers, *Psicologia e cattolicesimo*, D'Ettoris Editori, Crotone 2009.

Roberto Marchesini, *La psicologia e san Tommaso d'Aquino*, D'Ettoris Editori, Crotone 2013.

Salvador Minuchin, *Famiglie e terapia della famiglia*, Astrolabio, Roma 1977.

Raffaella Iafrate & Anna Bertoni, *Figli dati al mondo. Educare in famiglia oggi*, Ed. AVE, Roma 2013.

Stefano Parenti, *Magda Arnold – psicologa delle emozioni*, D'Ettoris Editori, Crotone 2017.

La caratteristica di appartenenza individuata da Terruwe e Baars come uno degli aspetti che

Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pane, gli darà una pietra?

O se gli chiede un pesce, gli darà al posto del pesce una serpe?

O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione?

Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito Santo a coloro che glielo chiedono!

(Lc 11, 11-13)

Condividere la felicità

Paolo Usai

Psicoterapeuta

Nella mia esperienza personale e clinica mi imbatto sempre più frequentemente in un apparente paradosso, dove le conquiste e le gioie di tante persone creano reazioni negative o di allontanamento proprio da coloro che li hanno amorevolmente accompagnati e sorretti nei momenti di difficoltà. Se poi queste nuove conquiste di libertà si attuano in ambienti religiosi o ecclesiali, spesso si può essere accusati di “essere troppo contenti” e di dover recuperare quell’ “umiltà” del “servo inutile” così necessaria per arrivare alla santità.

Come scoperto in quest’anno di corso, una buona

autostima in termini teologici si chiama appunto umiltà, che San Tommaso definisce nel conoscere i limiti delle proprie capacità e tenersi entro questi limiti, ma che lui stesso declina in due modi; per eccesso (presunzione) o per difetto (pusillanimità) affermando che la pusillanimità è un peccato più grave della presunzione “perché con essa l’uomo si ritrae dal bene che è il fine stesso della sua esistenza”.

Pare che queste verità siano più chiare a chi vuole renderci schiavi e dipendenti rispetto a chi dice di volerci aiutare nella via della santità e del bene. In effetti è esperienza di tutti che “c’è in me il de-



siderio del bene, ma non la capacità di attuarlo: infatti io non compio il bene che voglio, ma il male che non voglio” (Rm 7,18-19).

Le finitezza delle varie esperienze e relazioni di vita ci illudono di avere trovato la felicità e nello stesso tempo ci deludono e ci spingono a riconoscere che c'è qualcosa di Altro a cui stiamo tendendo, ma per fare questo dobbiamo “tradire” le persone che amiamo e accettare il rischio, la fatica e la solitudine di scoprire la nostra strada e ridarci il permesso di essere felici perché Qualcuno ci Ama.



Alcune esperienze cliniche

Una ragazza di 35 anni sposata con tre figli si è presentata da me accompagnata dalla mamma, perché dopo essere rimasta incinta del 4 figli è piombata in una depressione mai vissuta prima, accentuata dai sensi di colpa di non desiderarlo. Il suo percorso focalizzato sul “non essere una buona madre”, si è poi incentrato sulla sua tendenza a vivere secondo il giudizio degli altri, (in particolare mamma, fratello e prete), all'interno di un “doverismo” esasperato e strutturato su una stima di sé quasi inesistente. Lei valeva per quello che faceva e che gli altri le dicevano era giusto. Sempre stata trattata come la debole da proteggere, ha iniziato a fare emergere e a dare importanza ai suoi desideri quali quelli di “avere un fratello e non un surrogato del padre... e di avere un padre spirituale e non uno psicologo che mi rimarca i miei doveri”. Prendendo fiducia ha cambiato il modo di relazionarsi con queste persone e

soprattutto ha scoperto una nuova soddisfazione e forza nel quotidiano provocando tuttavia delle reazioni scomposte e a volte offensive e svalutanti: “ma chi ti credi di essere!?!...cerca di fare la buona e non fare arrabbiare tuo fratello e tua madre!”. Intorno a lei non solo non hanno esultato per questa sua nuova situazione ma hanno cercato, invano, di farla sentire in colpa della sua gioia.

La libertà vera spaventa noi e gli altri, ed è forse per questo che cerchiamo soluzioni più immediate e “qualsiasi piacere porta un sollievo capace di mitigare qualsiasi tristezza, qualunque ne sia l'origine” (San Tommaso d'Aquino, Summa Teologica II-II q. 38 a. 1). Da questa verità di san Tommaso mi sembra di scorgere le varie forme di compensazione che ognuno di noi mette in atto per superare alle mancanze o ferite subite.

Nel seguire un giovane seminarista, è emerso chiaramente come i suoi comportamenti masturbatori e di fruizione della pornografia legati alle sue tendenze omosessuali, erano strettamente connessi con un grande problema di autostima. Figlio unico di fornai, ha sempre visto i suoi genitori lavorare e fin da piccolo rimaneva a casa da solo di notte e al mattino si arrangiava per la colazione e la partenza.

Viveva spesso dalla zia “che urlava con il marito” e andava a scuola con la mamma alle 4 del mattino “perché lei voleva stare con me”. Questo si-





lenzio affettivo continuava anche dopo, sia perché al pomeriggio i genitori dovevano recuperare le ore di sonno, sia perché incapaci di stare su piani emotivi significativi.

Il piccolo si è così abituato a dover rispondere da solo alle varie domande e paure che i suoi cambiamenti o i suoi desideri richiedevano, ma quando in età adolescenziale si è accorto di avere un problema di incurvamento penieno la sua timidezza si è trasformata in chiusura non solo verso l'altro sesso, ma anche verso se stesso. "Non sono come mi avrebbero voluto, soprattutto il papà": ai genitori ha comunicato questa malformazione 3 anni fa quando ha deciso di farsi operare.

La pornografia omosessuale in adolescenza "è servita per capire le diversità del mio corpo e poi identificandomi con un maschio virile ho iniziato ad esserne attratto", confermando in questa sua

affermazione un principio descritto da San Tommaso; *"ogni appetito ha per oggetto solo il bene"* (Somma Teologica I-II q. 8 a. 1).

Successivamente il tanto tempo passato da solo hanno favorito un uso decisamente più compulsivo della pornografia associata alla masturbazione; anche in questo caso San Tommaso aiuta a guardare nel profondo di questi comportamenti; *"qualsiasi piacere porta un sollievo capace di mitigare qualsiasi tristezza, qualunque ne sia l'origine"*.

Alle superiori ha avuto alcune ragazze che lo hanno cercato ma lui si chiudeva e le allontanava "per paura di non essere all'altezza dal punto di vista sessuale".

Parallelamente nella sua vita la fede è sempre stata un aspetto importante e il desiderio della vita consacrata e l'entrata in seminario è stata

una conferma della veridicità della sua chiamata, anche se con un cammino non lineare: dopo i primi due anni di propedeutica, ha frequentato tre anni di Università di antropologia per poi riprendere il seminario con due anni di teologia.

In questo percorso è stato determinante la conoscenza delle sue tendenze omosessuali.

Negli ultimi tre anni è stato seguito da una collega che collabora con il seminario e fa giugno di quest'anno mi è stato inviato "per affrontare in modo più decisivo il suo disagio rispetto alle tendenze omosessuali". Nel percorso arriva motivato e dopo qualche seduta capisce il significato dei suoi comportamenti compulsivi e soprattutto riconosce la poca autostima che ha sempre caratterizzato la sua vita.

Riconoscendo i suoi bisogni più profondi, diventa più assertivo nelle relazioni, passa sempre meno tempo nel guardare pornografia, inizia a sognare situazioni eterosessuali e soprattutto a volersi bene, non giudicandosi nelle inevitabili cadute.

In questo clima di maggiore fiducia e coraggio emerge un confronto più reciproco con i superiori che però rimangono in una visione di lui focalizzata prevalentemente sull'aver o no tendenze omosessuali. Lui cerca di spiegare i vari passaggi e conquiste che sta facendo e il suo bisogno ormai assente di pornografia, ma loro vogliono "una certificazione" che non può ancora assicurare e che soprattutto lo fa sentire non capito e conosciuto nella sua individualità. Dopo un periodo di grande sofferenza e delusione decide di lascia-

re il seminario e con la consapevolezza e la forza acquisite nel percorso riprende il lavoro nel forno di famiglia determinando però lui le relazioni con i genitori, comunicando per la prima volta le sue fatiche passate e definendo i confini entro cui stare nella loro quotidianità.

Dopo alcune settimane s'innamora e si rivela ad una ragazza, di cui si era infatuato senza comunicarglielo, negli anni dell'Università.

In questo momento la sua più grande fatica è il non poter condividere sia con i suoi superiori sia con i genitori per motivi diversi, la gioia di questa nuova percezione di sé, in cui si riconosce sereno, forte e amato da Dio dopo "aver abbandonato ciò che contrista".

Riflessioni

Credo molto a quello che affermava il dottor Armiiento, che *"ci vuole più amore per condividere*

le gioie degli altri che le sofferenze, perché voler bene alle sofferenze altrui, può essere un atteggiamento narcisistico

perché mi sento buono".

Secondo una ricerca, pubblicata sulla rivista "Psychological Science", raccontare agli altri le nostre esperienze straordinarie ha l'effetto di fare sentire i nostri interlocutori "tagliati fuori". Nessuno, insomma, almeno secondo la scienza, ha voglia di ascoltare le nostre sensazionali novità. "La felicità è reale solo se condivisa", recitava la scritta che Christopher Johnson McCandless (meglio noto come Alexander Supertramp), il protagonista di "Into the Wild", lasciò all'interno



del Magic Bus prima di morire. La ricerca contraddice questa citazione: condividere con qualcuno la propria felicità non è così semplice.

"Quando otteniamo ciò che vogliamo, la prima cosa che sentiamo di fare è dirlo ai nostri amici - spiega l'autore Gus Cooney della Harvard University - ma ho notato che la conversazione in cui ci 'vantiamo' di qualcosa alla fine viene ricondotta, in un modo o nell'altro, ai soliti argomenti. Mi sono chiesto se queste esperienze straordinarie che raccontiamo possano avere più lati negativi che positivi per chi ci ascolta e se le persone si siano accorte di questo 'fenomeno'".

Da qui è nata l'idea della ricerca, condotta da Cooney insieme a Daniel T. Gilbert della Harvard University e Timothy D. Wilson della University of Virginia. "I partecipanti al nostro esperimento - spiegano gli autori dello studio - credevano erroneamente che l'esperienza straordinaria vissuta da loro li potesse rendere le 'star' della conversazione. Ma si sbagliavano, perché l'interazione si basa sulle somiglianze e aver avuto un'esperienza diversa li ha resi semplicemente 'distanti'".

Se questo è vero per delle esperienze singole, pare ancora più significativo quando la mia felicità deriva da un cambiamento strutturale della mia vita che inevitabilmente modifica il mio modo di rapportarmi con gli altri, (per esempio da dipendente divento sicuro facendo perdere potere a certe persone), e le mie conquiste tendono ad illuminare le ombre, le fatiche o le giustificazioni di chi vive accanto a me e per cui da buono e accogliente rischio di passare per egoista e poco tollerante. Di fronte alla gioia dell'altro ripercorriamo la nostra condizione, la misuriamo, la confrontiamo con il rischio terribile di sentirci frustrati perché non riusciamo ad essere così felici come quella persona che abbiamo davanti.

Riconosco sempre di più che la felicità è una scelta, la più decisiva della nostra vita, perché come

Metanocite - Rivista di Psicologia Cristiana

confermano tante ricerche della psicologia positiva "è felice chi trascende se stesso verso qualcosa più grande di lui" e noi pur non potendo cambiare la nostra essenza possiamo cambiare i nostri abiti ci dice San Tommaso.

Siamo attori protagonisti, chiamati ad essere felici perché amati: la felicità tende ad essere camuffata, nascosta, silenziata e spesse volte mi ritrovo a dover soffermarmi sugli aspetti positivi della vita di ognuno che spesso non vengono visti e dati per scontato.

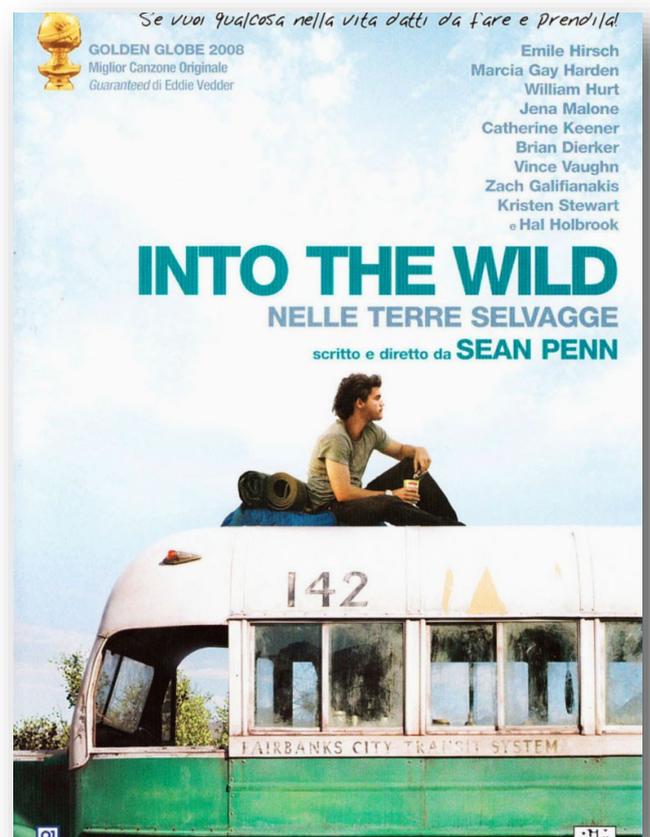
La felicità provoca, destabilizza e cambia forse più della sofferenza.

Bibliografia

Armiento M., *Ti penso positivo*, Paoline, Milano 2018.

Cooney G., Gilbert D., Wilson T. (2014), *The unforeseen Costs of Extraordinary Experience*, *Psychological Science*, 25, pp. 2259-2265.

Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, ESD, Bologna 2014.



Rilettura aristotelico-tomista della psicologia individuale di Alfred Adler

Martino Paterlini

Psicoterapeuta

Premessa

Quando mi sono avvicinato ad Alfred Adler ho trovato una possibile continuità e compatibilità tra alcuni aspetti della sua teoria psicologica applicata e la visione cattolica di uomo che nella mia formazione avevo maturato.

Fino ad allora conciliare le affascinanti teorie psicologiche studiate all'università con l'antropologia cristiana era un grande sforzo e mi portava necessariamente staccare alcune parti dall'impianto teorico di ciascun approccio psicologico per attaccarle alla visione cristiana di uomo interiorizzata nel corso degli anni. Non volendo rinunciare ad essere cristiano (rischio assai alto per chi studia psicologia oggi), rinunciavo ad una militanza in questo o quel approccio teorico saccheggiando dai principali autori studiati alcune parti utili alla comprensione e alla cura del disagio psichico.

Il mio impegno professionale in ambito clinico mi portò presto a rendermi conto della necessità di una chiara teoria della mente per non perdermi nell'esperienza di terapeuta. Cominciai allora a valutare diverse scuole di psicoterapia e trovai la Psicologia Individuale di Adler una tra le più compatibili con l'antropologia cattolica.

Il mio lavoro di psicoterapeuta Adleriano cattolico deve necessariamente andare al di là di alcuni limiti della psicologia individuale primo tra tutti il pensiero di Adler sulla religione. In Adler si trova qualche riferimento alla religione che tuttavia rimane in un ambito razionalistico: è considerata uno possibile strumento pedagogico, ma non vi sono espliciti riferimenti ad un rapporto con la trascendenza, ne tantomeno all'azione della Grazia o ad altri fattori soprannaturali¹.

Vorrei proporre una mia rilettura di alcuni contenuti della teoria adleriana per evidenziarne la



compatibilità con l'antropologia cattolica. A tal fine cercherò di sviluppare alcuni concetti fondamentali del pensiero di Adler a partire da alcuni principi aristotelico-tomisti evidenziati da Marchesini per la loro attinenza all'ambito clinico².

Ogni ente è buono (S. Th. I, q. 5, a. 3)

“Per San Tommaso «[...] tutto ciò che è stato creato da Dio è buono»³. Anche e soprattutto dell'uomo Dio si dice soddisfatto dopo averlo creato. “Dio creò l'uomo a sua immagine; lo creò a immagine di Dio” (Gen 1, 26-28.31a). Tuttavia l'uomo non sempre riesce a percepirsi così buono e soddisfatto della propria natura. Sembra che questa immagine di Dio non sia facilmente accessibile alla propria percezione e consapevolezza. Catapultato nella vita il neonato non sa da dove viene e dove sia destinato; è completamente disorientato similmente a quanto gli accadrà frequentemente nel corso della propria vita. Questo iniziale disorientamento è tuttavia seguito da esperienze confortanti che nutrono la sua speranza. Troverà nelle risposte della mamma quel conforto e quella sicurezza che sono in grado di fargli percepire la bontà della sua natura. Elaborando il concetto di sentimento di inferiorità Adler descrive proprio questa dinamica.

Il fatto che l'uomo non percepisca la bontà della propria natura, anzi parta sempre dalla percezione della propria inadeguatezza è ciò che, secondo Adler, anima la dinamica psichica come ricerca della propria felicità: *“trovandosi esposto in un ambiente di adulti il bambino è spinto a ritenersi piccolo e debole, dando di sé una valutazione di inadeguatezza. È da questa valutazione che ha origine e si sviluppa ogni sforzo del fanciullo per elaborare una meta da cui attendersi conforto e sicurezza dal futuro”⁴*. Proprio questa condizione spinge l'uomo alla ricerca di una pace, di una sicurezza che solo nell'esperienza della vita comunitaria si può placare senza dar luogo a nevrosi.

L'individuo nevrotico ha perso il contatto con l'esperienza rassicurante dell'essere amato. L'esperienza della dipendenza infantile e il limite delle persone che si prendono cura di lui, insinua un dubbio e una paura che non si placa mai completamente fino a quando non ritorna a sperimentare stabilmente, attraverso i segni della vita comunitaria, l'amore incondizionato del suo creatore. Adler fa esplicito riferimento alla trascendenza quando parla di comunità ideale come meta dell'agire umano.

In Adler l'uomo è spinto alla ricerca della sua bontà a partire dalla percezione della propria inadeguatezza. L'individuo è in un continuo movimento a partire da una situazione di minus dove sperimenta il sentimento dell'insicurezza verso una situazione di plus in cui trovare un sentimento di sicurezza. La nevrosi si configura come la ricerca di questa pace attraverso la sopraffazione dell'altro anziché attraverso la comunione con l'altro.



Possiamo riscontrare nella clinica numerosi esempi di ricerca di un bene (la sicurezza) attraverso strade disoneste. La capacità di perseguire il bene con e per gli altri è ciò che secondo Adler si può definire normalità, sanità mentale.

Lo stato di maggior sicurezza a cui l'uomo anela e che, nell'interpretazione adleriana, trova nell'esperienza della sentimento comunitario, è a mio parere per il cristiano l'esperienza dell'amore di Dio attraverso la relazione con gli altri. Il dubbio di non essere amato innesca la paura di essere sopraffatto e la necessità di trovare una sicurezza. Solo l'esperienza dell'amore incondizionato attraverso la fede permette all'individuo di trovare una risposta definitiva nell'apertura ad una trascendenza che si fa presente e si manifesta nei gesti delle persone con cui entra in relazione.

La mia esperienza psicoterapeutica mi ha portato spesso a riconoscere che l'ultima tappa di un percorso psicoterapeutico è la scoperta della fede.

Il paziente dopo aver preso consapevolezza della bontà di ciò che va ricercando è invitato ad abbandonare i suoi comportamenti nevrotici, ma ha bisogno di esperienze che possano convincerlo rispetto al suo dubbio primordiale: qualcuno mi ama per quello che sono? Senza placare questo dubbio l'individuo fatica ad abbandonare le sue

nevrotiche sicurezze. D'altro canto l'esperienza della incapacità di amore totalmente incondizionato da parte delle persone che lo circondano⁵, non gli permette di fugare ogni dubbio fino a che non approda alla Fonte dell'Amore e confonde le creature con il creatore. Solo quando riuscirà a percepire gli altri come immagini di un Amore più grande, uscirà completamente da quella forma di compensazione che Adler definisce nevrotica.

Nella Psicologia Individuale di Adler è implicitamente contenuta l'idea che la natura dell'uomo, in quanto creata da Dio, sia buona. La salute psichica dell'individuo è data dalla corrispondenza che l'individuo può trovare tra la sua "volontà di comunità" e la l'esperienza "comunitaria" che si rende possibile attraverso la relazione con l'altro. Mi vorrei anche sbilanciare nel

sostenere che la "volontà di comunità" che Adler ha riconosciuto come uno dei principali motori della vita psichica, derivi dall'immagine trinitaria rispetto alla quale l'uomo nella dottrina cattolica è stato creato.

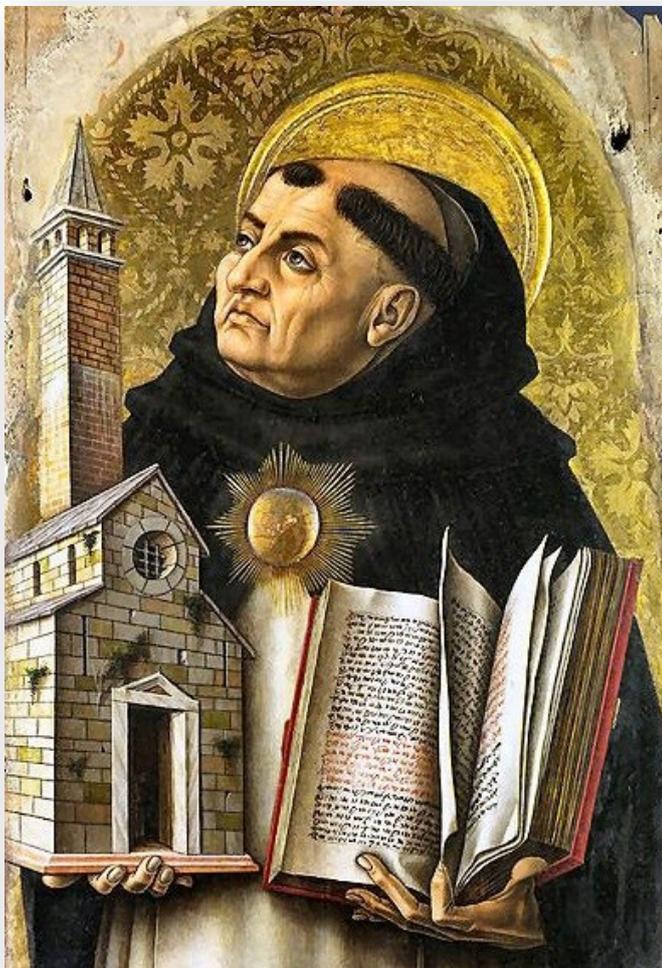
L'anima è la forma del corpo (S. Th. I, q. 76, a. 1)

Per San Tommaso l'uomo è dunque un sinolo nel quale anima e corpo interagiscono reciprocamente. Nella concezione adleriana è presente questa visione antropologica di fondo quando si affronta



il tema dei disturbi psicosomatici. Per Adler materia e forma interagiscono. La psiche dell'individuo risente fortemente delle caratteristiche del corpo e l'individuo costruisce il proprio stile di vita a partire dall'esperienza corporea. Alla base di ogni nevrosi è, per Adler, possibile ritrovare sentimento di inferiorità legato all'aspetto o alla funzionalità del proprio corpo. Il corpo fa percepire all'individuo la propria limitatezza e genera quel sentimento di inferiorità che nei nevrotici diventa complesso d'inferiorità e porta alla supercompensazione attraverso meccanismi di finzione, di trasformazione della realtà, ma anche di attraverso la formazione di sintomi organici.

Allo stesso tempo è le disposizioni dell'anima danno forma al corpo. In ogni nostra cellula risuona lo stato dell'anima che l'individuo vive. I nostri stati d'animo plasmano il nostro corpo dalle viscere alla pelle, in tutti i suoi organi e apparati.



Il corpo condiziona l'anima e al tempo stesso viene scolpito dall'anima.

Adler credeva di poter trovare le tracce della volontà proprio nei sintomi fisici. Dava molta importanza al linguaggio del corpo convinto che nei suoi sintomi fosse contenuta una espressione della sua volontà, della sua anima. Si poneva la domanda cosa vuole ottenere l'individuo con questo sintomo fisico? Quale scopo persegue? Cosa vuole evitare?

Ogni appetito ha per oggetto solo il bene. (S. Th. I-II, q. 8 a. 1)

Leggendo Adler potrebbe sembrare che la sua concezione si discosti da questa affermazione di san Tommaso. Nella psicologia individuale di Adler l'aspirazione alla superiorità e la volontà di potenza inducono a pensare che la pulsione che muove l'uomo abbia per oggetto il sentimento di onnipotenza. Per reazione al disagio provato nella situazione di inferiorità l'individuo sarebbe portato alla ricerca della superiorità. Si è portati a pensare che la volontà di potenza abbia la stessa funzione di quella forza pulsionale che nella psicoanalisi freudiana è chiamata libido.

Sicuramente la vicinanza a Freud ha influenzato Adler che sostituendo la volontà di potenza alla pulsione sessuale ci spinge ad interpretare dietro ogni comportamento umano sano o patologico la ricerca della superiorità. Cosicché se un uomo sposa quella donna è perché nella relazione con lei si può sentire superiore; e se in un secondo momento si separa è perché non è più in grado di sperimentare lo stesso sentimento di superiorità. Se un bambino preferisce la mamma al papà è perché la mamma alimenta il suo bisogno di onnipotenza più del padre, o viceversa. In realtà Adler elabora il concetto di sentimento comunitario che sostiene l'individuo nella ricerca della sicurezza e lo tutela dal rischio della deriva egoistica.

Tuttavia questa visione per così dire pulsionale della psicologia individuale di Adler non va in contrasto con la sopracitata affermazione di San Tommaso poiché il sentimento di superiorità o di onnipotenza pur non essendo un vero bene appare come tale all'individuo preda dell'angoscioso sentimento di inferiorità o insicurezza⁶.

Inoltre la visione di San Tommaso secondo cui ogni appetito ha per oggetto solo il bene, si può ben adattare alla psicoterapia adleriana poiché questa sposa una visione finalistica. Nella concezione Adleriana la psiche dell'individuo è governata più dal futuro che dal passato e tutti i suoi comportamenti e sintomi hanno un oggetto a cui tendono, parlano di un bene oggettivo, di valori a cui tendere, capaci di dare senso alla vita.

Coloro i quali non sono in grado di gustare dei piaceri spirituali sono portati ai piaceri materiali. (S. Th. II-II, q. 35, a. 4)

Quale sarebbe questo piacere spirituale che alcune persone secondo San Tommaso non sono in grado di gustare? Credo che San Tommaso faccia riferimento alla beatitudine che deriva dall'incontro con la Fonte di ogni consolazione, con l'amore di Dio. Tutti gli uomini vivono questa esperienza di sofferenza perché nessun oggetto è in grado di saziare la sete di felicità dell'uomo all'infuori di chi lo ha creato. Nell'uomo vi è un desiderio di infinito che indirizza la sua ricerca al di là di qualsiasi oggetto e condanna l'uomo all'esperienza dell'insoddisfazione nella quale nessuno può rimanere a lungo⁷. Credo che questa visione

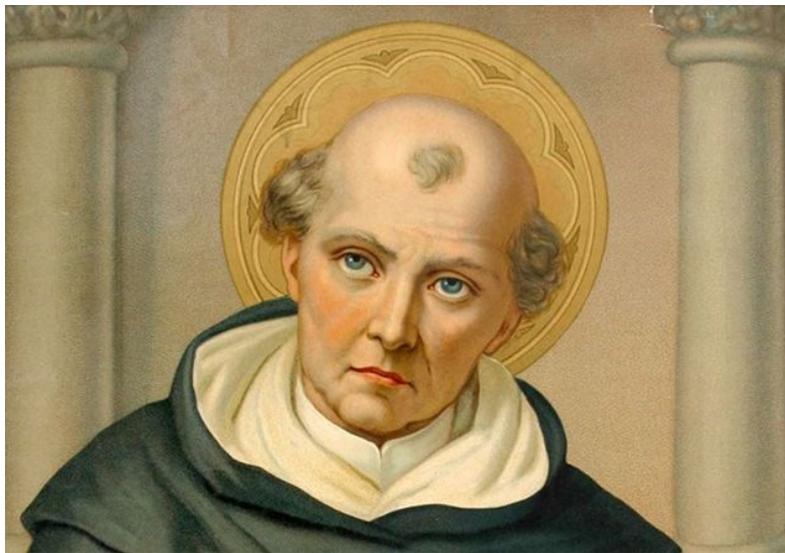
dell'uomo sia presente nella psicologia individuale di Adler nei termini di ricerca della perfezione. Mentre l'uomo cerca la perfezione si autocondanna all'insoddisfazione. Da questo stato di sofferenza psicologica fugge rifugiandosi nelle finzioni che potrebbero corrispondere ai piaceri materiali di cui parla San Tommaso. Nella teoria adleriana il piacere materiale potrebbe essere il piacere che deriva dalla finzione che consente all'uomo di sentirsi superiore. Così abbiamo la

fuga nelle dipendenze: la droga, l'alcool, il sesso, la vincita al gioco d'azzardo mi fanno sentire "super" e anestetizzano momentaneamente e illusoriamente l'angoscia della condizione di inferiorità intrinseca alla natura umana. Ma anche la corsa, la dieta, il lavoro, la

genitorialità possono diventare fughe finzionali quando l'individuo racconta a se stesso di essere "super" perdendo il contatto con una analisi oggettiva della realtà.

"Oggi mi sento un Dio perché la mia compagna di banco mi ha detto che sto bene con il nuovo taglio di capelli: questo piacere mi fa dimenticare che sono un uomo mortale e mi porta a investire molte delle mie energie nella cura del mio taglio di capelli". "Se prima di andare a letto tocco il comodino 10 volte con la mano destra e dieci con la mano sinistra, acquisisco il potere di scacciare i fantasmi e posso così dormire sonni tranquilli. Il piacere di sentirmi divino attenua la tristezza della mia condizione di vulnerabilità umana".

L'uomo è per natura un animale sociale (De regi-



mine principum, I, 12)

Nella psicologia individuale di Adler il concetto di sentimento sociale o comunitario è uno dei cardini per l'interpretazione del comportamento umano sano o patologico. Secondo Adler il sentimento sociale è innato, ma può essere più o meno sviluppato dall'educazione che l'individuo riceverà⁸. Il sentimento comunitario diventerà così il principale strumento attraverso cui l'individuo potrà realizzare la propria vita. La capacità di cooperare salva l'uomo dalla nevrosi che è sostanzialmente concepita da Adler come mancato sviluppo del sentimento comunitario.

L'esperienza della psicoterapia Adleriana si configura come rieducazione del sentimento comunitario. Il terapeuta, in un primo momento esplorativo del lavoro psicoterapeutico, ha lo scopo di portare il paziente a riconoscere come il proprio modo di cercare la sicurezza fallisce a causa del mancato sviluppo del sentimento comunitario. La possibilità di trasformare il proprio stile di vita passa attraverso lo sviluppo e il potenziamento del sentimento comunitario e della capacità di cooperare. Il sentimento comunitario sviluppato attraverso la volontà diventa capacità di cooperare con l'altro, di dare se stessi, di aprirsi alla condivisione, di tenere in considerazione le esigenze degli altri, di sentirli come fratelli, di sperimentare nel reciproco amore la vera per cui siamo stati creati la salute del corpo e la salvezza dell'anima⁹. Avranno quindi valore tutti quegli aspetti che possono stimolare il paziente a sentire e a coinvolgersi per andare incontro alle esigenze degli altri. Saranno rinforzati tutti gli atti agiti su quello che Adler chiama "lato utile della vita", utile perché unisce l'uomo alla comunità ideale, unico concetto trascendente della psicologia Individuale. La "comunità ideale" a cui si riferisce Adler mi sembra possa corrispondere nel linguaggio cristiano alla comunità trinitaria e rappresenti l'unica meta



veramente capace di condurre l'uomo verso sua "perfezione".

Quando un uomo impara a camminare in questa direzione finisce la psicoterapia e può cominciare un nuovo rapporto con la trascendenza fino all'incontro con Dio.

Bibliografia

Adler, A., *Il senso della vita*, Newton Compton Editore, 1997, Roma

Adler, A., *Psicologia Individuale prassi e teoria*, Newton Compton Editore, Roma, 2006.

Adler, A., *La tecnica della Psicologia Individuale*, Newton Compton Editore, Roma, 2005.

Adler, A., *La Psicologia Individuale nella scuola, Psicologia dell'educazione, Psicologia del bambino difficile*, Newton Compton Editore, Roma, 1993.

Allers R., *Psicologia e cattolicesimo*, D'Ettoris, Crotona, 2009.

Ansbacher, H., Ansbacher, R., *La psicologia individuale di Alfred Adler*, Brossura Giunti, 1997.

Echavarría, M. F., *Corrientes de psicología contemporánea*, Scire Universitaria, Barcellona 2011.

Echavarría, *Da Aristotele a Freud, saggio di storia della psicologia*, D'Ettoris, Crotona, 2018.

Marchesini R., *Aristotele, san Tommaso d'Aquino e la psicologia clinica*, D'Ettoris, Crotona, 2013.

Marchesini R., *La psicologia di San Tommaso d'Aquino*, D'Ettoris, Crotona, 2013.

Marchesini R., *Principi (Aristotelico)-Tomisti e loro applicazione clinica*, pubblicato su <http://psicologiacattolicesimo.blogspot.com> giovedì 13 dicembre 2012.

Parenti S., *Erickson non era Adleriano. Ed Adler non era Ericksoniano. Però allo psicoterapeuta Ipnotista (forse) potrebbe giovare conoscere ed applicare i fondamenti della psicologia individuale*. XVI Congresso Nazionale A.M.I.S.I. 20-22 Maggio 2015, Università degli Studi di Milano-Bicocca.

Parenti S., *Magda Arnold psicologia delle emozioni*, D'Ettoris, Crotona, 2017.

Parenti S., *Psicologia e Misericordia*, Mimepdocete, Bornago, 2017.

Riferimenti

1. Echavarría, M. F., *Corrientes de psicología contemporánea*, Scire Universitaria, 2011, pp. 130-131.

2. Roberto Marchesini, *Principi (Aristotelico)-Tomisti e loro applicazione clinica*, pubblicato su <http://psicologiacattolicesimo.blogspot.com> giovedì 13 dicembre 2012.

3. Ibidem.

4. H. L. Ansbacher, R. R. Ansbacher, *La psicologia individuale di Alfred Adler*, p. 119.

5. Un concetto molto simile a quella che Terruwe & Baars (1981) hanno chiamato disturbo da deprivazione affettiva.

6. "Ora, bisogna considerare che, derivando ogni inclinazione da una data forma, l'appetito naturale dipende dalla forma che si trova nella natura; l'appetito sensitivo e quello intellettuale o razionale, chiamato volontà, dipendono invece dalle for-

me avute in seguito alla percezione. Come quindi l'oggetto verso cui tende l'appetito naturale è il bene esistente in realtà, così l'oggetto verso cui tende l'appetito animale o quello volontario [razionale] è il bene conosciuto. Perché dunque la volontà tenda verso un oggetto non è necessario che esso sia un bene vero, ma che sia conosciuto sotto l'aspetto del bene. E per questo il Filosofo [Aristotele] scrive che «il fine è un bene, o un bene apparente»" Roberto Marchesini, *Principi (Aristotelico)-Tomisti e loro applicazione clinica*, pubblicato su <http://psicologiacattolicesimo.blogspot.com> giovedì 13 dicembre 2012.

7. "Dal momento [...] che «nessuno», come dice il Filosofo, «può rimanere a lungo con la tristezza senza qualche piacere», è necessario che dalla tristezza nasca una di queste due cose: o l'uomo abbandona ciò che contrista; o passa ad altre cose in cui si prova piacere. E così il Filosofo nota che coloro i quali non sono in grado di gustare i piaceri spirituali sono portati ai piaceri materiali" Roberto Marchesini, *Principi (Aristotelico)-Tomisti e loro applicazione clinica*, pubblicato su <http://psicologiacattolicesimo.blogspot.com> giovedì 13 dicembre 2012.

8. "Il sentimento comunitario non è innato, almeno non come entità pienamente sviluppata, ma lo è come potenzialità che dev'essere sviluppata consciamente" H. L. Ansbacher, R. R. Ansbacher, *La psicologia individuale di Alfred Adler*, p. 119.

Epigenetic: the monkey-man discovers his Thomist habits

Emanuele Sani

Medico Psichiatra

L'origine del mito

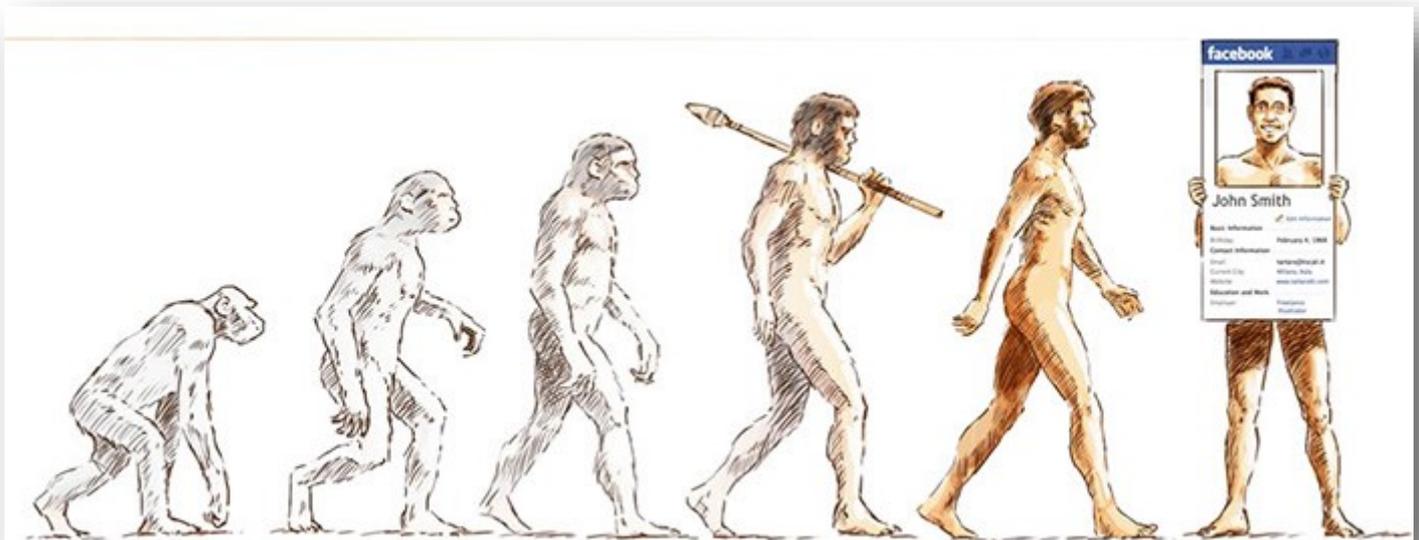
Il mito dell'uomo-scimmia fiorito nella seconda metà dell'800, in seguito alla pubblicazione dell'Origine delle specie di Charles Darwin nel 1859, si è imposto quale paradigma antropologico e filosofico di riferimento delle numerose branche e discipline della cosiddetta scienza moderna. L'evoluzionismo, a tutt'oggi, con le sue correnti neodarwiniste, influenza pervasivamente tutti gli ambiti del sapere. In campo biomedico, i proseliti in camice bianco della fede evoluzionista, hanno incarcerato la biologia e la medicina in un sistema dogmatico: bruciando grani di incenso sugli altari del Caso e del cieco Determinismo, hanno imposto una rilettura del reale in chiave riduzionista-meccanicista, con serie ripercussioni nell'ambito delle scienze applicate (basti pensare, a titolo esemplificativo, al concetto di "junk DNA"¹ in voga negli anni '70). Quasi mezzo secolo fa, il biologo e genetista Giuseppe Sermonti, aveva lucidamente delineato le derive di un tale ridu-

zionismo ideologico: *"Nell'arrogante rifiuto del divino e del mitico, la scienza moderna si è privata della sua stessa ragione, ha perduto i suoi limiti, ha smantellato il suo scenario, facendo della ragione, nata ribelle, una dispotica divinità. Ha abbandonato l'ontogenesi mitica dell'uomo, ma ad essa non ha saputo sostituire che una macabra fantasia di crani fossili [...]"* (Sermonti G., 1974).

Dal dogma agli studi sperimentali e osservazionali

Il "Dogma della biologia molecolare", proposto da Francis Crick nel 1958, nel solco del paradigma riduzionistico, postula la linearità e unidirezionalità del processo che fluisce dall'informazione genetica contenuta nel DNA, all'RNA e alle proteine: un gene, una proteina. Da tale assunto derivano come corollari:

1. La casualità della variabilità genetica (prodotto esclusivo di mutazioni, crossing-over, segregazione, assortimento indipendente e fecondazione);
2. La supremazia dei geni sul fenotipo, comporta-





menti e ambiente (determinismo).

Dalla fede nel dogma, è scaturita la narrazione onnipresente dell'esistenza, nell'ambito dell'eziopatogenesi delle malattie umane (in particolare di quelle ad eziologia multifattoriale, quali i disturbi annoverati nel campo della psicopatologia), di fattori "ambientali", modificabili (fattori di rischio, predisponenti), e fattori "ereditari, genetici" non modificabili (vulnerabilità).

Tuttavia, a partire dai primi anni '80, con la nascita della PNEI², si attua *"il superamento della separazione tra cultura e natura, tra scienze dello spirito e scienze della natura"* (Bottaccioli F., 2014), tramite la dimostrazione empirica, basata su studi sperimentali e osservazionali, che *"la dimensione culturale comunica con la dimensione biologica e che entrambe si influenzano vicendevolmente"* (Bottaccioli F., 2014).

In particolare gli studi sull'epigenetica³, che si occupano delle modificazioni stabili a livello dell'espressione genica non comportanti alterazioni nella sequenza nucleotidica del DNA e modulate dall'ambiente e dagli atti umani (comportamento, stile di vita, dieta, atti mentali, etc.) obbligano a una riconsiderazione del paradigma neodarwinia-

no: l'epigenetica trans generazionale – cioè la trasmissibilità da una generazione cellulare alla successiva delle suddette modificazioni stabili a carico del DNA – costituisce l'ennesima disciplina scientifica i cui studi osservazionali e dati sperimentali gettano discredito sull'ipotesi evoluzionista (la tradizionale concezione dell'evoluzione della specie umana), sempre più insostenibile, imponendo il passaggio da una visione deterministica e meccanicistica ad un approccio non riduzionista, sistemico e complesso.

La conferma della crisi del modello epistemologico sotteso alle moderne scienze, è arrivata nei primi anni 2000, con l'epocale fallimento dell'Human Genome Project (la decifrazione e mappatura dell'intero genoma dell'essere umano), le cui aspettative, ravvisabili nelle entusiastiche parole dello stesso Francis Collins⁴, *"What more powerful form of study of mankind could there be than to read our own instruction book?"*, sono state totalmente disattese: si era proclamato l'avvento di una nuova era, in cui sarebbe stato finalmente possibile, una volta carpit i segreti "del libro della vita", modificare il genoma "correggendo" in modo mirato l'evoluzione casuale e rimediare così, aggiustando i geni, ai disordini della vita. A quasi

20 anni di distanza, siamo ancora in attesa di tale avvenimento, che si fa sempre più incerto.

Le modificazioni epigenetiche

Ambiente, stile di vita, comportamenti ed eventi mentali, consapevoli e inconsapevoli, si traducono in segnatura epigenetica che, soprattutto se interviene nelle prime fasi della vita, modula l'espressione genica e influenza stabilmente l'assetto biologico e comportamentale dell'individuo. I principali meccanismi epigenetici consistono in:

- Metilazione/demetilazione del DNA. Aggiunta di un gruppo metile [CH₃], in regioni specifiche del DNA che determina attivazione/repressione dell'espressione genica.
- Acetilazione/deacetilazione degli istoni. Rimodellamento della cromatina mediante regolazione del grado di compattamento, ottenuto con la marcatura a carico dei residui di lisina ed arginina delle code istoniche.
- MicroRNA Piccoli RNA di circa 20 nucleotidi non codificanti, aventi molteplici funzioni: *“regolano post-trascrizionalmente l'espressione di alcuni geni inibendo la traduzione degli RNA messaggeri in proteine, fissandosi parzialmente a essi oppure inducendone la rapida degradazione. [...] agiscono anche a livello della cromatina fissandosi direttamente sul DNA e determinandone il silenziamento mediante, per esempio, i meccanismi dell'imprinting e dell'inattivazione del cromosoma X”* (Stazi M. A. et al.)



L'habitus

Rifacendosi alla definizione aristotelica, San Tommaso d'Aquino considera il termine habitus secondo due accezioni principali: quella di predicamento, corrispondente a “vestito”, e quella di attitudine ad agire, corrispondente ad “abito operativo”: disposizione stabile e consolidata che accompagna una facoltà umana e ne asseconda l'agire in un determinato modo (in direzione del bene o del male, abito buono/virtù o abito cattivo/vizio). Tali abiti si acquisiscono mediante la ripetizione dello stesso atto: *“Gli abiti sono causati dagli atti. [...] Quando [...] un agente è principio sia attivo che passivo del suo atto (come avviene negli atti umani procedenti dalla volontà, secondo la presentazione dell'oggetto da parte dell'intelletto pratico, mentre la stessa facoltà intellettuale ragiona attorno alle conclusioni sorretta dal principio conoscitivo attivo, che consiste nella conoscenza dei principi), allora da tali atti possono essere causati nell'agente alcuni abiti, non però quanto al primo principio attivo, bensì quanto al principio dell'atto che muove il mosso”* (P. Tomas Tyn, OP)

Dal Paradigma Darwinista (Caso-determinismo), al paradigma Tomista (Dio-libero arbitrio)

È dunque possibile intuire, ponendo in relazione gli atti umani – mentali e comportamentali – con le modificazioni epigenetiche da essi indotte, la profondità del concetto di “habitus” dell'Aquinate, come disposizione stabile, consolidata e persistente, non permanente, né tantomeno deterministicamente indotta da variazioni casuali del DNA, come vorrebbe la visione riduzionista della dottrina evoluzionista. L'uomo torna così, dopo oltre cent'anni di oscurantismo meccanicista, a riconquistare la dignità di essere libero – *“Contrariamente a quanto si può essere tentati a credere, l'abito non è affatto contrario alla libertà; che anzi in quanto acquisito è piuttosto frutto della libertà [...] Frutto della libertà, l'abito raffor-*

za la libertà stessa nel caso della virtù, mentre l'indebolisce nel caso del vizio [...] può divenire più intenso o meno intenso sia in sé, sia nella partecipazione da parte del soggetto, e così può crescere o diminuire" (Mondin Battista, 2000). – e si aprono vasti scenari nell'orizzonte di un modello antropologico incentrato sulla realtà integrale della persona, con l'adozione di un approccio che potremmo definire pneumo-psico-somatico, sistemico e integrato.



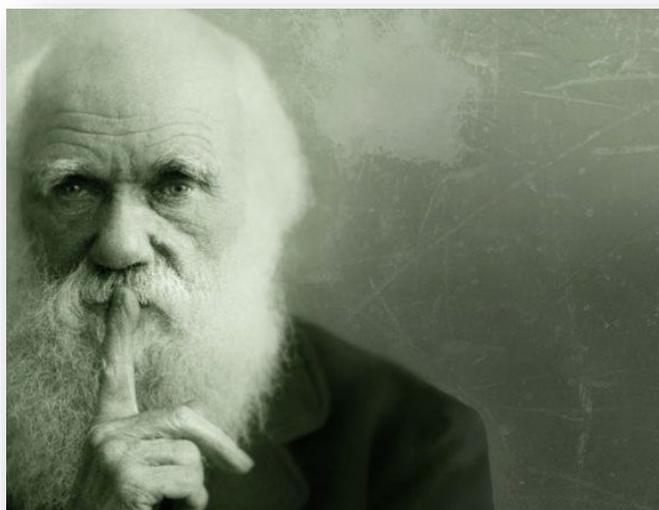
Piscopatologia: Habitus e Humus

Tra i pionieri di questo approccio, ancor prima delle acquisizioni nel campo della genetica menzionate nei paragrafi antecedenti, vi fu Rudolf Allers⁵: psichiatra austriaco, ebreo di fede cattolica, trovò nella filosofia tomista le basi epistemologiche e antropologiche sulle quali fondare una psicopatologia integrale della persona. In tale prospettiva, definì la nevrosi come conseguenza della rivolta contro la propria dimensione creaturale, come il rifiuto di prender coscienza della propria finitezza: *"L'unica persona che possa essere interamente libera dalla nevrosi è quella che passa la vita in una sincera dedizione ai doveri naturali e soprannaturali e che ha costantemente affermato la sua posizione come creatura e il suo posto nell'ordine del creato; in altre parole, al di là del nevrotico c'è solo il santo"* (Rudolf Allers). Il rifiuto della creaturalità costituisce, nel pensiero dello psichiatra austriaco, il nucleo psicopatologico della nevrosi. Oltre ad esser ribadita, nel solco della

filosofia tomista, l'importanza degli atti umani nella costituzione di un "habitus" patologico, si può parlare a ragione di psicopatologizzazione della società moderna, in quanto costituisce un ambiente, un "humus", che nutre e fa crescere questo distacco dalla realtà, questo rifiuto della propria dimensione di creatura. Vi è dunque una stretta relazione tra atti umani, habitus e fattori ambientali: l'epigenetica alza il velo sul microcosmo biologico, mostrando in termini biochimici ciò che l'Aquinate aveva espresso in termini logico-filosofici sul macrocosmo dell'essere umano. Gli atti umani influenzano l'ambiente circostante e al contempo strutturano un habitus, che plasma l'individuo fin nelle profondità del suo genoma; l'ambiente esterno, l'humus, a sua volta riverbera sull'individuo, concorrendo a plasmarlo.

Inizio

Solo con questi brevi cenni, è possibile intravedere le sterminate possibilità che si aprono nel campo della ricerca scientifica intesa in senso lato, in particolare nel campo delle neuroscienze e della psicopatologia. Se i professionisti e gli studiosi delle scienze mediche e psicologiche, troveranno la forza e il coraggio per scrollarsi di dosso incrostazioni ideologiche che li imprigionano in antropologie mitologiche ottocentesche, potranno prendere il volo verso orizzonti di realtà e libertà...e questo non sarebbe che l'inizio.



Riferimenti

1. Junk DNA o DNA spazzatura. Concetto introdotto negli anni '70, in seguito alla scoperta che solo circa il 2% del genoma contiene DNA codificante. Secondo l'interpretazione neodarwiniana, il restante DNA non codificante (circa il 98%), sarebbe stato da considerarsi come residuo "spazzatura", dell'evoluzione, inutile e neutrale rispetto ai processi della selezione naturale. Ad oggi è noto che tale "junk DNA", viene trascritto in RNA non codificante di fondamentale importanza nella regolazione dell'espressione genica.

2. Psico-neuro-endocrino-immunologia. Disciplina biomedica integrata (originante dalla convergenza di discipline scientifiche diverse quali le scienze comportamentali, le neuroscienze, l'endocrinologia e l'immunologia), che studia le relazioni bidirezionali tra psiche e sistemi biologici (le interazioni reciproche tra attività mentale e comportamento ed i sistemi nervoso, endocrino e immunitario).

3. Epigenetica, dal gr. επί, epì "sopra" e γενετικός, ghenetikós da "relativo alla nascita". Disciplina che studia "le modifiche chimiche a carico del DNA o delle regioni che lo circondano, che non coinvolgono cambiamenti nella sequenza dei nucleotidi. Tali modifiche regolano l'accesso dei fattori di trascrizione ai loro siti di legame sul DNA e regolano in modo diretto lo stato di attivazione funzionale dei geni. Poiché l'esperienza ambientale modula i livelli e la natura dei segnali epigenetici, essi sono considerati fondamentali nel mediare la capacità dell'ambiente di regolare il genoma.[...]" (Dizionario di Medicina 2010, Trecani)

4. Genetista statunitense, che ha guidato il team di ricercatori dell'Human Genome Project

5. Rudolf Allers (Vienna, 13 gennaio 1883 – Hyattsville, 14 dicembre 1963). Psichiatra austriaco,

facente parte del primo gruppo psicoanalitico di Freud, dal quale in seguito prese le distanze. Ha insegnato nell'università di Vienna (1919). Maestro di Viktor Frankl, conobbe intrattenendo una relazione amicale Hans Urs von Balthasar e la santa Edith Stein. Laureatosi in Filosofia in Italia nel 1934 presso l'Università Cattolica di Milano, dove si era recato su invito di padre Agostino Gemelli per studiare la filosofia tomista, trovò nell'antropologia di San Tommaso il fondamento per una psicologia integrale della persona. Emigrò negli Stati Uniti successivamente all'annessione dell'Austria al Terzo Reich; insegnò presso la Catholic University of America di Washington D.C. (1938 - 1948) e la Georgetown University di Washington D.C. Alla morte, nel dicembre 1963, fu sepolto nella St. Mary's Cemetery di Washington D.C.

Bibliografia

Bottaccioli Francesco., *Epigenetica e Psiconeuroendocrinoimmunologia, Le due facce della Rivoluzione in corso nelle scienze della vita*, EDRA, Milano, 2014.

Mondin Battista, *Dizionario enciclopedico del pensiero di san Tommaso d'Aquino*, ESD, Bologna 2000.

Sermonti Giuseppe, *La mela di Adamo e la mela di Newton*, Rusconi, Milano, 1974.

Stazi Maria A. e Lorenza Nisticò , CNESPS, Istituto superiore di sanità, Laura Serino, Scuola di specializzazione in igiene e medicina preventiva, Università Tor Vergata, Roma; *Epidemiologia e Prevenzione*, 2012; 36 (1): 62-64

Tyn Tomas P., OP, *Testo Dattiloscritto del Servo di Dio P. Tyn Tomas - Corso di Teologia Morale presso lo S.T.A.B.* Revisione di P. Giovanni Cavalcoli, OP, 24 giugno 2010

Patim enim est proprium naturae. Contributo tomista alla psicosomatica

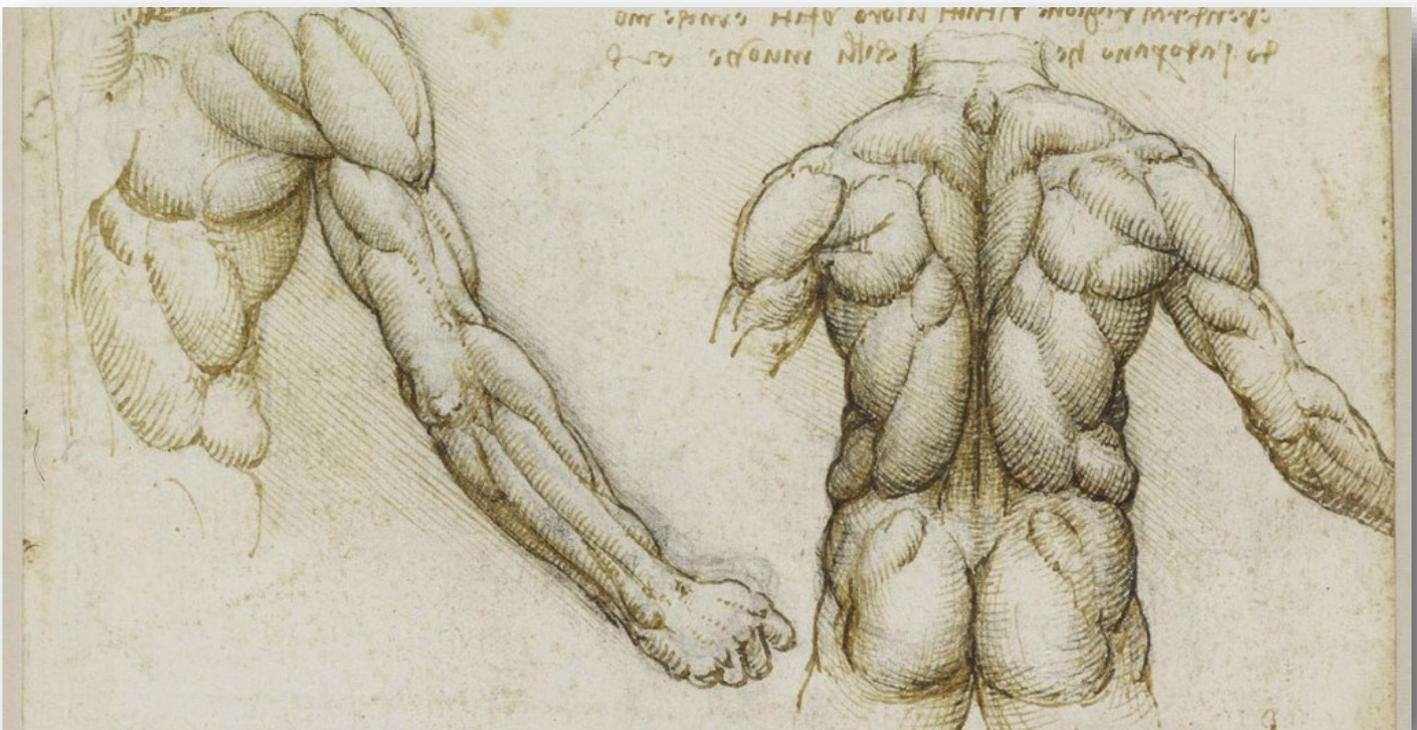
Davide Ferraris

Medico Psichiatra

Con il termine di medicina psicosomatica si intende indicare l'ambito della medicina che studia quelle malattie fisiche alla cui origine si ritiene esistano fattori psichici. Tale campo, di recente sviluppo se si intende il campo della letteratura strettamente medica, riporta l'attenzione del terapeuta ad una maggiore attenzione alla persona malata nel suo insieme, considerando l'uomo come unità psicosomatica, unione di mente e di corpo, e non come insieme di organi da curare singolarmente. L'interazione tra stati psichici e fenomeni somatici, fino al possibile sviluppo di malattie, è sempre stata osservata fin dall'antichità, ma la denominazione di "medicina psicosomatica" si è diffusa a partire dagli anni '40 del XX secolo, con gli studi di Franz Alexander, medico e psicoanalista ungherese fondatore dell'Istituto Psi-

coanalitico di Chicago¹. Egli suggerì che conflitti intrapsichici, tipicamente inconsci, avessero come correlato fisiologico l'iperattivazione del sistema neurovegetativo (orto- o parasimpatico), favorendo l'insorgere di malattie quali l'ipertensione arteriosa, l'infarto miocardico o le ulcere gastriche. Da allora, la disciplina ha conosciuto un progressivo sviluppo, con fondazione di riviste (la prima fu l'americana *Psychosomatic Medicine*) e di società scientifiche dedicate, arricchendo la già ampia speculazione filosofica e psicologica di partenza con l'apporto della ricerca biologica, scoprendo alcuni mediatori neurobiologici sottesi ai processi patologici in esame, e dando vita a branche specifiche come la psiconeuroendocrinologia e la psicoimmunologia².

Semberebbe di constatare, ad un primo sguardo,



che l'uomo abbia iniziato a riflettere sul rapporto mente-corpo (anima-corpo, diremo nel nostro lavoro) a partire dall'epoca psicoanalitica, vero e proprio "spartiacque" nella storia del pensiero umano secondo le storiografie ufficiali.

Questo assunto non si dimostra del tutto vero, se pensiamo ad esempio che già Ippocrate e Galeno, principali esponenti della medicina antica, avevano elaborato un modello della depressione fondato su meccanismi bio-umoral, dove tale disturbo dell'umore (dovuto ad un eccesso di bile nera rispetto agli altri umori presenti nell'organismo, da cui il termine melancolia) era il risultato di un dismetabolismo originario a livello delle regioni viscerali del corpo: "la depressione è dunque una malattia "simpatica" che nasce nell'anima vegetativa, si riflette su quella vitale, indebolendola, e infine altera anche la sfera immaginativa"³. Tale prospettiva non era certo estranea alla tradizione cristiana, se San Paolo afferma nella Prima Lettera ai Tessalonicesi: "Il Dio della pace, vi santifichi totalmente e tutto il vostro essere, spirito, anima e corpo, siano custoditi irreprensibili per la venuta del Signore nostro Gesù Cristo" (1Ts 5,23). All'interno di tale tradizione, San Tommaso d'Aquino non appare di certo estraneo al problema. Il tentativo del presente lavoro sarà quindi quello di mettere in rilievo alcuni spunti, tratti dal suo vasto pensiero, utili alla riflessione sul rapporto tra mente (anima) e corpo, delineando alcuni possibili contributi del pensiero tomista alla medicina psicosomatica.

Anima e corpo. Pati enim est proprium materiae

Sarà in principio necessario fare un rapido accenno alla cosmologia di San Tommaso: creatore di tutto *ex nihilo ed ipsum esse per se subsistens*, Dio non è essere corporeo, ma puro spirito⁴. Al di sotto di Lui e facenti parte del mondo creato vi sono gli angeli, anch'essi esseri puramente spirituali⁵. Di seguito tutti gli enti corporei, che parto-

no dalla materia bruta, puri corpi senz'anima (ad es. una pietra), sino ad arrivare all'uomo, che come gli animali e le piante presentano l'unione di un corpo con un'anima: anima vegetativa nel caso delle piante, anima sensitiva nel caso degli animali, anima spirituale o razionale o intellettuale per l'uomo. In quest'ultimo, l'anima intellettuale (che presenta in sé anche le funzioni degli esseri inferiori, sensitive e vegetative⁶) è perfettamente unita ad un corpo, donandogli vita e funzioni propriamente umane, ossia intelletto e volontà. Se l'anima è forma, il corpo è materia: insieme, costituiscono l'uomo.

Ora, caratteristica specifica dei corpi è di essere corruttibili⁷, quindi sottoposti a mutamento.

Patire, è il termine che utilizza San Tommaso: "patire è proprio della materia"⁸. Come messo in rilievo da Umberto Galeazzi (foto): "[il termine passione] come il termine patire, si può usare in senso generico, o generale, per indicare il mutamento, o alterazione, della materia e l'effetto pro-

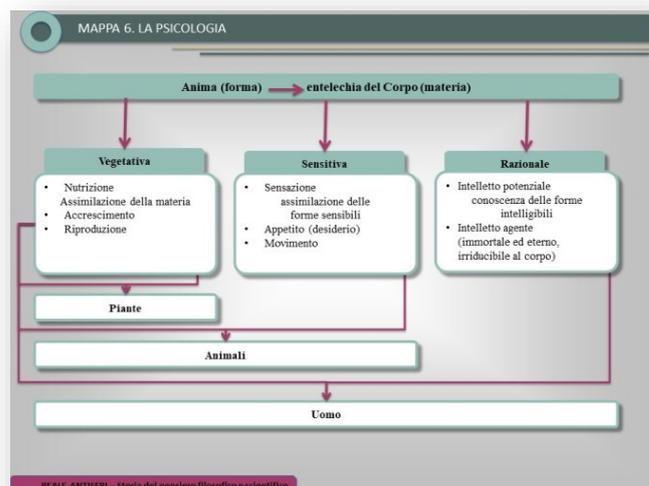


dotto da un agente su un paziente"⁹. Tale aspetto non coinvolge ovviamente né Dio né gli angeli, che essendo privi di corpo (quindi di materia) non possono mutare: *"Il patire, in quanto implica una perdita e un'alterazione, è proprio della materia: perciò non si trova se non nei composti di materia e di forma"*¹⁰ Tale dimensione riguarda quindi tutti i viventi, ed in forma particolarissima l'uomo. Si direbbe che i corpi patiscano mutamenti, essendo in sé passivi rispetto all'azione di altri agenti: non solo esterni, ma anche interni.

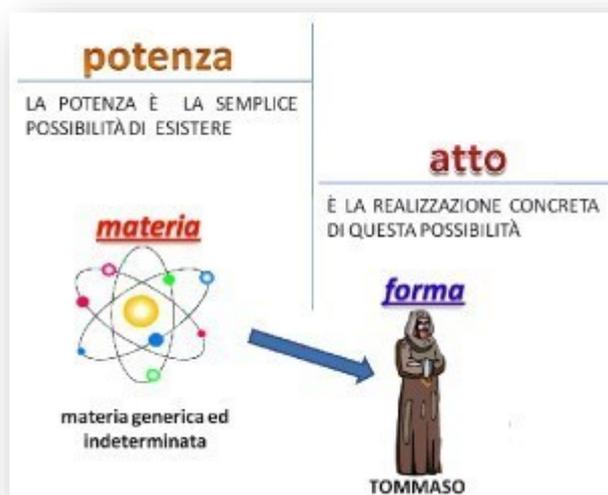
Le passioni dell'anima come paradigma dell'unità anima-corpo

Nel caso proprio dell'uomo, si definiscono comunemente passioni quelle alterazioni, quei cambiamenti, che coinvolgono l'anima umana: in modo più preciso, andrebbero definite passioni dell'anima. Le definisce così San Tommaso: *"si dicono passioni gli atti dell'appetito sensitivo in quanto hanno annessa un'alterazione corporea"*¹¹. Senza entrare troppo nello specifico, sarà utile analizzare questa definizione.

Per prima cosa, le passioni sono atti, ossia movimenti dall'essere potenza, essere solo virtualmente una cosa, all'essere quella cosa: in questo senso, il pulcino è in potenza il gallo, e il gallo sarà l'attualizzazione del pulcino, il suo compimento. Dal pulcino al gallo si compie un movimento, un'evoluzione, un cambiamento. Nel caso delle



passioni, tali mutamenti si svolgono nell'ambito dell'appetito sensitivo: l'appetito, dal verbo *appetere (ad-petere)*, significa appunto "tendere a", per dire "un certo moto verso qualcosa"¹². Tale tensione avviene necessariamente verso un bene, percepito dai sensi: vedo una bella torta, provo desiderio, mi muovo verso di essa. Il bene in questo caso è frutto di una conoscenza sensibile, cioè limitata ad un particolare aspetto: questa torta, non la torta come concetto, o l'idea stessa di bontà o di dolcezza¹³. L'appetito sensitivo a sua volta si divide in appetito concupiscibile ed irascibile: *"L'appetito sensitivo, in quanto genere [...] si divide in due potenze, che sono le sue specie, cioè nell'irascibile e nel concupiscibile. Per rendercene conto, bisogna considerare che negli esseri fisici soggetti a corruzione, non solo ci deve essere una tendenza a conseguire ciò che loro conviene e a sfuggire ciò che è nocivo, ma anche una tendenza a resistere agli agenti disgregatori e contrari, i quali impediscono di conseguire ciò che giova [...]* Per tale ragione si dice che il suo oggetto è l'arduo; appunto perché tende a vincere e a sopraffare gli agenti contrari"¹⁴. A questo appetito, condiviso con gli animali, facente parte delle facoltà dell'anima sensitiva e definito sensitivo, sensualità o ancora appetito inferiore, nell'uomo si aggiunge un appetito intellettuale o volontà, definito anche appetito superiore, per il quale l'uomo stesso tende verso il bene come astratto, per



mezzo dell'intelletto, dalle cose concrete. Gli atti dell'appetito sensitivo, ovvero le passioni, sono elencate da San Tommaso, costituendo un elenco di undici specie, disposte in coppie di opposti, con una sola eccezione: per quanto riguarda l'appetito concupiscibile abbiamo amore/odio, desiderio/avversione, gioia/tristezza; per quanto riguarda l'appetito irascibile speranza/disperazione, audacia/timore, ira.

Ora, in conseguenza all'unità inscindibile di anima e corpo che l'uomo rappresenta, Galeazzi nota che: "La passione nel senso più proprio del termine non interessa l'anima direttamente, ma solo in quanto è unita al corpo [...] per cui «si dicono passioni gli atti dell'appetito sensitivo in quanto hanno annessa un'alterazione corporea» (S. Th., I, q. 20, a. 1, ad 1). Dunque, nelle passioni dell'appetito sensitivo si può distinguere l'elemento materiale, che è l'alterazione corporea, e l'elemento formale, che è il moto della potenza appetitiva dell'uomo [...]"¹⁵. San Tommaso conferma: "nella definizione di codesti moti della parte appetitiva, si usa indicare come elemento materiale la trasmutazione fisica di qualche organo; si dice, p. es., che l'ira è «l'accensione del sangue intorno al cuore»"¹⁶. Ecco, quindi, ciò che naturalmente sperimentiamo, e cioè a seguito di una passione, il nostro corpo subisce delle mutazioni, tendenzialmente momentanee, ad es. in preda all'ira o al timore, tramite un'attivazione del sistema nervoso autonomo ortosimpatico, e al conseguente rilascio nel torrente ematico di catecolamine (adrenalina e noradrenalina), avremo non solo uno stato d'animo eventualmente sgradevole, ma anche midriasi, iperidrosi, piloerezione, ipertensione arteriosa, broncodilatazione, ossia l'attivazione di tutto un

sistema deputato alla cosiddetta reazione di lotta o di fuga¹⁷.

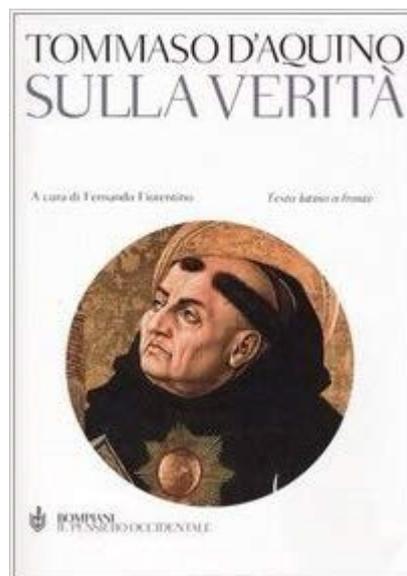
In San Tommaso troviamo una distinzione tra due differenti tipologie di passioni, con importanti conseguenze sull'osservazione clinica: *passio corporalis* e *passio animalis*. Tale distinzione viene affrontata dall'Aquinate nelle *Quaestiones disputatae de veritate* alla questione n. 26. La passione corporea (*corporalis*) "comincia nel corpo e termina nell'anima secondo che è unita al corpo come forma... per esempio quando viene leso il corpo... indirettamente patisce l'anima stessa"¹⁸. La passione psichica (*animalis*) è invece quella che

"comincia dall'anima in quanto è motore del corpo [...] come appare nell'ira e nel timore e in altre cose del genere, dato che le passioni di questo tipo hanno luogo a motivo dell'apprensione e dell'appetito dell'anima, a cui fa seguito una trasmutazione del corpo"¹⁹.

Passio corporalis e passio animalis: implicazioni cliniche

Nella passione corporea (*corporalis*) "l'anima compatisce insieme col corpo"²⁰. Questo può riguardare, per esempio, l'effetto

sulla sfera psichica determinato dal dolore fisico. È infatti documentata nella letteratura medica la correlazione tra dolore cronico e depressione, al punto che è stato rilevato come più dell'85% dei pazienti con dolore cronico, dovuto a patologie soprattutto oncologiche e neurologiche, soffre di depressione grave al punto da poter definire tale quadro clinico *chronic pain-induced depression*, dove il dolore fisico e la tristezza dell'anima sono mutuamente correlati in modo circolare: il dolore prolungato induce depressione, la depressione peggiora la percezione del dolore, che a sua volta peggiora l'andamento della depressione e la ri-

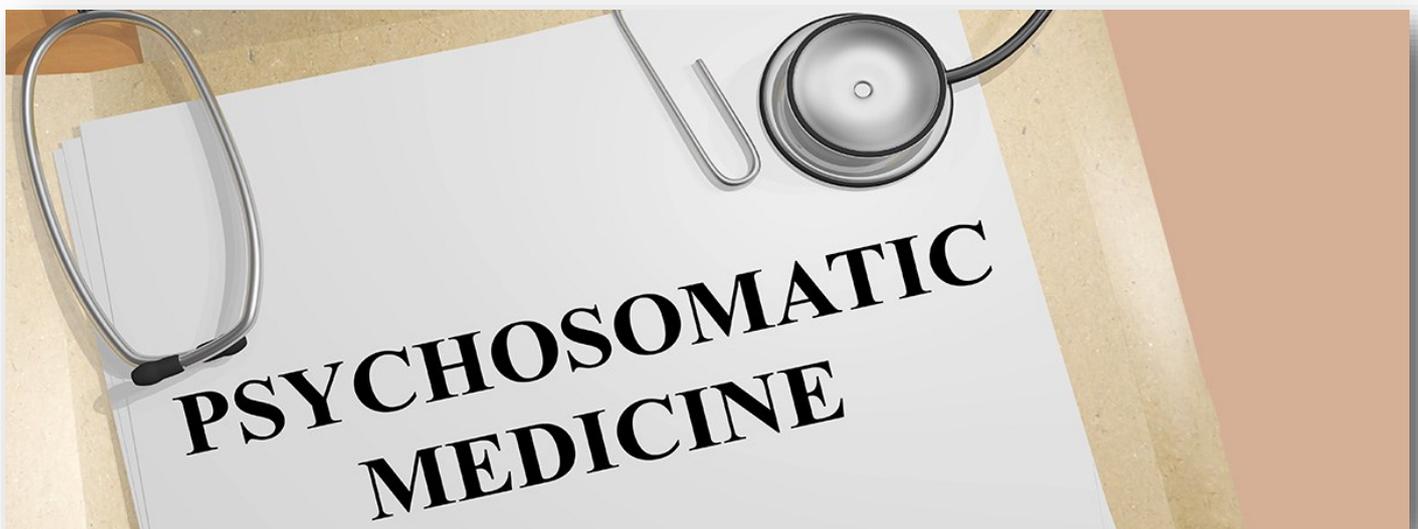


sposta alle terapie farmacologiche²¹. Tale correlazione sembra essere intermediata da meccanismi di plasticità neuronale, coinvolgenti neurotrasmettitori monoaminici (riduzione di serotonina e noradrenalina), fattori neurotrofici (riduzione di BDNF), mediatori di infiammazione e glutammato (che sono aumentati)²². Allo stesso modo, alterazioni del corpo dovute a malattie somatiche possono presentarsi correlate ad alterazioni psichiche. Gli esempi sono molteplici, ed in questa sede ne faremo solo alcuni di pertinenza endocrinologica: irritabilità ed insonnia nell'ipertiroidismo; sonnolenza, rallentamento psicomotorio, apatia nell'ipotiroidismo; ansia sia nell'ipo- che nell'iperglicemia; labilità affettiva, mania ed insonnia nella Sindrome di Cushing; depressione nel Morbo di Addison²³. Infine, può rientrare in questo ambito l'effetto psichico delle sostanze psicotrope. Gli esempi più comuni possono essere i seguenti: depressione, euforia, impulsività, aggressività nell'utilizzo di alcool; marcato senso di piacere, apatia, rallentamento psicomotorio nell'intossicazione di oppiacei; euforia ed impulsività nell'utilizzo di cocaina ed altri psicostimolanti²⁴.

Per quanto riguarda invece la passione psichica (*animalis*), dove ad un appetito dell'anima segue la trasmutazione del corpo, numerosi sono gli esempi nella clinica. Anzitutto quei disturbi che nel DSM-IV venivano definiti somatoformi, ca-

ratterizzati da sintomi fisici senza base organica obiettivabile, nei quali un verosimile stato di disagio psichico si esprime con sintomi fisici, spesso dolorosi, multipli e ricorrenti (disturbo di somatizzazione, disturbo algico) o con sintomi cosiddetti pseudoneurologici come cecità, paralisi, convulsioni (disturbo di conversione)²⁵. In tali casi si può avanzare la questione: esistono delle "passioni inconse", delle quali non abbiamo coscienza e che possono comunque determinare alterazioni del corpo? Sarebbe di sì, dal momento che San Tommaso, molto prima di Sigmund Freud, sembra descrivere tale ambito della psiche quando parla di "cecità di mente" (*caecitas mentis*), aggiungendo che "La causa di questo inconscio è senza dubbio [...] l'orgoglio, che non ammette di vedere le imperfezioni reali che si possiedono"²⁶. Altra sindrome che sembra inquadrabile in tale ambito è la cosiddetta depressione mascherata, depressione latente od equivalente depressivo, costruito nosografico molto in voga negli anni '60 e '70 del secolo scorso ed ora scomparso nei nuovi DSM americani, nella quale "la sintomatologia somatica, secondaria ad un disturbo depressivo "endogeno", era dominante al punto da mascherare la sintomatologia emozionale e comportamentale specifica della depressione"²⁷.

Esistono poi tutta una serie di patologie organiche, dette malattie psicosomatiche, dove ad una



eziologia organica più o meno nota, si affianca una componente psichica di rilievo, che pare anch'essa essere implicata come concausa: tra queste le coronaropatie (dove sarebbe predisponente la cosiddetta personalità di "tipo A", caratterizzata da impazienza, aggressività, elevata competitività), l'ipertensione arteriosa, l'asma bronchiale, l'ulcera peptica, la rettocolite ulcerosa, la cefalea muscolo-tensiva, solo per indicare alcune²⁸. Infine, le più comuni



sindromi di interesse psichiatrico, come la schizofrenia, la depressione e l'ansia si accompagnano a modifiche del funzionamento cerebrale: nella schizofrenia un aumento dell'attività dopaminergica a livello mesolimbico e meso-corticale, nella depressione la riduzione della disponibilità di serotonina a livello sinaptico (e l'aumento dei livelli di cortisolo nel sangue, dal punto di vista endocrinologico), nell'ansia l'iperattivazione di neuroni noradrenergici a livello del locus coeruleus²⁹.

Possibili spunti di interesse psicoterapeutico

Tornando a quanto affermato all'inizio, il campo della psicosomatica è in qualche modo pervaso dalle teorie psicoanalitiche, che presentano un certo tipo di antropologia di fondo, come avverte Ermanno Pavesi (foto): “[...] lo strumento scientifico umano si rivela sempre portatore – in modo almeno implicito – di risposte di fondo. Non è mai neutro”³⁰. Grossolanamente, nella prospettiva psicoanalitica le pulsioni, non trovando una loro integrazione nella vita psichica della persona, o peggio venendo represses, possono determinare delle alterazioni nel corpo, che cronicamente possono portare ad una



malattia somatica. Sulla base di questo si arriva al costrutto della alestitimia, termine assai in voga in psicosomatica, con il quale si intende una incapacità di esprimere le emozioni o di mentalizzare³¹: una repressione degli stati emotivi può far ammalare. Otto Fenichel, nel suo famoso “Trattato di Psicoanalisi”, così si esprime al capitolo “Nevrosi organiche”: “E’ lo stato ormonico dell’organismo che forma la fonte degli istinti. Il modo in cui si percepiscono stimoli ester-

ni ed a loro si reagisce, dipende da questo, e l’azione istintuale che effettua la cessazione dell’impulso, lo fa alterando la condizione chimica che disturba. L’omissione di tale azione, che sia determinata da circostanze esterne o, come nelle psiconevrosi, da inibizioni interne, interferisce necessariamente con la chimica naturale dei processi di eccitazione e soddisfazione”³². Quale sarebbe quindi la cura, seguendo tale prospettiva “idraulica”? In maniera più o meno palese (a seconda della disponibilità del terapeuta e/o della sua scuola di appartenenza a “venire a patti” con la società), la terapia consisterebbe nel ridurre, fino ad abbattere, ogni repressione che il Super-Es impone all’Es. La psicoterapia equivale pertanto ad un processo di liberazione dell’individuo, che si ripercuoterebbe con effetto benefico sulla salute del corpo, non più sottoposto ad un carico di impulsi chimici eccessivi, dovuti ad una energia repressa e non sfogata. Tale prospettiva appare radicata in una concezione superomistica, teorizzata dal filosofo tedesco Friedrich Nietzsche, secondo la quale, come

ben messo in rilievo da Martin F. Echavarría (foto): “i pochi «predestinati al labirinto» devono

sopportare un processo di autognosi radicale [...] In questo processo tutto ciò che è negato e represso, il male, deve venire alla luce ed essere integrato nella totalità della personalità, poiché uno è tanto più ricco quanto più contraddizioni porta dentro di sé [...]"³³.

Se secondo tale prospettiva antropologica, le tensioni interne che ammorzano il corpo sono dovute alla repressione delle pulsioni (delle passioni dell'anima, direbbe San Tommaso), che vanno quindi liberate ed espresse, in una prospettiva radicalmente opposta quale quella stoica, esse vanno invece completamente annichilite. Gli esponenti di tale corrente filosofica, infatti, "definivano le passioni come moti appetitivi che trasgrediscono il giusto equilibrio dell'ordinata ragione: onde dicevano che esse sono vere e proprie malattie dell'anima, come le malattie del corpo trasgrediscono l'equilibrio della salute e sulla base di questi presupposti era inevitabile che ogni ira (e ogni passione) fosse cattiva"³⁴.

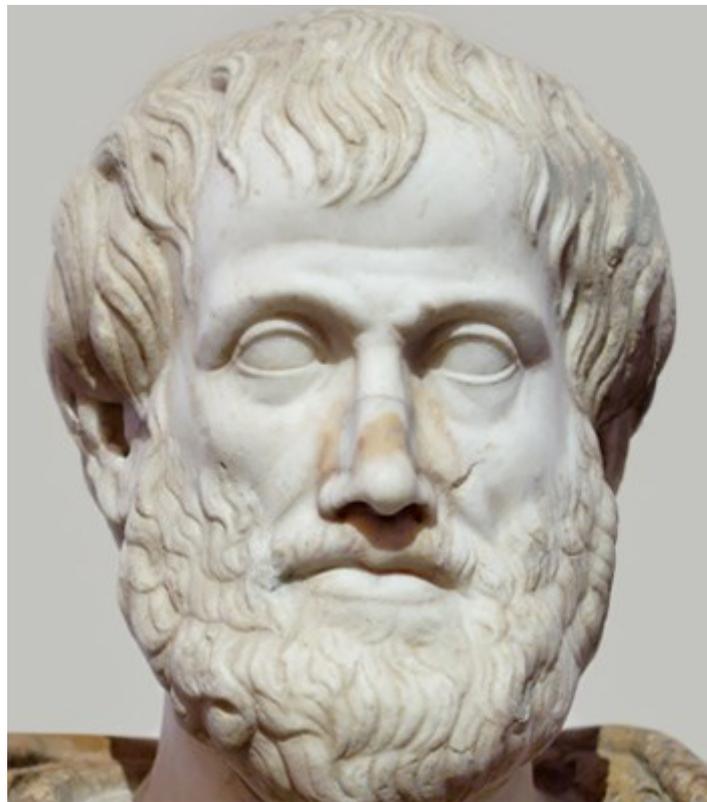
L'errore degli Stoici consisterebbe, secondo San Tommaso, nel considerare l'appetito sensitivo come una tensione a trasgredire l'ordine razionale, e non piuttosto verso un bene così come percepito dai sensi, come nota Galeazzi: "questo tendere non è negativo o patologico, ma è naturale per l'uomo, poiché appartiene alla sua natura essere dotato dell'appetito sensitivo [...]"³⁵, così come "le passioni non hanno un dimensione patologica se non in quanto trasgrediscono l'ordine ra-

zionale. Ma di per sé non implicano necessariamente questa trasgressione [...]"³⁶.

Esiste, alla base dei due approcci filosofici elencati sopra, la stessa sfiducia nella possibilità che l'appetito razionale, o volontà, possa guidare le passioni: nel primo caso, perché tale volontà viene grossolanamente identificata con le mozioni censorie e dannose del Super-Es, nel secondo caso perché non si considera possibile un rapporto tra l'appetito superiore (la volontà) e l'appetito inferiore (le passioni), considerando il secondo

del tutto indipendente dal primo. L'antropologia tomista, invece, pur non negando il ruolo negativo che le passioni possono avere nei confronti del corpo, riconosce anche l'aspetto positivo di queste, dal momento che l'appetito sensitivo "può essere regolato dalla ragione e, in quanto segue il giudizio della ragione, si mette a servizio della stessa per una pronta esecuzione [...] da ciò consegue che bisogna dire, in conformità con i

Paeripatetici, che qualche ira è buona o virtuosa". Come avviene dunque questo governo della volontà sulle passioni? Considerato che "l'appetito sensibile è sotto l'appetito razionale"³⁷, San Tommaso, riprendendo Aristotele, afferma che: "[...] l'intelletto, o ragione, comanda all'irascibile e al concupiscibile con un potere politico: perché l'appetito sensitivo ha qualche cosa di proprio, per cui può resistere al comando della ragione. [...] E infatti noi sperimentiamo che l'irascibile e il concupiscibile si oppongono alla ragione, quando sen-



tiamo o immaginiamo un piacere che la ragione proibisce, oppure quando concepiamo una cosa sgradevole che la ragione comanda. E così, sebbene l'irascibile e il concupiscibile contrastino in qualche caso alla ragione, non si esclude che le obbediscano³⁸. L'appetito razionale può quindi modulare ed indirizzare le passioni in due modi, "per ridondanza: vale a dire per il fatto che, quando la parte superiore dell'anima si muove, o tende, intensamente verso qualcosa, anche la parte inferiore segue il moto della parte superiore"³⁹, oppure "per una scelta: quando, cioè, un uomo per un giudizio della ragione, sceglie deliberatamente di farsi pervadere da una passione, per agire più prontamente, con la collaborazione dell'appetito sensitivo"⁴⁰. Nel primo caso (per ridondanza) San Tommaso sembra fare riferimento alla virtù cardinale della temperanza⁴¹, nel secondo a quella della prudenza⁴².

Ecco, quindi, quello che potrebbe essere il ruolo del terapeuta in un percorso di psicoterapia: guidare il paziente ad un retto esercizio della volontà, fortificandolo nelle virtù, in modo particolare aiutandolo a coltivare la temperanza, necessaria per regolare le passioni secondo ragione. Secondo quanto sinora sostenuto, tale terapia comporterebbe, oltre al beneficio dell'anima, anche a quello del corpo. Per quanto riguarda infatti la tristezza (passio animalis), la virtù morale è in grado di mitigarla "direttamente, determinando in essa, quale sua materia, il giusto mezzo. Poiché [...] le virtù morali determinano il giusto mezzo nelle passioni non secondo una grandezza assoluta, ma secondo una grandezza proporzionata, cioè in modo che la passione non ecceda la norma della ragione"⁴³. Una tristezza moderata, applicata al caso clinico di una persona predisposta ad eventi cardiovascolari (infarto, ictus) e tendente alla tristezza e all'ira (che della tristezza è conseguenza), potrà dunque determinare la riduzione del rischio di malattia. Per quanto riguarda il do-

lore fisico (passio corporalis), invece, "la virtù morale non è in grado di moderare direttamente il dolore esterno sensibile: perché codesto dolore non obbedisce alla ragione; ma è legato alla natura del corpo. Tuttavia può diminuirlo indirettamente per la ridondanza delle potenze superiori su quelle inferiori". In questo modo, si potrà sperare di ridurre l'alta percentuale di soggetti che, secondariamente ad una storia di dolore cronico, sviluppano una depressione clinica.



Bibliografia

Bair MJ, Robinson RL, Katon W, Kroenke K. *Depression and pain comorbidity: a literature review*, Arch Intern Med 2003; 163(20): 2433-45.

Barzaghi Giuseppe, *La Somma Teologica di Tommaso d'Aquino, in Compendio*, Edizioni Studio Domenicano, Bologna, 2017.

M. F. Echavarría, *Da Aristotele a Freud. Saggio di storia della psicologia*, D'Ettoris Editore, Crotona, 2016.

Fenichel Otto, *Trattato di Psiconalisi delle nevrosi e delle psicosi*, Casa Editrice Astrolabio, Roma, 1951

Giberti Franco, Rossi Romolo (a cura di), *Manuale di Psichiatria*, Piccin Nuova Libreria, Padova, 2005.

Kandel Eric, Schwartz James, Jessell Thomas, *Principi di Neuroscienze*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2003.

Marchesini Roberto, *Aristotele, San Tommaso*

d'Aquino e la psicologia clinica, D'Ettoris Editore, Crotona, 2015.

Pancheri Paolo (a cura di), *La depressione mascherata*, Masson, Milano, 2006.

Roccatagliata Giuseppe, Albano Claudio, *Trattato della malattia maniaco-depressiva*, Liguori Editore, Napoli, 1997.

Pavesi Ermanno, *Follia della croce o nevrosi? «Funzionari di Dio. Psicogramma di un ideale» di Eugen Drewermann e la critica della psicologia del profondo alla religione*, Cristianità, Piacenza, 1998.

Sheng Jiyao, Liu Shui, Wang Yicun, Cui Ranji, Zhang Xuewen, *The Link between Depression and Chronic Pain: Neural Mechanisms in the Brain*, Journal of neural transplantation & plasticity, 2017.

Sifneos Peter, *Psicoterapia breve e crisi emotiva*, Martinelli, Firenze, 1983.

Tommaso d'Aquino, *Le passioni e l'amore. Galeazzi Umberto (a cura di)*, Bompiani, Seggiano di Pioltello, 2015.

Tommaso d'Aquino, *Il male. Fiorentino Fernando (a cura di)*, Bompiani, Milano, 2002.

Tommaso d'Aquino, *Le questioni disputate. La verità. Coggi Roberto, Benetollo Vincenzo (a cura di)*, Edizioni Studio Domenicano, Bologna, 1992-1993.

Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, Edizioni Studio Domenicano, Bologna 2014.

Riferimenti

1. <http://www.treccani.it/enciclopedia/franz-alexander/>
2. http://www.treccani.it/enciclopedia/medicina-psicosomatica_%28Enciclopedia-Italiana%29/

3. G. Roccatagliata, A. Albano, *Trattato della malattia maniaco-depressiva*, Liguori Editore, Napoli, 1997, pag. 17.
4. Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, I, q. 3, a. 1
5. Ivi, I, q. 50, a. 1
6. Ivi, I, q. 76, a. 3
7. Ivi, I, q. 66, a. 2.
8. Tommaso d'Aquino, *Le passioni e l'amore. U. Galeazzi (a cura di)*, Bompiani, Seggiano di Pioltello, 2015, pag. 81.
9. Ivi, pag. 280.
10. Ivi, pag. 85.
11. Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, I, q. 20, a. 1
12. Ivi, I, q. 5, a. 4
13. Tommaso d'Aquino, *Le passioni e l'amore, op. cit*, pag. 269. Di questa pagina, si riporta una citazione di San Tommaso tratta dalle *Quaestiones disputatae de veritate* (q. 25, a. 1, ad. 6): "il senso, che conosce solo le realtà particolari, non apprende la bontà assoluta, ma questo bene; l'intelletto invece, poiché conosce gli universali, apprende la stessa bontà assoluta e in base a ciò l'appetito inferiore si distingue da quello superiore".
14. Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, I, q. 81.
15. U. Galeazzi. *Saggio introduttivo*, in Tommaso d'Aquino. *Le passioni e l'amore*, op. cit, pag. 17.
16. Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, I-II, q. 22, a. 2
17. S. Iversen, L. Iversen, S. Clifford, *Il sistema nervoso autonomo e l'ipotalamo*, in: E. Kandel, J. Schwartz, T. Jessell, *Principi di Neuroscienze*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2003.

18. Tommaso d'Aquino, *Le questioni disputate. La verità*. R. Coggi, V. Benetollo (a cura di), Edizioni Studio Domenicano, Bologna, 1992-1993, q. 26, a. 2
19. Ibidem.
20. Tommaso d'Aquino, *Le questioni disputate. La verità*, op. cit., q. 26, a. 2
21. M.J. Bair, R.L. Robinson, W. Katon, K. Kroenke. *Depression and pain comorbidity: a literature review*, Arch Intern Med, 2003; 163 (20): 2433-45.
22. J. Sheng, S. Liu, Y. Wang, R. Cui, X. Zhang. *The Link between Depression and Chronic Pain: Neural Mechanisms in the Brain*, Journal of neural transplantation & plasticity, 2017.
23. F. Gabrielli, *Disturbi somatoformi. Fattori psicologici che influenzano una condizione medica generale. Le malattie psicosomatiche. Disturbi fittizi. Psichiatria di consultazione*, in F. Giberti, R. Rossi (a cura di), *Manuale di Psichiatria*, Piccin Nuova Libreria, Padova, 2005, pag. 149.
24. G.P. Guelfi, *Disturbi da uso di sostanze psicoattive*, in F. Giberti, R. Rossi (a cura di). *Manuale di Psichiatria*, Piccin Nuova Libreria, Padova, 2005.
25. F. Gabrielli op. cit.
26. S. Parenti, *Presentazione*, in R. Marchesini. *Aristotele, San Tommaso d'Aquino e la psicologia clinica*, D'Ettoris Editore, Crotona, 2015, pag. 22.
27. P. Pancheri, *Presentazione*, in P. Pancheri (a cura di), *La depressione mascherata*, Masson, Milano, 2006.
28. F. Gabrielli, cit.
29. P. Fornaro, *Problemi biologici in psichiatria*, in F. Giberti, R. Rossi (a cura di), *Manuale di Psichiatria*, Piccin Nuova Libreria, Padova, 2005.
30. E. Pavesi, *Follia della croce o nevrosi? «Funzionari di Dio. Psicogramma di un ideale» di Eugen Drewermann e la critica della psicologia del profondo alla religione*, Cristianità, Piacenza, 1998, pag. 12.
31. P. E. Sifneos, *Psicoterapia breve e crisi emotiva*, Martinelli, Firenze, 1983.
32. O. Fenichel, *Trattato di Psiconalisi delle nevrosi e delle psicosi*, Casa Editrice Astrolabio, Roma, 1951, pag. 268.
33. M. F. Echavarría, *Da Aristotele a Freud. Saggio di storia della psicologia*, D'Ettoris Editore, Crotona, 2016, pag. 73.
34. Tommaso d'Aquino, *Il male. F. Fiorentino (a cura di)*, Bompiani, Milano, 2002, q. 12, a. 1.
35. U. Galeazzi, op. cit, pag. 19.
36. Ibidem.
37. Tommaso d'Aquino, *Le questioni disputate. La verità*, op. cit, q. 25, a. 1
38. Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, I, q. 81, a. 3
39. Tommaso d'Aquino, *Le passioni e l'amore*, op. cit, pp. 134-135.
40. Ibidem.
41. Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 1809: *“La temperanza è la virtù morale che modera l'attrattiva dei piaceri e rende capaci di equilibrio nell'uso dei beni creati. Essa assicura il dominio della volontà sugli istinti e mantiene i desideri entro i limiti dell'onestà”*.
42. Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 1806: *“La prudenza è la virtù che dispone la ragione pratica a discernere in ogni circostanza il nostro vero bene e a scegliere i mezzi adeguati per compierlo”*.
43. Tommaso d'Aquino, *Somma Teologica*, III, q. 46, a. 6

“Amatevi come io vi ho amato”. Riflessioni sull’amore in San Tommaso

Corrado Zoppi

Psicologo

C'è una esperienza umana che risulta fondante, alla quale tutti più o meno inconsciamente aspiriamo. Spesso tante sofferenze che gli psicologi incontrano nella propria attività rimandano in qualche modo a questo nucleo così decisivo per la propria unità ed integrità: l'esperienza dell'amore. Risuonano sempre vere le parole di san Giovanni Paolo II al riguardo: *“l'uomo non può vivere senza amore. Egli rimane per se stesso un essere incomprensibile, la sua vita è priva di senso, se non gli viene rivelato l'amore, se non s'incontra con l'amore, se non lo sperimenta e non lo*

*fa proprio, se non vi partecipa vivamente”*¹. Sono parole che ci ricordano l'essenziale: senza amore la nostra vita rimane incomprensibile, addirittura priva di un senso. Anche J.P. Sartre arriva ad avere l'onesta e la lucidità di affermare: *“questo è il nucleo della logica dell'amore: noi vi ci sentiamo giustificati d'esistere”*².

Il concetto di amore sembra si sia evoluto nel tempo assumendo caratteristiche nuove rispetto al passato. Cosa è cambiato? A ben vedere non è cambiato l'amore, quanto piuttosto il concetto di persona. Ciò che è mutato nel tempo è l'antropo-



logia di riferimento e quindi di conseguenza il concetto di amore. È ciò che ritengo che sia l'uomo ad essere mutato e di conseguenza anche il concetto di amore ha assunto connotati particolari. Non è raro trovare alcuni articoli che trattano l'amore alla stregua di una qualsiasi attività biologica involontaria con affermazioni del tipo: "l'amore è una questione di ormoni" escludendo qualsiasi riferimento al dato spirituale e alla libertà. In tali affermazioni

riecheggia chiaramente una buona dose di empirismo e positivismo filosofico: l'uomo è solo materia. Ogni discorso sull'amore che lo si voglia o no rispecchia una visione della persona umana. Gli psicologi che affrontano con i propri pazienti questa tematica, devono riconoscere che non si troveranno mai in una posizione di neutralità. Ogni lettura ed affermazione sarà sempre connotata antropologicamente. La neutralità sull'amore e quindi sulla persona umana non esiste, con buona pace dei "neutralisti". L'obiettivo di uno psicologo non è una visione neutra circa l'amore, ma un'antropologia di riferimento realista, che tenga in considerazione la totalità della persona in tutte le proprie dimensioni, divenendo una base sicura per poter comprendere e giudicare ciò che sta avvenendo nella vita dei

propri pazienti. La concezione della persona umana tomista con la relativa dottrina sull'amore offre una base assolutamente moderna e rispettosa della complessità e semplicità con cui ci sperimentiamo come persone umane. In questo senso l'antropologia tomista resta elegante, semplice e realista. C'è una parola che esprime il contrario della visione di persona di S. Tommaso: dualismo. La parola che meglio esprime la visione di uomo tomista è: unità.

Per il nostro autore l'uomo è un'unità di anima e corpo. Tale affermazione così semplice in realtà porta con sé delle conseguenze anche circa l'amore assolutamente fondamentali. L'amore in questo senso per S. Tommaso riguarda tutto l'uomo: la sua anima ed il suo corpo e non solo una delle due dimensioni. Non c'è nulla che possa riguardare il corpo senza che riguardi anche l'anima, o l'anima senza che sia chiamato in causa anche il corpo. Addirittura San Tommaso afferma che non solo l'anima è unita al corpo, ma che l'anima è forma unica del corpo, che in linguaggio filosofico significa che il corpo è proprio questo corpo vivente in quanto c'è l'anima. Senza anima non ci sarebbe nemmeno corpo. San Tommaso insistette talmente tanto su questa unità dell'anima con il corpo che fu persino tac-



ciato di materialismo! Per fare un paragone, Cartesio faceva un'affermazione completamente differente: l'io che pensa era tutto, a cui era attaccato il corpo come *res extensa*, cosa che occupa spazio. L'io che pensa è spirituale, sul corpo come cosa estesa se ne può occupare solo la fisica e le scienze. Quale dignità e significati potrà mai veicolare anche in ordine all'amore un corpo considerato "cosa estesa?" Ma se il corpo invece è tale perché informato da un'anima razionale, allora anch'esso partecipa pienamente della dignità della persona e dell'amore stesso: nel corpo l'anima si svela e si comunica. Anche solo questo accenno all'antropologia tomista apre una grandissima profondità in ordine al significato della sessualità e dei gesti affettivi. I gesti in amore non sono mai solo del corpo ma sono dati e ricevuti dalla totalità delle persone come unità di anima e corpo. L'unione dei corpi richiama l'unità delle anime e le unità delle anime non può che esprimersi nella comunione dei corpi. Il fare l'amore richiama ad un'unità tolta di anima e corpo. Non rispettare tale unità significa separare ciò che è antropologicamente unito. In questo senso educare alla sessualità, significa accompagnare a riconoscere l'intima unione tra interiorità e corporeità che deve essere salvaguardata e ricercata. Educare ad integrare e non a dis-integrare. Spesso le sofferenze incontrate in ambito clinico circa la sessualità riguardano proprio questa separazione forzata, che è contraria a ciò che siamo. Dire con il corpo ciò che l'interiorità non vive oppure non dire con il corpo ciò che vive l'interiorità. Il fatto che san Tommaso affermi che l'uomo sia un'unità di anima e corpo ci ricorda soprattutto un fatto fondamentale circa l'amore: la persona umana non può mai essere trattata come un oggetto qualsiasi. Non si vuole qui entrare nelle infinite modalità attraverso le quali posso "servirmi degli altri" per i miei scopi, ma solo affermare che questa verità antropologica fondamentale circa l'uo-

mo espressa dall'autore richiama alla persona come ad un mistero che appartiene al mondo materiale e nel contempo al mondo trascendente. Credo sia fondamentale anche per gli psicologi rammentare che di fronte non si avrà mai un "oggetto" o un "animale" da classificare e misurare e persino comprendere pienamente. Di fronte avrò sempre un mistero che appartiene al mondo della materia ma che appartiene anche al mondo del trascendente, dell'oltre, del divino. In questo senso ogni psicologo è chiamato ad "amare" i propri pazienti: cioè a riconoscere il loro grande mistero, la loro origine trascendente, il loro fine ultimo a cui la natura spirituale tende e di cui è segno. Non amare così i propri pazienti è cadere nell'errore clinico più grave, poiché qualsiasi tecnica che non poggi su questo fondamento rischia di essere povera o addirittura controproducente. Giovanni Paolo II, riferendosi all'antropologia tomista di cui era un grande conoscitore affermava: "l'unico atteggiamento degno della persona umana è l'amore" oppure "la natura umana richiede amore". Giovanni Paolo II specifica che il mondo delle persone è diverso e, per natura, superiore al mondo delle cose. Il principio utilitarista, per cui la persona è un mezzo per un mio fine, non è in grado di assicurare la presenza dell'amore nei rapporti tra gli uomini, tra le persone. Non può essere solo il piacere o l'assenza di dolore un criterio su cui fondare i rapporti umani. È chiaro che la persona umana necessita, in quanto sostanza individuale di natura razionale (anima e corpo) di un principio differente, cioè di un principio che il santo pontefice definisce "norma personalistica", che null'altro è che il riconoscimento di ciò che San Tommaso esprime circa la natura umana. L'unità di anima e corpo afferma che l'uomo è un bene che non s'accorda con il suo sfruttamento. In positivo: la persona è un bene a tal punto che solo l'amore può dettare l'atteggiamento adatto e interamente valido al suo riguardo³.

Ora proviamo ad addentrarci in alcune considerazioni che ci condurranno a conoscere per sommi capi il pensiero di Tommaso circa l'amore. Non vuole essere una trattazione esaustiva quanto piuttosto un lasciarsi provocare da alcune sue affermazioni per imparare a riconoscere come l'amore riguardi tutto l'uomo, in tutte le sue dimensioni. Tommaso tratta la questione dell'amore all'interno delle passioni dell'anima. Bisogna però chiarire che per la visione tomista l'anima umana è composta di tre livelli: vegetativa, sensitiva e razionale. Affermare che l'amore riguarda

le passioni dell'anima, come vedremo, significa appunto affermare che riguarda ogni livello dell'anima umana. Per ogni livello dell'anima corrisponde un tipo di amore: amore naturale per il livello vegetativo, un amore sensitivo ed un amore razionale o intellettuale. Se i primi due livelli di amori possono per certi versi essere condivisi con gli altri enti, l'amore razionale è specifico di Dio e dell'uomo. La differenza tra questi amori infatti sta nel livello di conoscenza e di scelta del bene a cui si tende. Se nell'amore naturale la tendenza al bene è appunto connaturale e non frutto di una

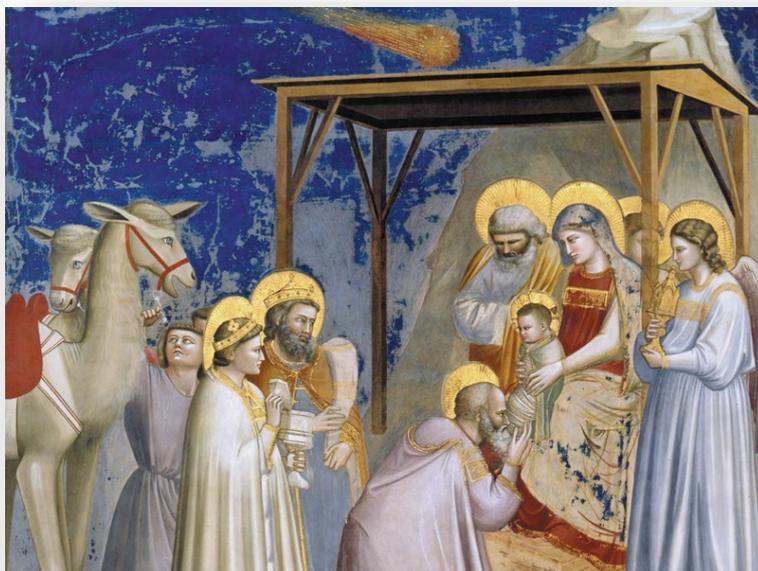


conoscenza e deliberazione e se nell'amore sensitivo è già presente un livello della volontà e della conoscenza

(pensiamo all'innamoramento), nell'amore razionale c'è conoscenza e volontà di amare il bene conosciuto come tale. Lasciamo ora la parola a S. Tommaso: *"L'amore è cosa che interessa la facoltà appetitiva (...)* Perciò, secondo le differenti tendenze appetitive,

abbiamo differenti amori. C'è infatti un appetito che non deriva dalla conoscenza del soggetto appetente, ma da quella di un altro: ed esso si denomina appetito naturale. Infatti gli esseri naturali (o fisici) tendono alle cose conformi alla loro natura, non mediante la propria conoscenza, ma in forza di quella di colui che ha istituito la natura, come abbiamo spiegato nella Prima Parte. Ma c'è un altro appetito che segue la conoscenza dello stesso soggetto appetente, però la segue per necessità e non in forza di un libero giudizio. È l'appetito sensitivo dell'animale; che però nell'uomo partecipa un riflesso di libertà, in quanto obbedisce alla ragione.

C'è poi un terzo appetito che segue la conoscenza del soggetto appetente, dietro un libero giudizio.



Ed esso è l'appetito razionale o intellettuale, denominato volontà. Ora, in ciascuno di codesti appetiti

l'amore sta a indicare il principio del moto tendente al fine amato. Ma nell'appetito, naturale codesto principio è la connaturalità del soggetto appetente con la cosa cui tende, e può chiamarsi amore naturale: p. es., la connaturalità del corpo grave col centro (di gravitazione) è dato dalla

gravità, e può chiamarsi amore naturale. Allo stesso modo l'armonizzarsi dell'appetito sensitivo, o della volontà, con un dato bene, cioè la compiacenza stessa nel bene, si denomina amore sensitivo, oppure intellettuale o razionale. Dunque l'amore sensitivo risiede nell'appetito sensitivo, come quello intellettuale nell'appetito intellettuale"⁴.

Già in questa prima distinzione possiamo notare come il concetto stesso di amore segua la stessa struttura della persona umana. Se è possibile una rapidissima considerazione, potremmo dire che oggi, negando soprattutto il livello razionale dell'anima e quindi di fatto il livello

specificatamente umano, l'esperienza dell'amore ed anche della sessualità, ben che vada è

vissuta a livello sensitivo, se non addirittura concepita solo come vegetativo, cioè un automatismo a cui non si può non obbedire. Pensiamo a tutta la logica positivista/biologista con cui si tratta la questione dell'impulso sessuale: è una forza su cui la ragione e la volontà non hanno nulla da dire. Come gli animali. Qui si vuole semplicemente ricordare che nessun impulso è dato all'uomo come ad un animale, essendo proprio dell'umano anche il livello razionale. L'uomo non soddisfa nessun impulso come gli animali, ma sempre lo vive come essere razionale, anche nel caso lo realizzi in modo contrario alla propria natura: il mangiare, il bere, il dormire, il sesso sono sempre affidati ad un essere dotato di ragione che li carica di significati grazie alla propria anima razionale.

San Tommaso procede poi descrivendo l'inizio dell'amore sensitivo che potrebbe ben corrispondere all'esperienza dell'innamoramento. La sua descrizione, sebbene sintetica, è densa di significati. Afferma: *“Concludendo, la prima trasformazione prodotta dall'oggetto nell'appetito si chiama amore, e si riduce alla semplice compiacenza per l'oggetto appetibile: e da questa compiacenza segue un moto verso di esso, cioè il desiderio e finalmente la quiete, cioè il gaudio”*⁵. La prima trasformazione prodotta dall'oggetto nell'appetito si chiama amore. Primariamente l'amore è una risposta ad un bene che si presenta a noi come tale. L'amore nasce da una certa passività rispetto alla realtà, una realtà che appare carica di bene, densa di significato. Un bene che muove il desiderio con la certezza che il suo possesso porti il gaudio. Nell'innamoramento accade proprio ciò. Non posso scegliere di innamorarmi, ma posso essere semplicemente aperto a questa esperienza che ha un versante passivo e nel contempo un certo grado di giudizio poiché un bene per essere tale deve essere conosciuto e giudicato tale. Non è un caso che gli animali non si innamorino come

gli uomini, poiché il livello di conoscenza e di giudizio umani, sebbene qui siano ancora non riflessi, sono tipici di un essere dotato di ragione. San Tommaso chiarirà più avanti che è sempre il bene all'origine dell'amore, o comunque una realtà che viene conosciuta come tale. Infatti afferma: *“Come abbiamo già visto, l'amore appartiene a una facoltà appetitiva, che è passiva. Perciò l'oggetto sta ad essa come causa del suo moto, o del suo atto. Propriamente, quindi, causa dell'amore è l'oggetto dell'amore. Ma oggetto proprio dell'amore è il bene: poiché l'amore importa una connaturalità, o compiacenza dell'amante rispetto all'amato; e per ciascun essere è bene quanto ad esso è connaturale e proporzionato. Perciò si deve concludere che il bene è la causa propria dell'amore”*⁶. Già a questo livello è presente in germe il dato più profondo dell'amore che poi il livello razionale dovrà far proprio in modo ancora più profondo: la prima affermazione nei confronti dell'oggetto amato è: tu sei un bene. È un bene che tu esista. Prima ancora di comprendere determinate qualità amabili, l'originaria affermazione è: “la tua esistenza è un bene”.

E più avanti chiarisce: *“Il male non viene amato che sotto l'aspetto di bene, cioè in quanto è bene parziale, ed è invece considerato come un bene totale. In questo modo un amore può essere cattivo, perché tende verso un oggetto che non è un vero bene sotto ogni aspetto. Ed è per questo che si ama l'iniquità; perché mediante l'iniquità si acquista qualche bene, p. es., il piacere, la ricchezza, o altre simili cose”*.

Molto interessante questo passaggio per comprendere molti dei comportamenti che causano sofferenza nella vita delle persone: si ama un male in quanto è un bene parziale e via per acquistare un qualche bene. L'amore viene attivato sempre da un bene. Di fronte a certe scelte autodistruttive san Tommaso ci porta a chiederci:

“quale bene ha mosso il suo appetito in questa direzione?”.

San Tommaso procede distinguendo due tipi di amori: l'amore di concupiscenza e l'amore razionale. Si passa da uno stato di passività ad uno di attività, volontario. All'amore come passio, come compiacenza, segue l'amore come atto della volontà: la volontà in questa fase non è più passiva, non subisce più qualcosa che capita, ma diventa attiva, in quanto è protagonista di un'azione, in quanto compie una azione. Anche la conoscenza qui non è immediata, passiva, ma diventa profonda, chiara. Se lo considero come un bene è per-

ché l'ho conosciuto oltre quella prima impressione che ha dato origine a tutto. Amare è voler bene a qualcuno, il movimento dell'amore ha quindi due termini, due oggetti: il bene voluto e il qualcuno cui si vuole questo bene. Un bene che una persona vuole per qualcuno è amato di amor *concupiscentiae*, il soggetto cui si vuole questo bene è amato di *amor amicitiae*. Questa distinzione presenta due livelli dell'amore fondamentali. Leggiamo: *“Infatti ciò che si ama di amore d'amicizia è amato direttamente e per se stesso; invece ciò che è amato per amore di concupiscenza non è amato in tal modo, ma è amato per un altro”*⁷.



Questo passaggio merita un approfondimento. Dopo l'ingresso nell'amore attraverso una certa passività, ora l'uomo può scegliere volontariamente se amare quel bene e perché. Un bene lo possiamo amare come mezzo per qualcun altro o per me stesso oppure amarlo in se stesso. Certamente l'amore di concupiscenza nasce dalla limitatezza della persona umana, soprattutto se analizziamo il rapporto uomo-donna. Ciascuno nella propria sessualità si scopre limitato, e tale esperienza di finitudine è occasione di tensione ed accoglienza dell'altro come un bene per il proprio compimento. L'amore di concupiscenza fa esclamare: "ti scelgo perché sei un bene per me". Aggiungiamo che tale amore può riguardare anche Dio, che l'uomo desidera come un bene per sé. Ma è nell'amore di benevolenza che si raggiunge la maturità ed il compimento di questa dinamica iniziata con una certa passività. Amare l'altro come un bene in sé. L'amore è maturo, autentico quando realizza la propria essenza, cioè si orienta verso un bene autentico, ed in modo conforme alla natura di questo bene. L'amore falso o immaturo invece sceglie un bene apparente o spesso

un vero bene ma con modalità che non corrispondono alla natura di quel bene. Giunti fin qui potremmo provare a riconoscere varie immaturità nell'amore: scambiare l'amore di compiacenza (innamoramento) con la sua passività come il compimento anziché come l'inizio della traiettoria amorosa. Fermarsi ad un amore di concupiscenza, dove l'altro è considerato un bene per me. Il riferimento resto io ed il mio compimento senza arrivare a scegliere l'altro in se stesso ed il suo bene. In un amore maturo sono presenti entrambi i movimenti, anche se il mio compimento e la mia felicità non devono essere cercati come causa prima, quanto piuttosto arriveranno come frutto inatteso e gratuito nel momento in cui amo l'altro. È il paradosso di chi ama che conosce solo chi ne ha fatto esperienza: ti ritrovi pienamente in modo gratuito nel momento in cui ti sai perdere per l'altro. Amare di un amore di benevolenza significa entrare in quel sacrario in cui scegliamo in modo sempre più profondo di purificare il nostro volere da ogni condizionamento. Volere il bene dell'altro significa amarlo nella sua esistenza concreta. Nell'amore di benevolenza si conosce



più profondamente e si sceglie volontariamente ciò che nell'innamoramento era stato ricevuto. Ora l'altro non è semplicemente un evento che irrompe nella mia vita, ma è volontariamente scelto e custodito. Se è vero che l'innamoramento accade, sta all'uomo razionale e libero scegliere se giudicare questo accadimento come consono al nostro bene oppure no.

Proviamo ora a porci un attimo nella condizione di colui che è oggetto d'amore. Tutti desideriamo in fondo essere scelti ed amati così, quasi aldilà di alcune nostre qualità che ci rendono amabili, qualità accidentali che potremmo perdere (bellezza, salute, intelligenza, simpatia ecc...). Mi si permetta una riflessione che sconfinava nella fede: "ma se Dio mi ama per quello che sono, allora io sono davvero insostituibile nel mondo...c'è da chiedersi se contro il pericolo, di cui tanto si parla oggi, della perdita d'identità, possa esistere qualche antidoto di efficacia pari a questa esperienza, possibile certamente solo nella fede, l'esperienza di esistere per opera del Creatore, grazie ad un "essere voluto" in maniera veramente irrevocabile...e se davvero esiste una fiducia originaria essa si fonda allora nient'altro che nella certezza di essere amati con tale insuperabile efficacia e in modo veramente assoluto"⁸. Affermare la vita come vocazione significa proprio questo: riconoscere di essere stati voluti, di essere voluti in modo assoluto. All'origine c'è una sì al nostro esistere che continua nel tempo. Probabilmente non c'è descrizione più densa del compito materno se non quello di rendere presente attraverso le proprie cure ed il proprio volto colui che sta all'origine della vita stessa.

Eppure i clinici dovrebbero sapere che talvolta ci si ribella proprio nel farsi amare così in modo gratuito. Lasciarsi amare non è meno arduo che amare. Pare che nell'uomo ci sia qualcosa come un'avversione all'essere fatti oggetto di un amore

benevolente simile. "non voglio regali" è un'affermazione in cui ci siamo imbattuti tutti almeno una volta nella vita. Tale sentimento fa notare Pieper confina terribilmente con l'altro: "non voglio essere amato senza un motivo". È di Nietzsche l'acuta osservazione che le persone ambiziose per le quali è importante soprattutto il valore personale, sono "restie all'essere amate". Non è certamente un caso che anche nel cristianesimo, nell'ultima cena descritta da Giovanni, Gesù chiede ai suoi amici di lasciarsi amare, servire da lui senza schermirsi. In effetti l'umile è colui che si lascia amare di un amore di benevolenza. Nel sentirsi amati così si prova umiliazione, vergogna, quasi come se non si potesse meritargli perché consapevoli delle miserie che magari si è sapientemente tenute nascoste. Eppure l'amante continua a non pretendere le nostre abilità o la nostra perfezione, ma solo la nostra umiltà per lasciarci amare. Per gli psicologi non è raro sentirsi dire alla fine di tanti colloqui: "mi sono sentito ascoltato...non mi sono sentito giudicato ecc...". È il mistero di una benevolenza che accadendo in quei momenti ha riacceso nelle persone la propria intima amabilità per ciò che si è. Forse dopo queste brevi riflessioni appare più chiara la famosa frase di Agostino: "ama e fa ciò che vuoi" poiché chi ama fa e vuole il bene.

Riferimenti

1. Giovanni Paolo II, *Redemptor Hominis* n.10
2. J.P. Sartre, *L'Essere e il Nulla*, Il Saggiatore.
3. Cfr. Giovanni Paolo II, *Amore e responsabilità*, Marietti, Genova p. 29.
4. *Somma Teologica* I-II q.26 a.1
5. I-II q.26 a.2
6. I-II q.27 a.1
7. I-II q.26 a.4
8. J. Pieper, *Sull'amore*, Morcelliana, Brescia p. 67.

Psicoterapia e amore

Leonarda Fascia

Psicoterapeuta

Ascolta, Israele: ama il Signore tuo Dio con tutto il cuore.

Deuteronomio 6, 5

Temi il Signore, tuo Dio, osservando per tutti i giorni della tua vita, tu, il tuo figlio e il figlio del tuo figlio, tutte le sue leggi e tutti i suoi comandi che io ti do e così si prolunghino i tuoi giorni.

Ascolta, o Israele, e bada di metterli in pratica, perché tu sia felice e diventiate molto numerosi nella terra dove scorrono latte e miele, come il Signore, Dio dei tuoi padri, ti ha detto.

Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, unico è il Signore. Tu amerai il Signore, tuo Dio, con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze.

Questi precetti che oggi ti do, ti stiano fissi nel cuore.

Deuteronomio 6, 2-4

In quel tempo, si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: «Qual è il primo di tutti i comandamenti?». Gesù rispose: «Il primo è: “Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore; amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza”. Il secondo è questo: “Amerai il tuo prossimo come te stesso”. Non c'è altro comandamento più grande di questi». Lo scriba gli disse: «Hai detto bene, Maestro, e secondo verità, che Egli è unico e non vi è altri all'infuori di lui; amarlo con tutto il cuore, con tutta l'intelligenza e con tutta la forza ed amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocausti e i sacrifici». Vedendo che egli aveva risposto saggiamente, Gesù gli disse: «Non sei lontano dal regno di Dio». E nessuno aveva più il coraggio di interrogarlo.

Mc 12,28-34



La parola amore¹ è molto abusata negli ultimi anni per non dire perversa, ed è sovente utilizzata anche per descrivere aspetti che non sono sempre correlati all'amore. Si assiste inoltre a quella che può essere chiamata "patologia dell'amore"², che rimanda sia a relazioni disfunzionali, sia ad una diffusa difficoltà nelle relazioni affettive dovuta ad egoismi e a tratti di personalità che impediscono le forme più alte dell'amore, quale il considerare l'amore stesso un dono, il dono di sé, il desiderare il bene dell'altro anche nell'esercizio della gratuità.

Nell'ambito della psicologia tomista, l'amore è sia una tendenza verso un oggetto fonte di bene da cui si è attratti, ossia una passione, sia un moto della volontà (Parenti S., 2017,p.122).

Tutte le nostre facoltà umane sono in relazione. Tutte sono influenzate dalla nostra esperienza di relazione

ed ognuna è coinvolta nella nostra capacità di vivere le relazioni. C'è una reciprocità dinamica di auto-determinazione tra la nostra corporeità, razionalità e volontà da una parte, e la nostra esperienza e capacità per le relazioni interpersonali dall'altra. La centralità di questo processo per lo sviluppo umano, soprattutto per lo sviluppo psicologico, è decisamente significativa (Burger E.C.).

In talune situazioni, possono esserci delle difficoltà negli aspetti sopraindicati, sia cognitivi, che

emotivo-affettivi, che possono creare degli impedimenti sia rispetto all'amare se' stessi sia rispetto all'amare gli altri.

Da alcune osservazioni tratte dalla pratica clinica si può affermare che ogni storia racchiuda una o più ferite relazionali, "ferite d'amore", sia a partire dalle riflessioni rispetto alla numerosità di domande che si affacciano nella stanza di terapia a volte già dal primo incontro, ("Sono qui a seguito di una dolorosa esperienza d'amore", "Voglio capire perché collezione fallimenti affettivi", "Come faccio a non far naufragare il mio matrimonio",

Non riesco ad avere una relazione con i miei figli", "mi sento solo, nonostante sia circondato da tante persone nella mia famiglia e fuori", "Non vado d'accordo con i miei genitori, non ci capiamo proprio") che a seguito dell'ascolto di diverse storie caratterizzate da maltrattamento, abbandono, abuso e

trascuratezza sia nell'infanzia, sia nell'età adulta.

Questo lavoro non vuole dare una risposta a tutti gli interrogativi che leggerete, né vuole essere esaustivo rispetto sia alla vastità, alla completezza e profondità del tema, ma propone un punto di vista che può portare a numerose altre riflessioni e condivisioni sul tema che ha anche un'urgenza sociale.

Nel libro del monaco carmelitano André Louf "Elogio della debolezza" è riportato un intervento che l'autore ha tenuto in occasione di una confe-



renza alle benedettine italiane e nel quale fa una descrizione accurata di come si possa essere in grado di amare pienamente e accosta questo percorso alla percezione della propria debolezza che produce sì smarrimento, ma che è l'unica via per arrendersi alla Grazia e che porta all'amore:

“Per ciò che riguarda “il frantumarsi del cuore” la descrizione coincide così stranamente con i tratti d’un percorso psicologico nei quali le scienze umane oggi giorno si riconoscerebbero facilmente. Io mi dico talvolta che i nostri psicologi moderni dovrebbero invidiare alla tradizione monastica un’immagine così suggestiva come quella del “frantumarsi del cuore”, la quale dice bene ciò che vuol dire, cioè: che tutte le resistenze inconse del nostro io superficiale hanno finito per cedere. E’ per questo che ho osato accoppiare all’espressione “frantumarsi del cuore”, un’altra espressione presa dalla psicologia moderna: L’emergere dell’io. Infatti, il cuore che va in pezzi in questa esperienza di abbassamento è il cuore di pietra- per ritornare al linguaggio biblico, il cuore insensibile a Dio e agli altri ritirato dentro il suo guscio di difese e di protezioni, il cuore che non sa veramente uscire da sé stesso, neanche verso Dio nella preghiera, ma che resta ripiegato su di sé, sui propri bisogni narcisistici più elementari, aspettando che Dio li soddisfi nel modo più immediato, ma anche più superficiale. [...] Questo cuore di pietra è il cuore del falso io o dell’io superficiale che non è ancora stato toccato e afferrato da Dio in una relazione personale e veramente strutturante. Questo cuore rimane incapace di uscire di sé per andare verso un fratello e per incontrarlo in una relazione veramente personale. In fondo è un cuore che non sa ancora amare davvero. Un cuore che è diventato un io aperto, fiducioso, accogliente e perciò stesso fragile e vulnerabile, ma che accetta di esserlo, perché l’altro lo possa diventare a sua volta. Un cuore del genere, la Bibbia lo chiama “cuore di carne”, toccato e trasfor-

mato dallo Spirito. Una certa psicologia lo chiama: un io, non più accartocciato dietro le sue difese paralizzanti, ma pienamente se stesso, capace di lasciar emergere altri IO, dove non c’erano provvisoriamente che dei “me” ripiegati su se stessi che si bloccavano e si rifiutavano. Ora, questo emergere del vero “IO”-ed è in questo che consiste l’originalità assoluta dell’esperienza spirituale cristiana nello Spirito Santo- questo emergere, ha luogo nell’esperienza evangelica del pentimento, cioè del cuore frantumato, spezzato e umiliato dalla sua debolezza, accolto e sorretto da Dio. E ha luogo solo lì. E’ nell’annaspere nella propria debolezza- ma una debolezza che viene accolta e trasformata dall’amore di Dio, cioè dalla Grazia che la vera persona, che il vero io emerge liberato e strutturato dalla sovrabbondanza della misericordia. Infatti come esistere se non ci si sa amati da un amore infinito?” (Leuf, 2016, pag. 50-51).

Questo brano di Leuf, ben riassume lo stato dell’uomo abbracciato dalla Grazia dell’incontro con Dio ed in particolare ben descrive ciò che accade al cuore dell’uomo prima della sua “frantumazione” (anche descrivendo alcuni aspetti psicologici) e successivamente quando l’emergere del vero io permetta l’accettazione della propria debolezza e vulnerabilità a seguito dell’esperienza della Misericordia e che dispone all’incontro con gli altri e che permette di abbracciare anche le altrui debolezze.

Le difficoltà relazionali dovute “all’incapacità di amare”, d’incontro con l’Altro e con l’altro, possono derivare dal seguire due imperanti protagonisti: egoismo ed egocentrismo.

La capacità di donarsi in particolare è inversamente proporzionale all’egocentrismo e se intrapresa come strada maestra può anche portare al recupero psicologico (Alvarez et All., 2014).

Le difficoltà nell’amare sé stessi, dalle quali con-

seguono le difficoltà nell'amare il prossimo, possono dipendere dalle conseguenze di una personalità nevrotica (più o meno grave) e/o da esperienze di accudimento ed educative non responsive, non rispettose, rifiutanti e maltrattanti vissute nell'infanzia sia da condizionamenti sociali, sia dalla molteplicità delle variabili sopraccitate.

In che modo la psicologia o la psicoterapia possono asservirsi all'umano e sostenerlo rispetto al miglioramento di condizioni psicopatologiche e a sviluppare il livello più alto rispetto alla capacità d'amare?

L'obiettivo di una terapia è quello della relazione che cura, ovvero la relazione terapeutica è già in sé stessa "curativa", sia perché attraverso un incontro autentico umano (la carità) le persone possono sperimentare a volte nuove modalità relazionali, sia perché alcune modalità tipiche della terapia possono agire sulle conseguenze delle ferite d'amore o sugli antecedenti a questi così da portare dei miglioramenti nel mondo affettivo della persona.

Prima di affrontare una parte più "clinica" si propongono alcuni concetti presenti in letteratura.

Come già affermato, la capacità d'amare e di incontro con gli altri, possono essere ostacolate dall'egoismo e dall'egocentrismo che, portate all'estremo, sono caratteristiche tipiche della personalità nevrotica, ma possono essere trasversali anche ad altre patologie e comuni all'esperienza dell'umano.

Come sostiene Pithod³: *"si sa che sussistono alcune inibizioni affettive che rendono difficoltosa la sana esperienza dei valori superiori e le nevrosi molte volte sono le cause di tali inibizioni"*.

L'egocentrismo porta la persona ad avere prospettive limitate rispetto al proprio punto di vista, ad avere preoccupazioni solamente rispetto i propri problemi e compromette la capacità di dare e ricevere (Alvarez et All., 2014) Ogni nevrotico è un egocentrico, e l'egocentrismo è sempre man-

canza di libertà. L'egocentrico è interiormente schiavo di quel morboso e tirannico impulso inconscio (o poco conscio) che è la difesa e la salvaguardia dell'io idolatrato (Torellò pag.93). Quest'affermazione ben si accorda con la teoria di Adler secondo cui la paura più grande per un nevrotico è quella di sentire e portare allo scoperto le proprie fragilità, che per compensazione la persona tende a vivere esaltando sé stesso e a fuggire dagli ambiti in cui potreb-



be scoprire la propria vulnerabilità.

In psicologia, il termine utilizzato dai più per identificare questa tendenza che porta all'autocelebrazione, all'essere ego riferiti, alla superbia e al voler predominare e oscurare gli altri è il termine narcisismo, termine anche utilizzato nel linguaggio comune.

Echavarría nel suo articolo "El uso del concepto de narcisismo en la psicología. Breve Historia y observaciones críticas", tratta l'origine storica del termine narcisismo, chiarendone poi l'utilizzo più

corretto, dato l'utilizzo improprio anche in psicologia. Il termine "narcisismo" compare per la prima volta negli scritti di Havelock Ellis nel 1892 in uno studio psicologico sull'autoerotismo. Ellis descrisse inoltre le radici mitologiche e letterali del mito di Narciso. In seguito anche Näcke nel 1899 utilizzò il termine narcisismo per connotare una perversione sessuale (Echavarría e Martínez, 2010, pag.46-47). Fu l'importante lavoro di Freud del 1914 "Introduzione al narcisismo" quello che segnò per così dire la nascita ufficiale di questo concetto in psicoanalisi. (Freud ne parlò ufficialmente per la prima volta in una riunione del 10-11-1909 della Società Psicoanalitica di Vienna⁴, riferendo a Sadger, suo allievo, l'introduzione del concetto nella letteratura psicoanalitica). Dall'Introduzione al narcisismo in poi le varie evoluzioni concettuali del termine appartengono prevalentemente al movimento psicoanalitico, e solo negli anni recenti, e precisamente col DSM-III del 1980, la personalità narcisista è entrata a far parte ufficialmente della diagnostica psichiatrica.

È quindi preferibile riferirsi ai termini egoismo⁵ ed egocentrismo⁶ sia per la trasversalità rispetto a diverse condizioni psicopatologiche (ad esempio ai diversi disturbi di personalità che possono essere classificati su una dimensione che va da maggiori o minori livelli di egocentrismo) sia perché il termine narcisismo è connotato da ambiguità e si riferisce principalmente come originariamente definito, all'autoerotismo o al comportamento sessuale perverso rispetto a sé stessi.

Relativamente alla nevrosi ci si riferisce ai contributi presenti in letteratura di alcuni autori (Adler, Allers, Pieper, Horney, Echavarría, Caruso e Vitz)⁷ che convergono sull'origine della nevrosi, seppur con sfumature differenti nella descrizione della sua eziologia. Di seguito si ripercorre brevemente il contributo di diversi autori.

Alfred Adler, ad esempio, collocò in ciò che la tra-

dizione della saggezza cristiana chiama superbia la causa più profonda della nevrosi, oltre ad aver affermato che la nevrosi è causata dall'egocentrismo, come riportato anche precedentemente⁸.

Il filosofo tedesco Pieper indicò la componente etica dell'atteggiamento egocentrico, come contrapposto all'abbandono fiducioso in sé stesso che è l'atteggiamento moralmente è psicologicamente salutare (Echavarría, 2017):

La caratteristica essenziale che serve da denominatore comune a tutti i tipi diversi di nevrosi sembra essere un "ego-centrismo" dominato dall'angoscia, una volontà di sicurezza che si chiude esclusivamente in sé stessa, un'incapacità di "abbandonarsi" che nemmeno per un momento smette di trovarsi al centro del suo sguardo: insomma: questa specie di amore alla propria vita che porta esattamente alla perdita di essa. E' sintomatica la circostanza, in qualche modo casuale, che gli attuali caratteriologici siano ricorsi più di una volta in maniera esplicita all'adagio: "Chi ama la sua vita, la perderà". Perché all'infuori del suo immediato religioso, questo adagio costituisce la più letterale espressione del dato che la caratteriologia e la psichiatria abbiano saputo constatare: *"Il rischio a cui si espone l'io è tanto più grave quanto maggiore sia la sollecitudine con la quale si cerca la sua protezione"* (Pieper, 1988, 208).

Rudolf Allers pose l'accento sulla questione morale e ricondusse l'insorgenza della nevrosi alla moralità: il problema della responsabilità è chiaramente di ordine morale. Senza l'assunzione della propria responsabilità non c'è crescita umana. A tal proposito si riporta la descrizione della nevrosi di Rudolf Allers *"[...] Da quanto questo atteggiamento del non serviam è radicato nell'intimità più profonda della natura umana, la nevrosi stessa non è che una esagerazione delle caratteristiche della personalità umana comune a tutti noi [...]. In altre parole solo il santo⁹ è libero dalla nevrosi, e*

al di là di essa, perché soltanto lui ha accettato, tramite un'azione di "assenso reale", la sua condizione di essere finito, di un semplice nulla di fronte all'Infinito".

Ma come avviene questa accettazione? Se "Il compito della psicoterapia, è l'unica via d'uscita dalla giungla dei sintomi nevrotici, è di rendere il nevrotico capace di acquisire l'atteggiamento dell'umiltà¹⁰, di dimenticare il sé prepotente e avido, e vivere per gli altri: *quoniam Dominus ipse fecit nos, et non ipsi nos*" (Psicoterapia e Cattolicesimo, pag.102) quali sono i fattori terapeutici e le modalità che possono essere utilizzati dallo psicoterapeuta?

Alcuni fattori terapeutici sono basilari nella pratica clinica, quali ad esempio un attento ascolto, una buona memoria, (il ricordare il contenuto delle sedute, dettagli e particolari delle storie di vita ascoltate non è fondamentale solo per l'utilizzo di una buona pratica terapeutica, ma in quanto dall'etimologia della parola ricordo, -richiamare in cuore-, rimanda ad un aspetto più affettivo dell'incontro terapeutico), l'accadere di una relazione umana autentica, l'empatia.

Nella psicoterapia con persone con nevrosi o con tratti nevrotici, è possibile utilizzare anche alcuni fattori specifici con l'obiettivo di allontanamento progressivo dalle modalità tipiche delle modalità relazionali egoistica ed egocentrica che possono portare ad un'apertura verso gli altri e migliorare l'esperienza affettiva.

In molti casi alcune di queste personalità dipendono da un'oscillazione perenne tra la contemplazione di sé ed il disperato bisogno di accettazione e di ricerca dell'approvazione degli altri. Le esperienze affettive e d'amore sono caratterizzate dal possesso o dall'utilizzo dell'altro a fini utilitaristici e/o dall'evitamento, più o meno consapevole, di relazioni affettive. In psicoterapia inoltre, il lavoro con personalità nevrotiche si caratterizza

sia con un improbabile accesso alla terapia (l'egocentrismo di per sé pone una barriera rispetto al riconoscimento del proprio disagio psicologico, e di conseguenza un mancato accesso alla terapia) sia dalle difficoltà dell'individuo ad affidarsi al terapeuta (difficoltà derivanti da esperienze relazionali significative poco responsive o "traumatiche", sia dovute ad una difficoltà nell'emergere di una parte di sé più autentica). Queste

difficoltà, sono una sfida interessante per i terapeuti che incontrano nel loro percorso professionale personalità nevrotiche.

A questo punto si può iniziare ad utilizzare una bussola, che anziché indicare i punti cardinali della superficie terrestre, possa orientare nella pratica clinica e suggerire alcune "coordinate terapeutiche": il riconoscimento dell'unicità di ogni persona, la conoscenza delle virtù, il non focalizzarsi sugli errori, l'ampliamento dell'orizzonte della speranza.

Riconoscere con viva curiosità l'unicità di ogni paziente incontrato: Ogni essere umano è unico



ed irripetibile

A questo proposito sono esemplificative le parole del filosofo Martin Buber: "Con ogni uomo viene al mondo qualcosa di nuovo che non è mai esistito, qualcosa di primo e unico" o quelle del venerabile Carlo Acutis: *"Tutti nascono come degli originali, ma molti muoiono come fotocopie"*.

Tenere "vivo" lo sguardo su ogni persona incontrata nella stanza di terapia, osservandone le peculiarità, riconoscendone l'unicità, soffermandosi sulle le risorse ed abbracciandone i limiti. E' importante invitare la persona stessa a scovare e a porre delle differenze con le altre persone significative della sua vita (In che cosa mi sento unico e diverso dagli altri? In che cosa gli altri mi vedono unico?); riflettendo sia rispetto ai talenti posseduti, sia per cominciare il processo di differenziazione ed apertura verso gli altri e quindi verso l'abbandono del pensiero egocentrico e degli atteggiamenti egoistici. In un mondo che tende all'omologazione e ad annullare le differenze, è fondamentale riconoscere gli aspetti costitutivi che differenziano una persona rispetto ad un'altra. Questo passaggio risulta particolarmente terapeutico nelle situazioni cliniche caratterizzate da famiglie con dinamiche disfunzionali quali ad esempio processi di identificazione e simbiosi con un altro membro della famiglia. Invitare una persona a riconoscerne la sua unicità e a porre differenze rispetto ad altre persone significative della sua vita può attivare un processo liberante quando si tende ad essere prigionieri di trame familiari malevoli o traumi transgenerazionali che sembrano scrivere nella vita di alcuni, copioni già conosciuti. Ad esempio essere figlio di un genitore con una dipendenza dal alcool non significa necessariamente seguirne le orme o seguirle per il resto della propria vita, oppure avere una storia familiare di separazioni e relazioni "difficili" non implica "essere destinati" a non realizzarsi affetti-

vamente nella propria vocazione. A questo proposito è sempre consigliabile tener presenti in terapia anche le "lealtà invisibili" che possono ostacolare il lavoro terapeutico. Il concetto di lealtà ed il ruolo che la lealtà può avere può essere di ostacolo al trattamento individuale. Nel lavoro terapeutico con chi si trova ad attraversare il periodo del ciclo di vita chiamato adolescenza o giovinezza, riconoscere l'unicità di un ragazzo o di una ragazza può aiutare a differenziarsi nella delicata fase di separazione dalla famiglia d'origine, e a sviluppare un'adesione critica al gruppo dei pari che possa salvaguardare le caratteristiche e virtù personali o per gli adulti a seguire il proprio progetto di vita svincolandosi da sensi di colpa e trame familiari invischiati.

La conoscenza delle virtù

Perché un interesse allo studio, al riconoscimento e valorizzazione delle virtù in terapia?

Attraverso la libera scelta, le persone adottano abitudini adattative o male adattative (ad esempio, le virtù o i vizi) all'interno delle proprie potenze sensoriali, affettive, razionali e volitive, per mezzo di scelte ripetute di comportamenti particolari. Queste disposizioni sono qualità della personalità umana che rendono manifesta l'integrazione del sé attorno alle scelte ed agli obblighi morali (Grisez, 1983, pag. 192).

Se ci riferiamo ad una psicoterapia, la cui antropologia è quella tomista, sosteniamo quest'affermazione di Alvarez e colleghi: *"Nell'antropologia Cristiana, le virtù quali l'umiltà e la capacità di amare, hanno un ruolo cruciale nella crescita delle capacità cognitive ed affettive"* (Alvarez et All., 2014). Quest'affermazione è concorde con quanto citato da Echavarría che ha dichiarato in un suo lavoro, che molti disordini nevrotici sono accompagnati dall'assenza delle virtù fondamentali che sostengono la personalità e che un approfondimento relativo alla tematica delle virtù ha delle

connessioni nella pratica clinica anche con i disturbi del controllo degli impulsi, alle diverse forme di dipendenza e con difficoltà relazionali (Echavarría M.F., 2014). Marchesini definisce le virtù, abiti che aiutano l'uomo a conseguire la piena realizzazione di sé e quindi la felicità, mentre i vizi sono abiti che allontanano l'uomo dalla propria realizzazione (Marchesini R., 2015, pag. 80). Non possiamo ignorare quindi il magistrale lavoro di San Tommaso nella sua Summa e non possiamo sottovalutare il fatto che le virtù pienamente conseguite non siano altro che un'espressione di amore e possano portare a vivere le caratteristiche dell'amore: rispetto, umiltà, perdono, sincerità e sacrificio.

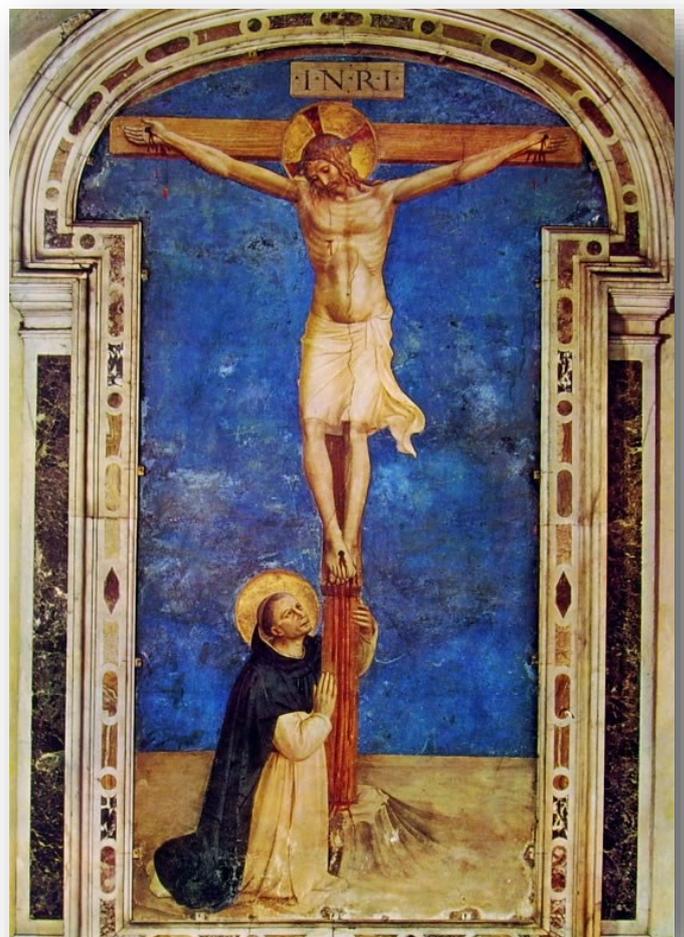
Non siamo definiti dai nostri errori: possibilità di cambiamento

Chi stima sinceramente suo fratello e sente che la salvezza lo riguarda, farà di tutto per provocarlo a tendere ogni giorno di più verso il bene. Anche se il comportamento dell'altro dovesse deviare dal bene, egli non cesserà di scorgere in lui la capacità positiva di migliorare. Nonostante tutto avrà fiducia che il fratello potrà diventare ciò che "deve" essere, fiducia che nasce dalla convinzione che egli sia il migliore di quel che appare e dunque potrà essere fedele a quel progetto personale che Dio ha per lui e che l'amico ha saputo continuare a riconoscere al di là dei comportamenti sbagliati. Questa fiducia ha un enorme forza provocante (Cencini A., 2009, pag. 136)

Non essere definiti da errori o limiti non significa non riconoscere e puntualizzare quelli che possono essere definiti errori o vizi, ma circoscriverli e collocarli nella situazione specifica del periodo di vita corrispondenti, ampliando la visione a risorse del presente e alla progettualità futura rispetto a quest'aspetto. Non solo, a volte alcune persone tendono a focalizzarsi esclusivamente sui propri o altrui limiti, "dimenticandosi" della complessità

della propria ed altrui, storia personale. O al contrario, in personalità dai tratti nevrotici è frequente il disconoscimento dei propri limiti. A seguito di un lavoro terapeutico, spesso è modificato il vissuto della persona sofferente che può ad esempio tramutare da immobilità o timore di sbagliare a persona responsabile che è in azione. L'uomo è dunque attivo, non passivo nei confronti delle sue caratteristiche psicologiche. Questo implica la possibilità del cambiamento clinico (Marchesini R., 2015, pag. 121).

Quante volte in terapia si ascoltano parole cariche di sfiducia? "E' sempre stato così, non cambierà mai nulla, non sono mai stato coraggioso" (C., un ragazzo di 25 anni, giunto in terapia per una relazione disfunzionale familiare) o ancora "Io vado in crisi anche per scegliere cosa mangiare ogni giorno, figurarsi rispetto allo sposarmi con A". (Queste le parole di D. una donna di 38 anni incontrata in terapia che soffriva d'indeci-



sione cronica¹¹). Quest'aspetto legato al cambiamento si riferisce anche alla successiva coordinata terapeutica:

Ampliare l'orizzonte alla speranza

Cosa vuol dire ampliare l'orizzonte della speranza in terapia?

Prima di tutto citando le parole di Borgna significa non lasciare morire in noi la speranza nella cura che significa, non solo in ambito psichiatrico, tener presenti le risorse interiori che ogni persona ha in sé, confidando in esse aldilà di diagnosi e protocolli. Se la speranza non vive nel cuore di chi cura infatti sono più fragili le risonanze terapeutiche (Borgna E., 2017, p.213- 216).

Ampliare l'orizzonte della speranza, significa inoltre considerare le crisi come opportunità, trarre spunto dagli avvenimenti che accadono nella vita per successive esperienze, imparare che il dolore può contenere germogli di bene e di speranza. Significa offrire un punto di vista differente: numerose persone tendono ad attribuire significati svantaggiosi ad alcune espressioni emotive o rispetto ad alcune situazioni. Ad esempio questo può capitare relativamente ad alcune espressioni ansiose (o per esempio legate all'emozione della rabbia). Il terapeuta può far notare che particolari espressioni emotive, possono in alcuni casi rivelarsi delle risorse e "leggerli" come segnali di avvertimento rispetto a situazioni o a relazioni non benefiche per la persona o che necessitano di un cambiamento. A volte offrire una lettura diversa da quella portata dal racconto della storia delle persone che si incontrano in terapia può fornire un valido allenamento rispetto alle capacità eteroriflessive, può aiutare ad uscire dal circolo vizioso del vittimismo e della ruminazione a volte anche ossessiva e può portare ad una maggiore (o ad una prima) assunzione di responsabilità. Questa modalità può aiutare anche ad assumere un pensiero più flessibile rispetto alla rigidità tipica

del tipo nevrotico e ad uscire dal pensiero egocentrico.

La psicoterapia, può quindi accompagnare e sostenere le persone nel processo di liberazione dall'egoismo e dall'egocentrismo e quindi essere un valido aiuto rispetto ad alcune modalità relazionali e portare ad un miglioramento delle esperienze affettive, verso l'esercizio delle virtù e l'abbandono progressivo di vizi e comportamenti disfunzionali nel cammino verso il Bene.

"La vera terapia implica una considerazione della realtà e una vera operatività a livello degli appetiti, che si riassume in quello che chiamiamo amore, e questo amore non può essere adeguatamente restaurato, non può essere compiuto secondo l'ordine razionale, senza l'aiuto della grazia e di conseguenza, senza quello che costituisce il vertice di tutta la personalità considerata integralmente. Questo vertice è la carità, è l'amore soprannaturale la partecipazione del vero amore divino per mezzo del quale abbiamo una adeguata relazione con le altre persone, per mezzo del quale possiamo stabilire vincoli stabili e possiamo uscire dal circolo vizioso della nevrosi, che consiste in un alternarsi dei sentimenti depressivi, dei sentimenti di rancore e di prepotenza, di superbia, di potere o di imposizione sugli altri" (Andereggen I., 2005, pag.194).

Bibliografia

Alvarez-Segura M., Echavarria, M. F., Vitz P.C. (2017) *A psycho-ethical approach to personality disorders: The role of Volitionality*, New Ideas in Psychology 47 (2017) pag. 49-56.

Alvarez-Segura M., Echavarria, M. F., Vitz P.C. (2014) *Re-conceptualizing Neurosis as a Degree of Egocentricity: Ethical Issues in Psychological Theory* in Journal of Religion and Health, New York, Springer .

Andereggen I. (2008) *Antropologia profunda El*

hombre ante Dios según Santo Tomas y el pensamiento moderno, Buenos Aires, pp.353-356.

Anderegg I. (2005) *El Magistero de la Iglesia y la Practica Psicoterapeutica*, Pontificia Universidad Catolica Argentina, Buenos Aires, pag. 187-210.

Allers R., (2009) *Psicologia e cattolicesimo, Con un saggio introduttivo di Roberto Marchesini e una presentazione di Ermanno Pavesi*, D'Ettores Editori, Crotona.

Borgna E., (2017) *Le parole che ci salvano*, Einaudi, Torino.

Brugger E.C., *Psicologia ed Antropologia Cristiana*, Seminario Teologico "Saint John Vianney".

La Sacra Bibbia, (2013) *Camerata Picena* (AN), Editrice Shalom.

Echavarria, M. F.(2014), *Soggetto umano e dimensione antropologica*, in Atti del convegno "Il soggetto ed i percorsi di cura, Convegno Nazionale di Medicina e Persona, 17 ottobre 2014, Triuggio, Milano.

Echavarria, M. F.(2010) *El uso del concepto de narcisismo en la psicologia. Breve Historia y observaciones criticas*, disponibile su www.academia.edu.

Martinez Lucena J., Barraycoa Martinez J. (2010), *Narciso en el espejo. La depersonalizacion en la cultura*, Barcelona Ediciones Scire.

Fanzaga, Padre Livio (2007), *Il discernimento spirituale*, Milano, Sugarco Edizioni.

Fanzaga, Padre Livio (2019), *La gioia di amare*, Milano, Piemme.

Cencini, A. (2009), *Amerai il Signore tuo Dio. Psicologia dell'incontro con Dio*, Bologna, Edizioni Dehoniane.

Lewis C.S. (2015) *I quattro Amori, Affetto, Amicizia, Eros, Carità*, Jacabook, Milano.

Louf André, (2016) *Elogio della debolezza*, Roma, Edizioni OCD.

Marchesini R. (2015) *Aristotele, san Tommaso d'Aquino e la psicologia clinica*, D'Ettores Editori, Crotona.

Marchesini R. (2019) *Le virtu', il cammino del cavaliere*, Sugarco Edizioni.

Parenti S. (2017) *Psicologia e Misericordia*, casa editrice Mimep-Docete, Pessano con Bornago (Mi).

Pieper, J. (1988) *La giustizia*, Morcelliana, 2000; *La prudenza*, Morcelliana, 1999; *La temperanza*, Morcelliana 2002; *La forza*, Morcelliana 2001.

Randle M.M. (2017) *Suggerimenti dal campo della psicologia clinica*, in *Metanoete!*, Anno 2, numero 1, pag.62-64.

Torellò Gian Battista (2007), *Psicoanalisi e/o confessione?*, Ares, Milano.

Riferimenti

1. Per una trattazione dell'amore si consiglia la lettura dei testi: *I quattro amori, Affetto, Amicizia, Eros, Carità* di Lewis Clive Staples Carita'- Jaca Book e *La gioia di Amare*, Padre Livio Fanzaga, Piemme

2. Questo termine, da me coniato, può essere una definizione di amore patologico relativamente a relazioni disfunzionali e di dipendenza affettiva che creano sofferenza

3. Abelardo Pithod, *El anima y su cuerpo*, Grupo Editor Latino Americano, Buenos Aires,1994 In Randle M.M. (2017) *Suggerimenti dal campo della psicologia clinica*, in *Metanoete!*, Anno 2, numero 1, pag.62-64, pag. 65

4. Nunberg H. & Federn E., a cura di, *Dibattiti della Società Psicoanalitica di Vienna, 1906-1908*. Torino: Boringhieri, 1973.

5. Egoismo s. m. [der. del lat. ěgo «io»]. – egoi-

smo s. m. [der. del lat. ěgo «io»]. – Atteggiamento di chi si preoccupa unicamente di sé stesso, del proprio benessere e della propria utilità, tendendo a escludere chiunque altro dalla partecipazione ai beni materiali o spirituali ch'egli possiede e a cui è gelosamente attaccato: persona chiusa nel proprio e.; l'e. dei ricchi; l'e. di certi letterati; e. materno; restringere e riconcentrare ogni suo affetto ed inclinazione verso se stesso, il che si chiama appunto e. (Leopardi). Nel linguaggio filosof., e. teoretico (detto più propriamente solipsismo), dottrina secondo la quale l'esistenza di ogni altro soggetto non è che fenomeno della coscienza del soggetto che se lo rappresenta; e. pratico, dottrina secondo la quale il fine di ogni azione umana è sempre e soltanto l'interesse individuale dell'agente. (Voce tratta dal Dizionario on-line, Treccani)

6. Atteggiamento di chi riferisce tutto al proprio io, prescindendo dall'esistenza di altri punti di vista e di riferimento. Runes D.D. (1990) Dizionario di filosofia, Mondadori, p.164. Alfred Adler afferma che l'origine della nevrosi e disturbi della personalità siano causati dall'egocentrismo, non solo il disturbo narcisistico di personalità.

7. Per una trattazione completa dell'argomento si rimanda all'articolo: Alvarez-Segura M., Echavarría, M. F., Vitz P.C. (2014) *Re-conceptualizing Neurosis as a Degree of Egocentricity: Ethical Issues in Psychological Theory* in Journal of Religion and Health.

8. in Andereggen I. (2008), Cfr. M. Echavarría, *La Soperbia y la Lujuria como patologias centrales de la psique segun Alfred Adler y Santo Tomas de Aquino*, in I. Andereggen-Z. Seligman, *La psicologia ante la Gracia*, Buenos Aires, 1997.

9. Attraverso la lettura di qualsiasi agiografia e di scritti di Santi più contemporanei o più lontani nei secoli, si possono scorgere alcune peculiarità della loro vita sulla terra; la centralità data al sacra-

mento dell'Eucaristia, intimo incontro con Gesù, le frequenti confessioni, un'intensa vita di contemplazione e adorazione, l'ascolto della parola di Dio la pratica delle virtù in particolare dell'umiltà e dell'obbedienza, la mortificazione e la purificazione di sé che "fanno spazio" all'azione dello Spirito Santo e che definiscono anche alcune caratteristiche psicologiche. Queste caratteristiche sono portate all'estremo nei martiri, i quali per non rinnegare la Fede la testimoniano attraverso sacrificio della propria vita.

10. "...non a caso Santa Caterina insiste sulla vera umiltà. Infatti anche per quanto riguarda questa virtù l'infaticabile falsario realizza le sue caricature. Si tratta di quella falsa umiltà che non sopporta le umiliazioni, il nascondimento e l'ultimo posto. Non sono pochi coloro che si servono astutamente di Dio per esaltare il proprio Io. Tuttavia, quando c'è vera umiltà lì c'è Dio. Non a caso tradizione popolare afferma che il demonio potrebbe imitare tutte le virtù, ma non l'umiltà perché la superbia è ciò che lo caratterizza. "Nella bocca dello stolto c'è il germoglio della superbia" (Proverbi 14,3) "(Fanzaga L., p.149).

11. Questa modalità terapeutica, può essere confrontata con il principio (aristotelico) tomista *Omne ens est bonum* e la sua applicazione clinica in terapia (in *Aristotele, San Tommaso e la Psicologia Clinica*). La conseguenza più immediata di questa visione del paziente è una sorta di ottimismo terapeutico: non solo il paziente è buono, ma la sua natura (cioè il suo progetto), che ha come fine la propria realizzazione è il miglior alleato del terapeuta nel processo di cambiamento (Marchesini R., 2015, pag. 115)

La castità seguendo San Tommaso

Alice Pirò

Psicologa

Quando ho iniziato ad approfondire l'argomento della castità dal punto di vista psicologico, fin da subito mi è stato evidente quanto possa essere terreno di scontro tra le correnti della psicologia contemporanea e una visione dell'uomo cristiana. Facile comprendere come muovendoci da una antropologia dominata dagli impulsi sessuali (Freud), dai condizionamenti sociali (Comportamentismo) o unicamente dalla volontà (Cognitivismo), parlare di castità risulti alquanto inappropriato se non addirittura imbarazzante e scomodo.

Un approfondimento sul tema della castità, dun-

que, ci porta inevitabilmente a fare i conti con un'idea di sessualità che non collima con un approccio integrale alla persona, quindi con una visione aristotelico-tomista, in ultima analisi, con un'antropologia cristiana.

La volontà e il bene universale

In netto contrasto con Freud, San Tommaso rivaluta le facoltà superiori su quelle inferiori. Secondo San Tommaso infatti, l'intelletto umano non solo utilizza i sensi, ma fornisce loro un'ampiezza che essi, da soli, non possiedono. I sensi sono vincolati al tempo e allo spazio, mentre l'intelletto, per la sua capacità di astrarre dagli oggetti la loro



natura, è in grado di superare i limiti-spazio temporali. La ragione per Tommaso può avere funzione conoscitiva e ha per oggetto il vero, o muovere all'azione, avendo come oggetto il bene.

Quello che San Tommaso chiama "appetito razionale" è la volontà, che tende liberamente verso l'oggetto, in contrapposizione con gli appetiti sensitivi che tendono necessariamente verso l'oggetto. Essi tendono al bene particolare, mentre la volontà tende al bene universale. La volontà è mossa dall'intelletto e a sua volta muove tutte le altre facoltà, perché è l'intelletto che presenta l'oggetto che specifica la volontà; ma è la volontà che intende il fine per il quale ogni agente agisce: dunque muove all'esercizio se stessa, l'intelletto e le altre facoltà. Volendo il fine, muove se stessa a volere le cose ordinate al fine.

Per San Tommaso le passioni sono gli atti delle facoltà affettive della vita sensitiva, gli appetiti sensibili appunto, e sono soggette al comando della ragione e della volontà e non sono né buone né cattive, consapevoli ("conseguenti") o inconsapevoli ("antecedenti") (Arnold, 1960)

La castità è una virtù

Per San Tommaso la castità non riguarda solo il corpo, ma anche l'anima, e per questo motivo è una virtù. Infatti l'anima è forma sostanziale del corpo, due sostanze complete in relazione e che completano l'uomo nella sua interezza. L'anima, benché sia forma del corpo, trascende il corpo

stesso e in essa risiedono l'intelletto e la volontà, grazie al quale l'uomo può cercare il bene e volgersi verso di esso. Per San Tommaso quindi la castità ha la sua sede nell'anima pur avendo nel corpo la sua materia. Essa ha il compito di usare regolarmente certe membra del corpo secondo il giudizio della ragione e la scelta della volontà. Perciò la concupiscenza può essere castigata dalla ragione. E se una tendenza ha natura di virtù proprio perché è moderata dalla ragione, la castità è una virtù.



Contrariamente a ciò, il vizio è una disposizione della personalità contraria alla virtù e, come tale, è contro la ragione e la natura dell'uomo. Quando l'abito, del vizio o della virtù, è formato, la personalità tende ad unificarsi (Hampson 2012). Però, e questo chiama in ballo il lavoro degli psicologi, quando gli abiti non sono formati, possono coesistere nel soggetto tendenze contraddittorie tra la ragione e la volontà da una parte, e le potenze sensitive dall'altra

(Echavarría). Si intende che un comportamento compulsivo nell'ambito sessuale, molto comune nel mondo contemporaneo, è associabile proprio al vizio di natura sessuale, tipico dell'intemperante, in contrapposizione alla virtù della Temperanza, quella virtù che per San Tommaso regola l'appetito concupiscibile. Per San Tommaso tutti i peccati di intemperanza sono paragonabili ai peccati dei bambini che hanno bisogno di "castigo". E siccome l'Astinenza tiene a freno certi peccati di intemperanza, come anche i piaceri gastronomici,

ordinati ai piaceri venerei, oggetto della castità, l'astinenza e la castità non sono virtù distinte. Anzi, l'astinenza si identifica con la castità.

Tra tutti i peccati d'intemperanza per Tommaso, i peccati venerei sono quei peccati che nell'uomo creano più vergogna, di qui la necessità citando Sant'Agostino "di predicare la pudicizia e di non commettere nulla di illecito con gli organi genitali", paragonando la pudicizia alla castità. Per San Tommaso invece la pudicizia riguarda soprattutto i segni esterni (sguardi, baci, toccamenti), mentre la castità ha per oggetto la stessa copula carnale. Perciò la pudicizia è ordinata alla castità, non come virtù distinta, ma come una rifinitura che ne indica certe particolari circostanze.

La castità, dunque, ha natura di virtù in quanto opera secondo la ragione e ha come fine il bene per l'uomo, non il male come nel caso dei vizi. Per Sant'Agostino la castità ha per compagna anche la Fortezza, "la quale è decisa a sopportare tutti i mali, piuttosto che consentire al male".

Per San Tommaso la concupiscenza dei piaceri è quella che assomiglia al bambino: poiché la brama del piacere è per noi connaturale, questa concupiscenza aumenta enormemente se viene nutrita tramite il consenso, come il bambino abbandonato ai propri capricci. Quindi la concupiscenza di questi piaceri, più di ogni altra cosa, ha bisogno di essere castigata. La castità ha per oggetto queste concupiscenze.



Metanocite - Rivista di Psicologia Cristiana

La castità è virtù generale

Per Sant'Agostino "la castità è un moto ordinato dell'anima, il quale non subordina le cose superiori a quelle inferiori". Essendo questo compito di ogni virtù, la castità è considerata virtù generale.

La parola castità deriva da "castigo": qualsiasi moto dell'appetito deve essere castigato dalla ragione. E poiché i moti dell'appetito sono tenuti a freno da qualsiasi virtù morale, è chiaro per San Tommaso che qualsiasi virtù morale è castità.

Alla castità si contrappone la fornicazione, che abbraccia qualsiasi genere di peccati. Dunque, la castità è virtù generale.

Il termine castità si può considerare in due sensi: in senso proprio e in senso metaforico.

Poiché nell'unione sessuale (dei corpi) si ha il piacere venereo, oggetto della lussuria, nell'unione spirituale dell'anima con determinate cose si ha un certo piacere, che è l'oggetto di una certa castità o di una certa fornicazione metaforica.

Quando invece l'anima gode dell'unione spirituale con ciò con cui deve unirsi, cioè Dio, e si astiene dal godere di altre cose che sono contro l'ordine di Dio, allora si può parlare di castità in senso spirituale. Il suo contrario è la fornicazione spirituale, quando l'anima gode nell'unirsi alle altre cose contro l'ordine di Dio. In questo senso essa è virtù generale, poiché qualsiasi virtù ha il compito di ritrarre l'anima umana dal piacere che si prova nell'unirsi alle cose illecite. L'essenza della castità, infatti, consiste nella carità e nelle altre virtù teologali, che uniscono l'anima con Dio.

Allora chi pratica la castità è il continente? La risposta è no. Essendo la castità una virtù, non basta la continenza per vivere appieno la virtù. Ci viene incontro Aristotele stabilendo la differenza tra temperanza e continenza. Il continente infatti si comporta come il temperante, ma interiormente

te la sua disposizione è diversa, vive una forte lotta interiore. Il suo appetito concupiscibile lo inclina al disordine, la sua volontà desidera il bene. Dunque, l'abito della virtù -o del vizio- non è formato. La personalità, in un verso o nell'altro, non è unificata.

Come sottolinea Echavarria, è un errore pensare, con Freud, che l'inclinazione virtuosa si formi sulla repressione delle tendenze perverse e quanta più virtù c'è, più è ritenuta nell'inconscio. La virtù non reprime l'impulso, ma lo modera e lo governa. Se l'essenza della castità è nella carità, il virtuoso non è meno affettivo o meno passionale del vizioso. Il nocciolo della questione è la direzione, il fine.

La grazia

Il segno che il virtuoso non è, freudianamente

parlando, un "represso", è la gioia. Il virtuoso infatti è gioioso e la castità per San Tommaso va enumerata anche tra i frutti in quanto il suo atto è compiuto con gioia, che è la traccia inconfutabile della presenza di Cristo, ossia della grazia.

"L'uomo che vuole comprendere se stesso completamente – e non solo in accordo con i suoi standard e misure immediate, parziali, spesso superficiali e sempre illusorie del suo essere – deve avvicinarsi a Cristo con la sua inquietudine, incertezza e spesso debolezza e peccato, con la sua vita e la sua morte".
Giovanni Paolo II

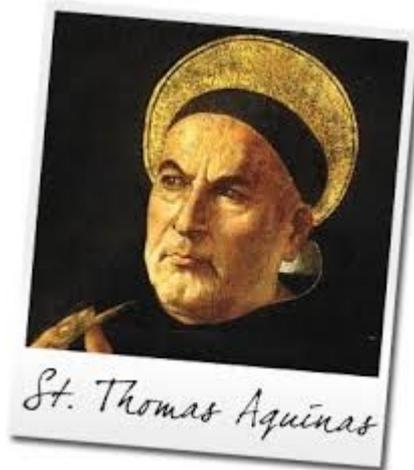
Con l'irrompere della grazia, quindi, il disordine e il peccato non hanno l'ultima parola sull'uomo. A causa del peccato originale, l'uomo appare come un essere imperfetto, decaduto, perverso. Molti cristiani vivono la realtà del continente, una vita



scissa, in lotta tra ragione e passione. L'uomo vive sulla propria pelle questa distorsione che raggiunge il suo culmine con il vizio, con la malattia mentale.

Quale psicoterapia?

Tuttavia, l'esistenza di una condizione di virtù che fa sperimentare all'uomo la gioia, ci suggerisce che all'origine di questa distorsione c'è qualcosa di buono, di perfetto. La psicoterapia è un importante strumento per aiutare l'uomo a riconquistare quell'integrità perduta, quell'ordine originario, quella capacità di autodirezionarsi verso il bene - che è il suo fine ultimo - ma è comunque un rimedio parziale, non una cura completa della natura umana decaduta. La Rivelazione irrompe nella storia e ci comunica che la morte e il peccato non vincono sull'uomo. La natura umana così debole e manchevole, attraverso la grazia divina, e quindi dell'azione dello Spirito Santo, può essere curata non in modo parziale, ma completamente. E quindi sanata.



In quest'ottica la castità è un mezzo potentissimo che aiuta l'uomo ad autodirezionarsi, ma più di tutto, se vissuta nella consapevolezza dei propri limiti e delle proprie debolezze, una porta aperta a Cristo. Da mezzo infatti diventa "dono" perché ammette il limite umano e si apre e si eleva al trascendente. Chi discerne il limite della morte per questa vita terrena, è capace di porre un limite ai suoi peccati affidandosi non solo alle sue capacità, ma soprattutto a Dio. Citando San Giovanni Crisostomo "la castità praticata non per Cristo è sterile e infruttuosa" perché non è aperta alla Grazia.

"Pesante infatti è la continenza e difficile da raggiungere la purezza, ma nulla è più dolce

dello Sposo celeste". Evagrio Pontico

Rinati dall'Alto

In questa prospettiva, l'Antropologia della rinascita nello Spirito Santo è fondamentale e ci aiuta di più a comprendere le parole di San Paolo che nella Prima lettera ai Corinzi chiama il corpo "tempio dello Spirito Santo". I "peccati del corpo" e i "peccati carnali" portano con sé la "profanazione del corpo": privano il corpo della donna o dell'uomo del rispetto a esso dovuto a motivo della dignità della persona.

Nella Teologia del corpo San Giovanni Paolo II definisce la purezza "una capacità incentrata sulla dignità del corpo, cioè sulla dignità della persona in relazione al proprio corpo, alla femminilità o mascolinità che in questo corpo si manifesta". Queste due dimensioni della purezza, la virtù, e il dono dello Spirito Santo sono strettamente connesse nel messaggio di San Paolo. In questo senso i peccati carnali sono "profanazione del tempio" in quanto "profanano il tempio dello

Spirito che è in voi e che avete da Dio" (1Cor 6,19). Infatti il frutto della Redenzione è proprio lo Spirito Santo che abita nell'uomo e nel suo corpo come in un tempio e lo eleva, in Cristo e per Cristo, ad una natura divina.

La vita secondo lo Spirito quindi, non solo ci guarisce, ci apre ai frutti dello Spirito, primo fra tutti la Carità, ma ci rende anche liberi. Cristo infatti "ci ha liberati perché restassimo liberi", ha realizzato e manifestato la libertà che diviene sorgente di opere nuove e di vita secondo lo Spirito. Chi in questo modo "vive secondo la carne, cessa di essere capace di quella libertà per cui Cristo ci ha liberati; cessa anche di essere idoneo al vero dono di sé, che è frutto ed espressione di tale liber-

tà”.

Appare evidente che una concezione di sviluppo umano basata sul sacrificio e sul dono totale di sé, come presupposto per una conoscenza autentica di se stessi e per un equilibrio affettivo, si scontra con le moderne antropologie alla base delle attuali correnti psicologiche.

Bibliografia

San Tommaso D'Aquino, *Somma teologica*, ESD, Bologna 2014.

Giuseppe Barzagli, *La Somma Teologica di san Tommaso D'Aquino in un soffio*, ESD, Bologna 2013.

Martin Echavarría, *Proposte per una psicologia ed una psicoterapia tomista*, pubblicato su *Metanoeite*, rivista di psicologia cristiana. Anno 2, Nu-

mero 1.

Martin Echavarría, *Da Aristotele a Freud, saggio di storia della psicologia*, D'Ettoris, Crotona, 2018.

Stefano Parenti, *Magda Arnold psicologa delle emozioni*, D'Ettoris, Crotona, 2017.

Roberto Marchesini, *Aristotele, san Tommaso d'Aquino e la psicologia clinica*, D'Ettoris, Crotona, 2013.

Roberto Marchesini, *La psicologia di San Tommaso d'Aquino*, D'Ettoris, Crotona, 2013.

Giuseppe Forlai, *Spudorata castità*, Edizioni San Paolo, Cinisello Balsamo (Milano), 2016.

Yves Semen (a cura di), *San Giovanni Paolo II - Compendio alla Teologia del Corpo*, Edizioni Ares, Milano 2017.



Esperienza estetica e psicologia

Carmine Carbone

Medico

Introduzione

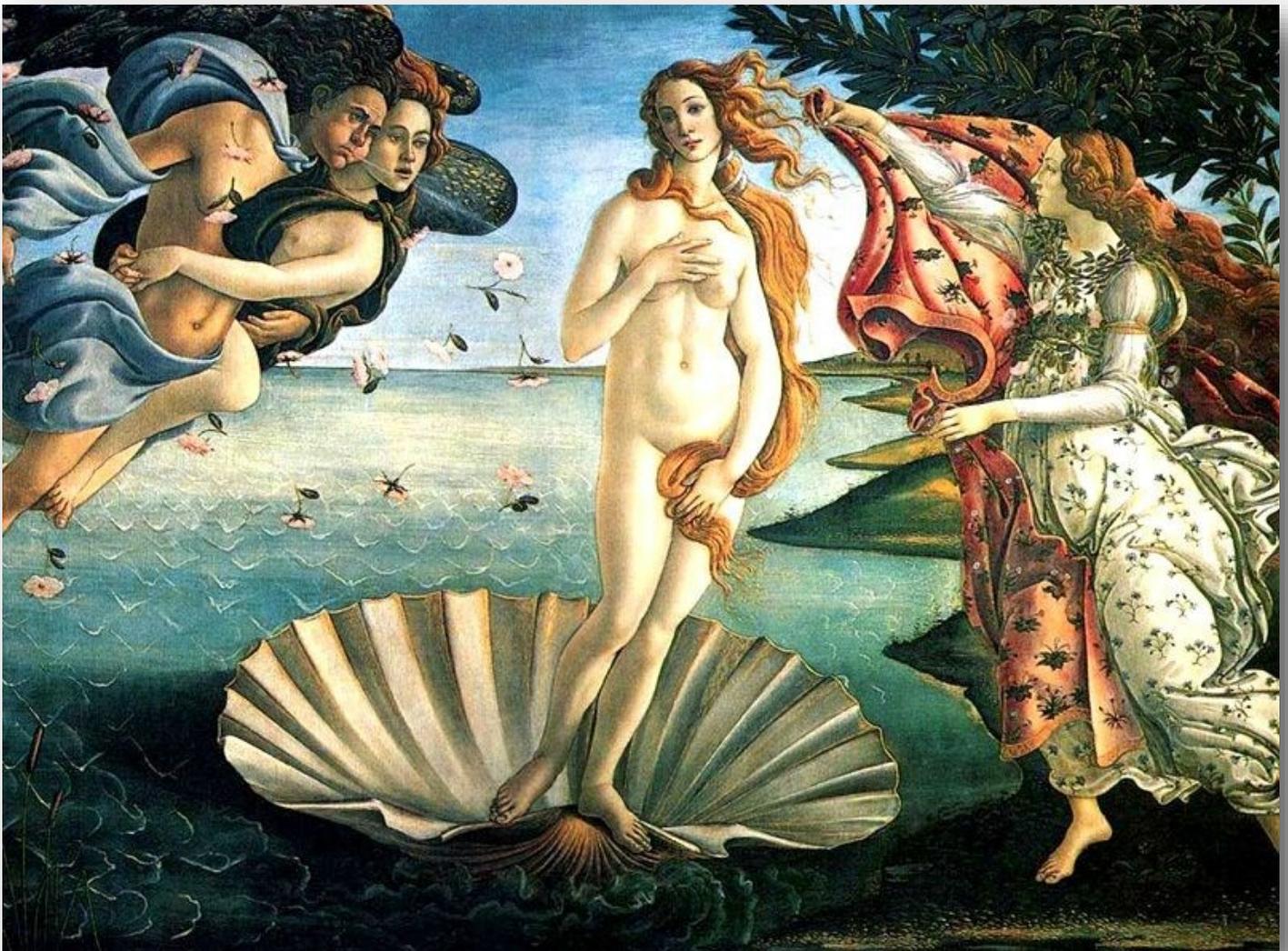
Negli ultimi anni è cresciuto sempre di più l'interesse nei confronti dello studio della bellezza e dell'esperienza estetica in maniera trasversale in tutti i campi del sapere, dalla filosofia alle neuroscienze con la nascita della neuroestetica. In questa tesina desidero esplorare la psicologia della bellezza per poter focalizzare poi l'interesse sulla possibilità di utilizzare tali conoscenze in ambito pratico, nella psicoterapia, come supporto e aiuto alla crescita integrale della persona e alla realizzazione della sua vocazione.

Cercherò di fare una sintesi partendo dalla filosofia per arrivare alle neuroscienze e quindi elaborare delle proposte operative in psicoterapia.

A partire da San Tommaso, il bello e il buono

Che cosa è la bellezza? Questa questione è stata affrontata da molti autori e credo che sia interessante ripartire dal modo in cui San Tommaso trattava della bellezza per poter fare un po' di chiarezza e riscoprire sotto una luce diversa il nostro rapporto con la bellezza:

"Certamente il bello e il buono, nel soggetto in cui



esistono, si identificano, poiché si fondano tutti e due sulla medesima realtà, cioè sulla forma; e per questo il bene viene lodato come bellezza. Tuttavia nel loro concetto proprio differiscono. Il bene infatti riguarda la facoltà appetitiva, essendo il bene ciò che ogni ente desidera, per cui ha carattere di fine, poiché il desiderare è come un muoversi verso una cosa. Il bello, invece, riguarda la facoltà conoscitiva: belle infatti sono dette quelle cose che, viste, destano piacere. Per cui il bello consiste nella debita proporzione: poiché i nostri sensi si diletano nelle cose ben proporzionate come in qualcosa di simile ad essi; anche il senso infatti, come ogni altra facoltà conoscitiva, è una specie di ragione. E poiché la conoscenza avviene per assimilazione, e la somiglianza d'altra parte riguarda la forma, il bello propriamente si ricollega all'idea di causa formale"¹.

La tradizione classica identifica quindi una stretta relazione tra bello e bene, nel senso che il bello è una modalità del bene che riguarda la facoltà conoscitiva ed i sensi, mentre il bene riguarda la volizione e per questo motivo dovrebbe essere sempre considerato in maniera prioritaria rispetto al bello. Questi due aspetti della realtà tuttavia nel corso della storia sono stati separati e, dal loro divorzio, questo ha portato a cambiare radicalmente (in male) il nostro modo di relazionarci alla bellezza e successivamente anche all'arte.

Da dove parte la nostra relazione con la bellezza? Perché è tanto importante? Da dove origina il rischio che questa relazione sia rovinata?

Credo che la dottrina del peccato originale possa gettare un po' di luce sulla questione: schematizzando abbiamo che la conseguenza del peccato originale sull'anima (la concupiscenza) ha come effetto l'orientamento della volontà lontano dal bene; ciò avviene a causa di un giudizio errato sulla natura di ciò che è bene, perché l'oggetto della volontà è sempre il bene. Per cui se l'intel-

letto venisse illuminato in modo tale da riconoscere il vero bene, per la volontà sarebbe game over e si orienterebbe verso il vero bene e via dal male, a questo punto riconosciuto come tale.

Ma come mai è così difficile illuminare l'intelletto di alcune persone? Quando si considera questo aspetto della questione non si può ignorare il fatto che sebbene l'intelletto sia superiore alla volontà, quest'ultima può condizionare, anche pesantemente, la ricerca della verità dell'intelletto, con quei meccanismi che sono noti alla logica come fallacie di ragionamento di cui credo che il più significativo da menzionare sia il bias di conferma: se la volontà è fissata su un falso bene, ed è orientata a questo da passioni e desideri forti, essa ha tutto l'interesse a piegare l'intelletto a riconoscere e considerare solo quei dati che confermano e rafforzano tale orientamento della volontà, ignorando quelli che lo smentiscono². Il comportamento di una persona in questa situazione potrebbe rassomigliare molto a quello che ci aspetteremmo nel caso in cui la volontà dell'uomo fosse superiore all'intelletto, che è l'ipotesi del volontarismo³.

Questo tipo di atteggiamento è anche descritto dal Santo Padre come neo-pelagianesimo in relazione al raggiungimento della salvezza tramite uno sforzo della volontà, chiudendo così le porte del cuore all'azione della grazia e pretendendo lo stesso sforzo dagli altri. Inoltre un altro effetto di questo atteggiamento è la scotomizzazione dei limiti personali, che porta ad ignorare il fatto che *"non tutti possono tutto, e che in questa vita le fragilità umane non sono guarite completamente ed una volta per tutte dalla grazia"*. Il Papa inoltre collega l'insorgenza di questo atteggiamento con mancati successi del neo-gnosticismo, che pretenderebbe di raggiungere la salvezza tramite la sola conoscenza; questo atteggiamento ignora i limiti della ragione umana: *"noi arriviamo a com-*

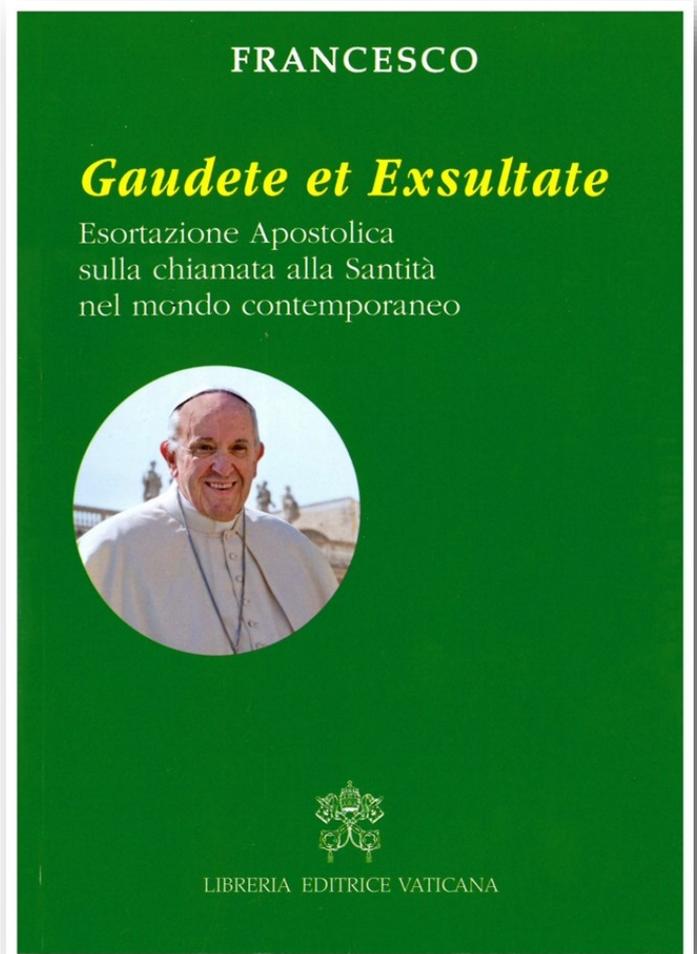
prendere in maniera molto povera la verità che riceviamo dal Signore. E con difficoltà ancora maggiore riusciamo ad esprimerla. Perciò non possiamo pretendere che il nostro modo di intendere ci autorizzi ad un controllo stretto sulla vita degli altri”⁴.

I due atteggiamenti sono necessariamente correlati in quanto entrambi il frutto di uno sforzo autonomo degli uomini di salvarsi e per questo un eccesso in una direzione può favorire l'insorgenza di una ipercorrezione di segno opposto.

Appare quindi chiaro che in una situazione del genere è difficile penetrare la corazza di argomentazioni e razionalizzazioni che il soggetto si è costruito per difendere ciò che davvero vuole e in una situazione del genere la verità in quanto tale può apparire come una minaccia più che come una salvezza, soprattutto se si tenta di presentarla in maniera discorsiva e distaccata. Credo che questo sia il punto di partenza per riconoscere quindi l'importanza fondamentale ed il ruolo della bellezza nel processo di guarigione di una persona in questa condizione. Essa soltanto appare capace ed in grado di rompere gradualmente questo guscio protettivo per penetrare nell'oscurità del cuore della persona ed illuminarla. Può mettere una persona in contatto con la realtà in una maniera gentile, e presentare la verità sul bene alla coscienza circumnavigando la censura della ragione, perché il contatto con la bellezza ti presenta una promessa e ti fa sperimentare una benedizione sulla tua vita, è personale e ti riguarda. Questa promessa può quindi far nascere ed accrescere il desiderio di ciò che si vede e si conosce quindi come bene.

Risposte disfunzionali alla bellezza

L'esperienza estetica dovrebbe essere quindi un incontro con Dio stesso, dovrebbe avvicinarci a Lui e farci conoscere e desiderare quindi il bene, ma come mai questo meccanismo tante volte non



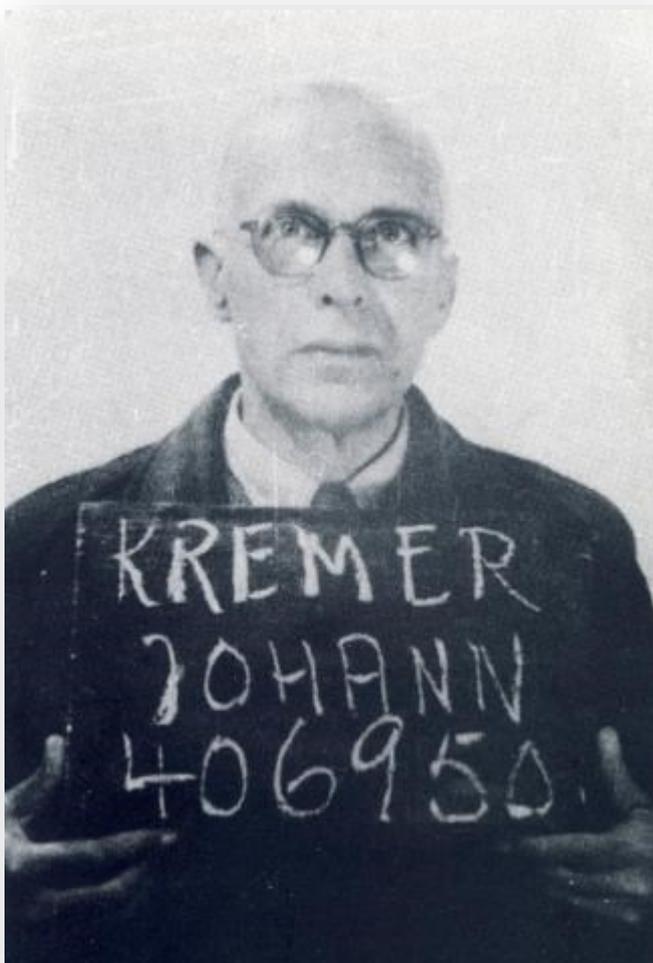
funziona? Cos'è che impedisce questo incontro?

Ci sono modi di rispondere in maniera inefficace ad una esperienza estetica, almeno per quanto riguarda la dimensione della crescita umana. È importante conoscere questi pericoli nella relazione con la bellezza perché se essi si instaurano allora essa smetterà di essere per noi una strada che conduce a Dio ed alla guarigione. Ci sono almeno due modi opposti di relazionarsi alla bellezza in questa maniera che impedisce che essa sia efficace nell'esercitare un cambiamento nel soggetto ed entrambi hanno in comune il fatto che il soggetto mette se stesso al centro e tutta l'esperienza estetica ruota intorno al soddisfacimento personale:

- la prima modalità è quella che potrebbe essere definita estetismo: un esteta è una persona che considera un fine in se stesso il godimento estetico; egli ha ottimi gusti ma

manca della capacità di vedere che essa può essere una modalità del bene o della verità, non gode infatti della bellezza che conduce a Dio ma gode di se stesso e delle sue capacità raffinate di apprezzare la bellezza nell'arte. È l'oggetto del piacere il punto cruciale: chi si sofferma sulla bellezza gode di essa ed in essa sperimenta la presenza di Dio e del bene, mentre per l'esteta l'oggetto del piacere è la sua stessa eccellenza nell'accedere alla bellezza nell'arte o musica; quindi egli è focalizzato innanzitutto su se stesso e solo secondariamente sulla bellezza ed ecco perché in questo caso la bellezza non porta a Dio, perché non ci si può avvicinare ad un'altra persona se si è focalizzati principalmente su se stessi;

- l'altro atteggiamento potrebbe essere definito come edonismo o sentimentalismo: un edonista invece non è interessato al buon



gusto, è interessato soltanto a godere di ciò che "sente" come bello. Questo atteggiamento non è innocuo. Infatti i nazisti ci hanno regalato molti esempi di sentimentalismo ed edonismo nei riguardi dell'arte. Un esempio è Johann Paul Kremer che fu medico ad Auschwitz. Nei suoi diari egli descrive le torture commesse sugli ebrei. Ma Kremer era anche una persona sentimentale e nei suoi scritti si trovano anche pagine dove descrive le sue esperienze estetiche e reazioni all'arte. Questo fatto ci aiuta a capire quello che non funziona in un edonista, l'oggetto del suo piacere è il suo stesso essere commosso da qualcosa, e quindi è sempre focalizzato su se stesso e sulle sue reazioni emotive.

Quindi non ogni risposta alla bellezza è una strada a Dio, perché essa ci porterà a lui solo se con atteggiamento umile siamo dimentichi di noi stessi e ci focalizziamo sulla bellezza in quanto tale⁵.

Aiutare attraverso la bellezza

Come fare per aiutare una persona con la bellezza?

L'idea cristiana tradizionale è che il problema del male nella volontà di una persona si può risolvere solo quando questa si arrende a Dio. Per San Tommaso, la nascita della fede in una persona è collegata alla percezione e quindi all'odio che la persona ha del peccato in se stesso e al desiderio per la bontà che percepisce in Dio, ed è proprio questo desiderio che spinge la persona ad abbassare gradualmente le resistenze e ad affidarsi a Dio per la salvezza⁵.

Sant'Agostino afferma che *"ci hai fatti per te, e il nostro cuore non ha posa finché non riposa in te"*⁶ e c'è una forte connessione tra la bellezza e questo desiderio che viene risvegliato da essa. Quando questo desiderio viene risvegliato in noi in ge-

nere non sappiamo bene a cosa è orientato ma Agostino riteneva che se la bellezza e il desiderio sono reali e sufficientemente grandi, allora in effetti questo desiderio è del tipo che porterà a Dio, risultando nella crescita della fede e nella guarigione della volontà che sarà orientata verso il bene voluto da Dio.

Dimensione soggettiva dell'esperienza estetica, buon gusto ed educazione estetica

Com'è possibile conciliare la relazione che c'è tra bene, vero e bellezza con la variabilità dei gusti e delle opinioni?

Inizialmente, quando leggiamo un poema o ascoltiamo un brano musicale noi esercitiamo quella facoltà che viene definita "percezione estetica". Come una percezione visiva o qualsiasi altro tipo di percezione questa capacità è soggetta ad una variabilità interindividuale. Quest'abilità può anche essere educata. In maniera simile anche un'abilità percettiva ordinaria può essere educata.

La recettività dei nostri sensi o sensibilità è una questione che riguarda il soggetto, se una persona è miope ha una minore capacità di osservare la realtà e ha bisogno di strumenti che aumentino la capacità di vedere.

Un altro esempio utile a dimostrare la dimensione soggettiva dell'esperienza estetica è di tipo geografico: si può dire che la bellezza è una strada verso Dio, e sebbene la destinazione sia la stessa per tutti, per arrivare alla meta non tutti percorreranno la stessa strada poiché ciascuno partirà da luoghi differenti. La bellezza come via

per raggiungere Dio più che una strada appare quindi come un network di strade in cui ognuno può percorrere quella che meglio lo rappresenta ed indica la direzione concreta verso cui orientare la propria vita. In definitiva esiste una stretta correlazione tra la dimensione della bellezza per come viene percepita e la vocazione personale. In conseguenza di ciò, man mano che si percorre la strada nella direzione giusta, cresce la capacità di percepire la bellezza perché ci si avvicina alla meta.

Una considerazione particolarmente interessante riguarda il cervello delle persone obese, che hanno una minore capacità di percepire il piacere legato all'esperienza gustativa, rispetto alle perso-

ne normopeso, ed una minore attivazione dei circuiti di ricompensa, che porta questi soggetti a dover aumentare la soglia di stimolazione gustativa⁷. Possiamo quindi ritenere che i gusti estetici, così come il senso fisico del

gusto, non solo non sono una questione soggettiva in assoluto ma sono anche modificabili e migliorabili.

La responsività alla buona arte che viene definita come buon gusto è il risultato di un processo di crescita ed educazione, la quale non è possibile ottenere senza le circostanze adeguate che, purtroppo, non sono accessibili a tutti.

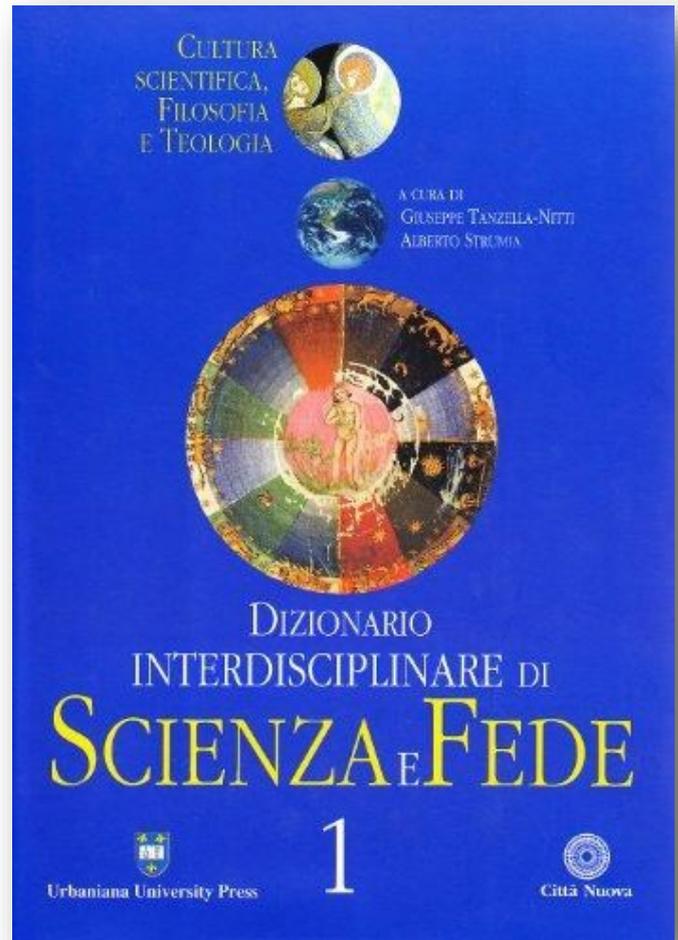
In questo senso credo sia importantissimo riconoscere che una semplicissima iniziativa proattiva nella vita di una persona può avere un impatto enorme se si è sufficientemente umili da non pretendere troppo da se stessi e non farsi condizionare dai risultati nel motivare un cambiamento.

*"Ci hai fatti per te,
o Signore, e il nostro
cuore è inquieto fin
quando non riposa in Te"
(s. Agostino)*

Per queste ragioni, possiamo ritenere che l'arte o la bellezza che raggiunge una persona, secondo le sue capacità, potrebbe non essere la più superlativa. Siccome il godere la bellezza e il giudizio che se ne dà possono non coincidere, una persona può godere in maggiore misura di ciò che in realtà è un pezzo inferiore di arte, una bellezza più piccola. Ma siccome una bellezza maggiore ha una capacità maggiore di far crescere chi è in grado di percepirla, è importantissimo sviluppare questa capacità nella misura in cui le circostanze lo rendano possibile.

Il dizionario di scienza e fede ha delle parole che trovo molto belle riguardo all'eleganza:

“La semplicità, e specialmente l'eleganza, sono il risultato di allenamento e disciplina, ma possono facilmente mutare nel loro contrario quando non appaiono come caratteristiche “naturali” del soggetto; la semplicità e l'eleganza non sono facilmente raggiungibili, ma questo non dovrebbe scoraggiare. L'eleganza è un termine dotato nel mondo antico latino di connotati positivi e negativi, e comunque collegato con una scelta, l'eleganza divenne al tempo di Cicerone (106-43 a.C.) una virtù morale e intellettuale. Il vir elegans di Cicerone era uno specialista nell'arte dello scegliere. La scelta legata al gusto poteva e doveva essere una caratteristica naturale (anche se in gran parte prodotto di allenamento e disciplina) della condotta di un uomo in molti ambiti: linguaggio, retorica, arte, amicizia, moralità, scienza. Il “buon gusto” in questo senso comporta dei giudizi buoni e prudenti, non è soggettivo e irrazionale, bensì il risultato di una competenza morale e intellettuale. Questa caratteristica di fondo è presente anche quando parliamo di una “dimostrazione elegante”, di un “esperimento elegante”, e di uno “stile elegante”. Elegantia nel senso ciceroniano è opposta all'eleganza come apparenza superficiale, artificiale e studiata. È invece collegata a ciò



che è adatto e appropriato senza superficialità (il concetto di elegancia è in relazione col principio di parsimonia) e senza semplificazioni inadeguate. La nozione di elegancia è usata sempre nel contesto del comportamento e dell'attività umana e nei prodotti che ne conseguono, come libri o teorie, ma solamente in quanto essi sono aderenti in modo adeguato alla realtà”⁸.

Estetica ed Etica

Un altro dato interessante emerso dallo studio delle neuroscienze è lo stretto legame tra la valutazione estetica ed il giudizio morale. In definitiva questi due aspetti sono strettamente connessi a livello corticale ed in particolare le aree coinvolte con il giudizio morale possono influenzare significativamente l'esperienza estetica e le emozioni ad essa connesse⁹. Si può quindi ragionevolmente supporre che il giudizio estetico di una persona rifletta in qualche modo le presupposizioni etiche

e la visione morale del mondo a cui questa persona aderisce. Dunque si può ritenere ragionevolmente che gli “esteti” traggano godimento da quell’arte in cui rivivono la dimensione etica che vorrebbero vedere nel mondo, mentre i “sentimentali” traggono godimento principalmente da quel tipo di arte che amplifica il loro stato d’animo o che in qualche modo rimanda loro alle cose che rispecchiano quello stato d’animo. Questo dato spiegherebbe il successo di determinati generi musicali quali il rock degli anni ‘70-‘80, che in qualche modo rifletteva la visione del mondo caratteristica della rivoluzione sessuale che era la visione etica del mondo prevalente all’epoca.

Questa considerazione risulta essere tanto importante quanto pericolosa perché se da una parte l’educazione estetica comporta una crescita nell’apprezzamento della bellezza, a cui corrisponde anche una crescita morale, e una migliore visione morale del mondo, dall’altra potrebbe accadere che una persona cerchi solo quel materiale artistico che conferma i propri pregiudizi morali secondo il meccanismo del bias di conferma.

La visione morale dominante nella società di oggi è profondamente cambiata, e osservare le tendenze musicali può quindi fornire indizi su come la stessa sia cambiata; prendiamo ad esempio l’attuale popolarità del genere musicale trap.

La voce su wikipedia riguardante questo genere musicale lo definisce così:

“La musica trap è caratterizzata da testi cupi e minacciosi, che comunque possono essere molto diversi per ogni rapper. I temi tipici rappresentati nei testi sono la vita di strada tra criminalità e disagio, la povertà, la violenza, lo spaccio di sostanze stupefacenti, e le dure esperienze che l’artista ha affrontato nei dintorni della sua città.

La parola “trap” deriva da trap house, appartamenti abbandonati (solitamente nei sobborghi di Atlanta) dove gli spacciatori americani preparano e spacciano sostanze stupefacenti. Inoltre la parola trapping in slang significa “spacciare”¹⁰.



Questo genere musicale potrebbe essere benissimo definito come la manifestazione artistica del nichilismo. Per chi pensasse che questa è un’affermazione esagerata, trascrivo parte del testo della canzone di uno degli autori più famosi in questo genere, Young Signorino, che si intitola Mmh ha ha ha:

“Fumo, fumo, fumo e rido

Mmh ha ha ha

Lei ride, ride, ride

Mmh ha ha ha

Alfa-

Alfa-

Alfabeto ah uh

Ah uh

Ah uh ah

Rari, rari, rari, rari

RAWR RAWR RAWR RAW

Scotta, scotta, scotta, scotta

ansimare

Sudo, bevo, passo e a letto

Mmh ha ha ha
Mia mamma mi crede pazzo
Mmh ha ha ha
Canto, canto, canto, canto
Ulalalalala

Il fatto che riscuota così tanto successo può essere considerato un campanello d'allarme, che rispecchia un aspetto etico della società in cui crescono le nuove generazioni.

L'esperienza estetica favorisce l'autocoscienza

Come fare quindi per illuminare una persona sulla sua condizione? E può questo essere un meccanismo che favorisce davvero il cambiamento?

Le abitudini hanno l'effetto di "fissare" i comportamenti di una persona, quindi con il tempo se si strutturano abitudini viziose, queste potrebbero allontanare la volontà della persona dalla virtù e dal bene. L'ostacolo maggiore al cambio

delle abitudini è proprio l'assunzione di consapevolezza della dannosità delle stesse, oltre che la pigrizia nel voler attuare un cambiamento iniziale.

L'esperienza del bello potrebbe essere un momento chiave per rendersi consapevoli. Essa è legata alla vocazione: un dato interessante che emerge dalle neuroscienze è che l'esperienza estetica evocata dalla percezione della bellezza attiva delle regioni corticali che fanno parte di un network definito di default, o DMN (default mode network), che risulta attivo quando la persona è a riposo e la sua attenzione non è diretta a nessuna

attività o stimolo esterno¹¹. Si potrebbe dire che quello che succede in questo caso è che l'esperienza estetica riguarda il soggetto in maniera personale e gli rivela qualcosa riguardo se stesso di cui prima non comprendeva le motivazioni o i fini, insomma ciò che c'è dietro le azioni che si compiono e dove queste portano.

L'episodio del vangelo di Giovanni in cui Gesù incontra la samaritana al pozzo rappresenta proprio questa dinamica: "mi ha detto tutto quello che ho fatto!"¹². La samaritana ha incontrato la Bellezza stessa incarnata, e in questo incontro ha scoperto ciò che c'era dietro i suoi comportamenti,

ciò che cercava davvero, e vedere quello che cercava le ha consentito anche di capire il motivo per cui agiva cercando quello stesso bene altrove. Gli effetti dell'incontro non finiscono qui perché tutto questo la porta a cambiare, le mette il desiderio di far fare la stessa esperienza anche

agli altri, manifestando loro questo tipo di incontro li illumina sul fatto che loro compiono la stessa ricerca e che quindi la matrice dietro le azioni di tutti è sempre la stessa, anche se si declina in maniera diversa in ogni soggetto. Questo consente agli altri di rispondere positivamente all'annuncio, che non viene considerato più come una predica moralizzatrice, ma come un percorso in cui rivedersi.

Arte infernale e arte purificatrice

Le motivazioni ed i desideri che ci muovono non sono sempre manifesti alla nostra coscienza, ma



possiamo sperimentarli attraverso l'immedesimazione in personaggi di una bella storia.

A questo punto credo sia importantissimo fare una distinzione nell'arte, tra quello che viene rappresentato e quello che viene insegnato: un'arte cattiva, che potremmo definire infernale¹³, rende il peccato attraente, negando la sua natura di male e seducendo con la bugia fa sì che il piacere diventi un'opportunità da cogliere prontamente. Questo tipo di arte riduce tutta la morale ad una mera ambivalenza ed ambiguità e rimpiazza la realtà con la mera opinione del relativista. San Basilio il Grande diceva: *"Non è possibile rendere attraente l'inferno, perciò il diavolo rende attraente la strada che porta là"*¹⁴. Un esempio famoso che trovo illuminante al riguardo può essere la canzone *Imagine* di John Lennon, essa può essere apprezzata dagli "estetisti" perché sicuramente è musica di buon gusto e allo stesso modo può essere apprezzata dagli "edonisti" perché esalta quel modo di sentire il mondo che essi desiderano. Il messaggio è tuttavia malvagio per essere caritatevoli nei suoi confronti:

"Imagine there's no heaven
It's easy if you try
No hell below us
Above us, only sky
Imagine all the people living for today
Imagine there's no countries
It isn't hard to do
Nothing to kill or die for
And no religion, too"

Invece l'arte che rappresenta il male ma non lo insegna, e che potremmo definire purificatrice¹⁵, conduce a Dio ed alla redenzione e mostra la bruttezza del male con le sue conseguenze distruttive; è piena di peccato ma instilla il desiderio di fuggire da esso e rivolgersi al bene. La Bibbia è il massimo esempio di tale tipo di d'arte.

Nel secondo caso infatti vediamo degli eroi credi-



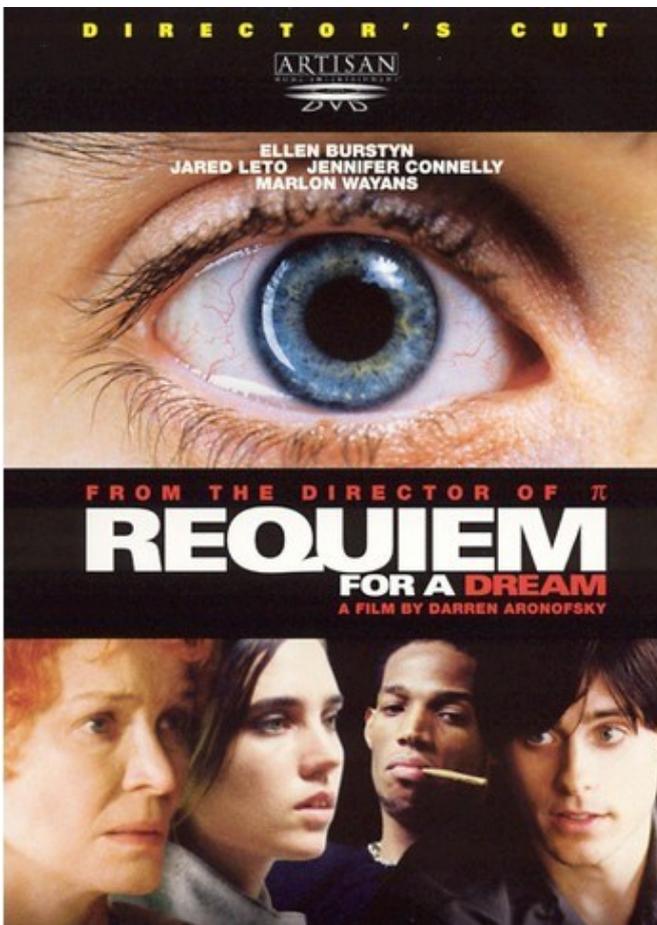
bili, che hanno ferite e debolezze in cui possiamo immedesimarci, e forse di maggiore importanza, cattivi credibili, con motivazioni che possiamo riconoscere come razionali e sensate. Fare un'opera d'arte con le sfumature di grigio non vuol dire mentire sulla concretezza e sulla reale natura di bene e male ma vuol dire dipingere dei personaggi reali, con il desiderio del male nel cuore, ed il loro percorso di crescita o di dannazione. In tale caso l'evento più importante che ci può capitare ritengo non sia fare il viaggio dell'eroe ma del cattivo. Se ci si scopre a simpatizzare per il cattivo si ha l'improvvisa sensazione che forse c'è qualcosa che non va nel proprio cuore e questo è il primo passo verso un percorso di guarigione. Trovo interessante l'analogia di questo concetto con il fatto che durante la messa riconoscersi peccatori è proprio il primo fondamentale movimento necessario per poter entrare nella messa!

La bellezza in un'opera d'arte del secondo genere rende subito manifesta la bugia dell'arte infernale, perché quello che essa presenta come attraente viene subito smascherato dallo splendore della verità.

Mostrare la bruttezza del male e delle sue conseguenze può rendere le persone consapevoli della presenza dello stesso male nella loro vita e far nascere in loro il desiderio di rifuggirlo.

Un esempio molto forte in questo senso può es-

sere rappresentato dalla visione del film “Requiem for a Dream”, che manifesta in maniera agghiacciante la natura e le conseguenze di una dipendenza. Nel primo episodio del film viene mostrato che il ricorso ad azioni immorali, ha all’inizio l’effetto desiderato, perché prendendo quelle scorciatoie i protagonisti riescono ad ottenere ciò che vogliono. Ed è esattamente quello che avviene nella vita di ciascuno di noi quando scegliamo il peccato, perché non ne vediamo le conseguenze e abbiamo bisogno di una scorciatoia per ottenere quello che pensiamo essere un bene per noi; negli episodi successivi tuttavia vengono manifestate appieno le conseguenze distruttive delle scelte dei protagonisti e la morte dei loro sogni. Nella mia povera esperienza, questo film mi ha dato una forte motivazione per cercare di comprendere e di combattere ogni forma di dipendenza.



Le persone che si trovano in una situazione negativa riguardo alle dipendenze invece, hanno forse

bisogno prima di qualcosa che le risollevi e dia loro motivazione e speranza per poterne uscire fuori. Non esiste una ricetta ma credo sia importante sviluppare buoni gusti in fatto di scelte e di stimoli da sperimentare per trovare ispirazione, incoraggiamento e correzione.

Dal punto di vista clinico un’osservazione importante in questo senso è l’effetto del diario alimentare sulla regolazione dell’alimentazione. Nella pratica clinica la stesura di un diario si è rivelata più utile della prescrizione attiva di diete ed attività fisica per far dimagrire i pazienti. Probabilmente il fatto di scrivere quello che mangiano ha messo i pazienti di fronte alla inadeguatezza del loro stile alimentare rispetto a quello che loro stessi vorrebbero e questo fatto forse dà loro una motivazione più potente per cambiare stile alimentare rispetto ad una prescrizione esterna¹⁵.

Si potrebbe a questo proposito fare il paragone con l’esame di coscienza regolare come pratica spirituale e come questo possa fornire motivazione per cambiare determinate abitudini nel momento in cui la bruttezza delle stesse viene resa manifesta alla coscienza.

Proposte di strumenti pratici per la pratica clinica

L’ipotesi che emerge da tutti gli studi presi in esame è che l’esperienza estetica ed i gusti personali possono essere migliorati con l’educazione. L’educazione al bello potrebbe risultare un supporto molto importante alla psicoterapia, in modo particolare nelle dipendenze e nei disordini dell’alimentazione.

Credo che alla luce di quanto esposto sia utile proporre alcuni strumenti che possono essere utili nel contesto di un percorso di crescita, inoltre l’utilizzo di questi strumenti è di per se anche educativo dei gusti perché potrebbe gradualmente stimolare la persona a migliorare gli stessi e a

scegliere nel tempo una bellezza sempre maggiore:

1. Strumenti di consapevolezza/correzione: in questa fase l'obiettivo è quello di rendere la persona consapevole della situazione in cui si trova e di quanto è lontana da quello che lei stessa vorrebbe. A questo livello si può agire attraverso storie che mostrino il male così com'è (es. Requiem for a Dream); queste esperienze possono rivelarsi particolarmente utili per quei soggetti che hanno bisogno di una motivazione negativa per allontanarsi da un vizio, persone per le quali non è sufficiente una proposta, ma che hanno bisogno di una risposta chiara alla domanda: "che male c'è in questa azione?"

2. Strumenti immaginativi/di visione: in questa fase del percorso l'obiettivo è quello di aiutare la persona a sviluppare una visione di dove vuole andare con la propria vita,

che scelte fare per arrivarci e come prepararsi per essere in grado di fare quelle scelte. A questo livello si può agire attraverso storie vocazionali, come ad esempio "La battaglia di Hacksaw Ridge". In questo film si vede chiaramente il percorso che ha portato il protagonista del film a riconoscere e

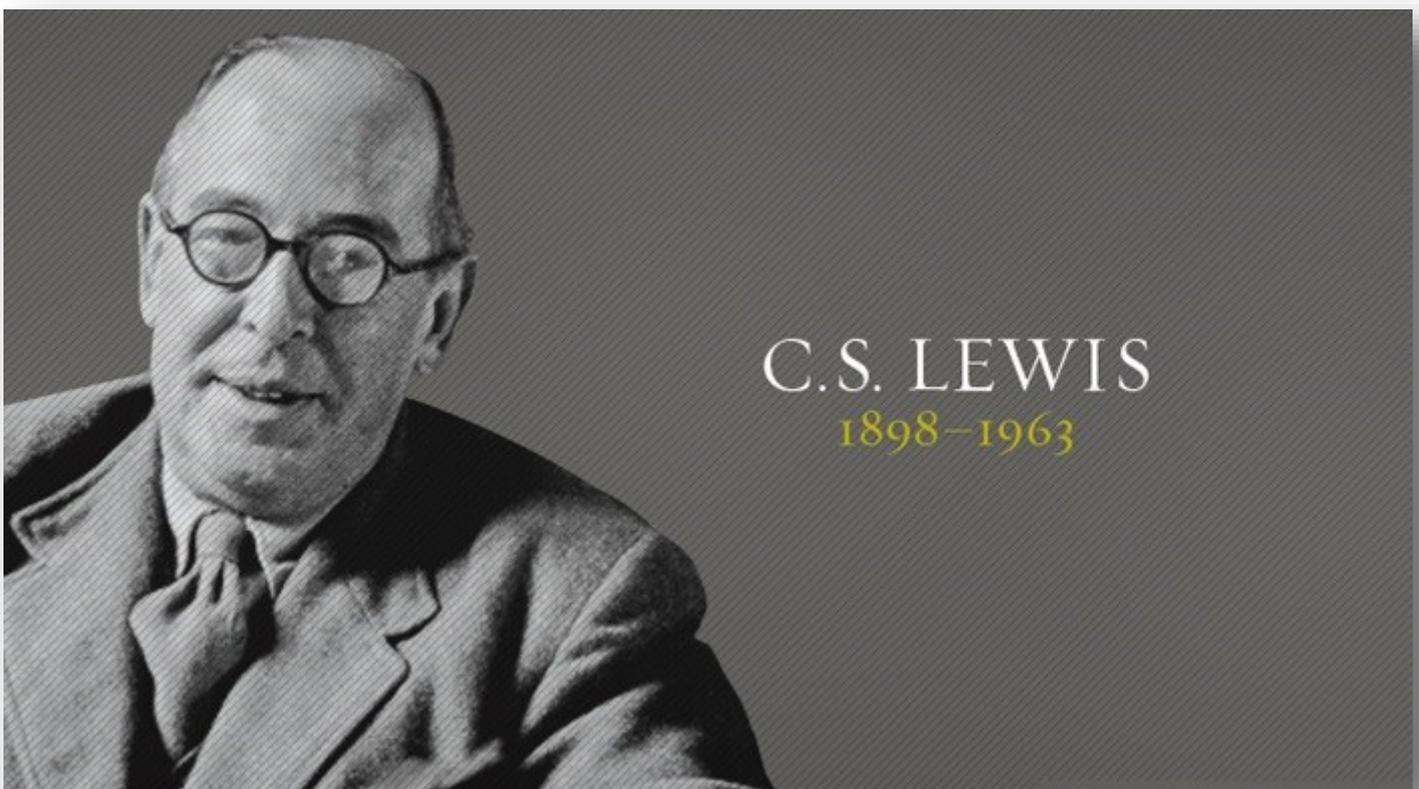
abbracciare la sua vocazione superando tutti gli ostacoli e le difficoltà poste dinanzi a lui. Nella mia esperienza ho tratto giovamento da questo film perché mi ha reso evidente che sebbene ogni chiamata sia unica ci sono delle modalità, degli schemi che si ripetono in maniera simile nella storia di una persona. Ad esempio in questo film si evidenzia bene come multiple volte il protagonista viene messo di fronte alla violenza nella sua vita e come lui stesso scelga di

farne uso, finché capisce che appunto è chiamato proprio ad incarnare quel comandamento che gli è di scandalo, ovvero "non uccidere", perché l'incontro con questa parola della scrittura lo illumina sul fatto che questa parola lui non l'ha rispettata in tutti i momenti in cui ha usato violenza nella sua



vita, in particolare in due episodi, con suo fratello e con suo padre. Questa rivelazione lo porta a prendere la decisione di vivere la non-violenza in maniera radicale arruolandosi nell'esercito per salvare vite piuttosto che per spezzarle e rifiutandosi di usare armi per qualsiasi motivo. Penso che possano esserci dinamiche in questa storia che sono le stesse di ogni storia vocazionale perché le ho riviste nella mia esperienza personale ed in quella di molte altre persone e che vederle in questo modo possa aiutare le persone a rivedere le stesse dinamiche nella propria vita, guardando gli eventi che le colpiscono sotto una luce nuova, anche eventi di profonda sofferenza possono acquistare un profondo significato in questo modo. Un altro esempio interessante potrebbe provenire dal mondo dei videogiochi, ed in particolare mi riferisco a videogiochi recenti in cui è nuova la dinamica della "scelta". In questi giochi è possibile influenzare il corso della storia attraverso delle libere scelte e questo può rendere manifeste le conse-

guenze anche di piccoli atti che con una lettura superficiale potrebbero essere giudicati come insignificanti. Mi permetto solo di citare rapidamente un esempio che ritengo significativo che è "Life is strange" in cui si segue la storia di una giovane ragazza che perde il padre in un incidente; in questo gioco è fortemente presente il tema morale che si manifesta sotto la scelta se sia meglio vivere in una bugia piacevole oppure in una verità dolorosa ed è bello poter vedere come ogni piccola scelta effettuata durante il gioco alla fine condiziona in qualche modo il giocatore anche nei riguardi della scelta finale, che posta in maniera razionale e discorsiva come in queste righe può sembrare di semplice soluzione, ma che a livello emotivo può risultare più o meno difficile da attuare in base alle scelte che si fanno durante il gioco. In fondo un discorso simile lo faceva già C. S. Lewis quando diceva: *"Every time you make a choice you are turning the central part of you, the part of you that chooses, into something a little different*



from what it was before...you are slowly turning this central thing either into a heavenly creature or a hellish creature”¹⁶.

3. Strumenti di memoria/contemplazione: L'irruzione della bellezza nell'animo ricorda proprio la dinamica del dono e dell'iniziativa della grazia storia. Quando Abramo dubita di Dio, Egli gli ricorda la sua promessa mostrandogli il cielo stellato¹⁷. La bellezza quindi ti consente di iscrivere la tua vita come parte di una grande storia, infatti potrebbe essere decisivo per una persona vedere come la sua vita faccia parte di una storia epica e non solo è importante la parte che deve giocare in questa storia, ma è necessaria.

Le stelle non sono solo una manifestazione della bellezza della natura, sono anche punti di riferimento per orientarsi nello spazio in un viaggio, che può tanto essere un viaggio nel mondo quanto un viaggio dentro se stessi. I punti di riferimento sono belli perché chiariscono la direzione da seguire. Questo fatto da solo può dare la motivazione per impegnarsi a crescere nelle virtù e cambiare le proprie abitudini orientandole verso una crescita. Per sostenere questa battaglia è inoltre importantissimo ricordare e custodire questo messaggio nella memoria. Ritagliarsi uno spazio per il riposo e la contemplazione può essere quindi un passo fondamentale nella crescita di una persona, perché bisogna sempre ricordare il bene e la promessa fatta dall'incontro con il bello, per non scoraggiarsi e deviare verso ciò che è comodo. Uno strumento pratico di contatto con la bellezza che ritengo particolarmente utile in questa fase è proprio la musica, il canto e la poesia. La musica, in particolare la musica classica, e la poesia, hanno la capacità di far ricordare e mettere in contatto a livello emotivo con le intuizioni ricevute attraverso gli strumenti precedenti, possono

consolare nei fallimenti e motivare a rialzarsi e continuare a mettersi in gioco.

Conclusioni

In definitiva emerge la considerazione che la dimensione estetica nella vita di una persona, ed in particolar modo nella vita psicologica, può essere molto importante ed è stata molto sottovalutata. L'obiettivo di una crescita ed educazione estetica è quello di rendere la persona autonoma e capace di distinguere da se quella che è l'esperienza estetica che più è di aiuto in un dato momento della sua vita. Bisogna recuperare una visione dei gusti slegata dalla soggettività e dalla vanità che rendono le persone passive nei confronti delle loro sensazioni ed emozioni. L'educazione estetica può essere vissuta a 360° quando si passa ad un atteggiamento proattivo, ovvero di impegno nell'imparare a scegliere ciò che è giusto in base al momento ed alle circostanze.

Quindi crescere nell'apprezzamento della bellezza nell'arte è una componente importante per la maturazione di una persona e la realizzazione della sua vocazione ed anzi può essere cruciale per favorire anche la crescita in generale nelle virtù in quanto fornisce motivazione e riposo per l'anima e lo spirito che sono fondamentali per dare ad una persona le forze per crescere anche in tutti gli altri ambiti della sua vita. Mi auguro quindi che il ruolo della bellezza sia sempre di più integrato nei percorsi di accompagnamento psicologico e spirituale della persona.

Ci sono molte domande che si aprono alla luce di queste considerazioni sul bello e sull'estetica. Come fare per orientare una persona che non è in grado di vedere i punti di riferimento più alti e belli (le stelle)? Come identificare lo strumento estetico giusto, che sia in grado di incontrare il soggetto lì dove egli si trova e di farlo crescere? Come si mostra il cielo stellato quando c'è tanto inquinamento che impedisce una chiara visione?

Tutte queste domande non hanno risposta semplice ma sicuramente l'inizio di questo viaggio non può prescindere da una dimensione di ascolto che è fondamentale per capire il punto di partenza di una persona. Non ha senso infatti indicare il cielo stellato ad un soggetto che si trova in mezzo alla città e non può vederlo a causa di tutta la luce che c'è, oppure ad un soggetto che sta in una tempesta dove il cielo è coperto da nuvole. È fondamentale quindi acquisire la capacità di fornire alle persone i riferimenti giusti che esse sono in grado di vedere e di cogliere in base alla situazione in cui esse si trovano.

Voglio terminare questa breve discussione con le parole di Don Tonino Bello:

“Oggi, purtroppo, nella deriva dei valori, stanno affondando anche le antiche boe che un tempo offrivano ormeggi stabili alle imbarcazioni in pericolo. Viviamo stagioni crepuscolari. Però, in questa camera oscura della ragione c'è ancora una luce che potrà impressionare la pellicola del buon senso: è la luce della bellezza. La bellezza è il linguaggio universale. Noi vogliamo ringraziare il Signore e vogliamo chiedere che ci riconcili con la bellezza, perché noi non la sappiamo trattare molto. La manipoliamo, oppure, se ci mettiamo le mani sopra, subito la deturpiamo, non sappiamo sostenerla. Noi vogliamo ringraziare il Signore perché ci fa capire che attraverso la bellezza salverà il mondo.”

Bibliografia

1. Cf. Summa Theologiae, I q.5 a.4 ad 1
2. <http://edwardfeser.blogspot.com/2018/10/the-voluntarist-personality.html>
3. Nickerson, R. S. (1998), *Confirmation bias: A ubiquitous phenomenon in many guises*, Review of general psychology, 2(2), 175.
4. PAPA FRANCESCO, *Gaudete et exultate*, p. 51-62
5. Stump, E. (2007), *Beauty as a road to God (Jeffrey Tucker)*, Sacred Music, 134(4), 13-26.
6. Agostino, *Le Confessioni*, 1,1.5
7. Berridge, K. C., Ho, C. Y., Richard, J. M., & DiFeliceantonio, A. G. (2010), *The tempted brain eats: pleasure and desire circuits in obesity and eating disorders*, Brain research, 1350, 43-64.
8. <http://disf.org/bellezza>
9. Ferrari, C., Nadal, M., Schiavi, S., Vecchi, T., Cela-Conde, C. J., & Cattaneo, Z. (2017), *The dorsomedial prefrontal cortex mediates the interaction between moral and aesthetic valuation: a TMS study on the beauty-is-good stereotype*, Social cognitive and affective neuroscience, 12(5), 707-717.
10. [https://it.wikipedia.org/wiki/Trap_\(genere_musicale\)](https://it.wikipedia.org/wiki/Trap_(genere_musicale))
11. Chatterjee, A., & Vartanian, O. (2016), *Neuroscience of aesthetics*, Annals of the New York Academy of Sciences, 1369(1), 172-194.
12. Gv 4, 22-29
13. <https://theimaginativeconservative.org/2018/08/satan-art-darkness-joseph-pearce.html>
14. <http://padridellachiesa.blogspot.com/2014/06/verso-la-domenica-di-tutti-i-santi-con.html>
15. Hollis, J. F., Gullion, C. M., Stevens, V. J., Brantley, P. J., Appel, L. J., Ard, J. D., ... & Laferriere, D. (2008), *Weight loss during the intensive intervention phase of the weight-loss maintenance trial*, American journal of preventive medicine, 35(2), 118-126.
16. C. S. Lewis, *Mere Christianity*.
17. Gen 15, 5-6

Un commento alla superbia

Marilena Crivellaro

Medico

Ho pensato di commentare il vizio della superbia (questione n. 162 nella *Summa Theologiae* di Tommaso d'Aquino) in quanto fu per superbia che i nostri progenitori commisero il primo peccato (questione n. 163), il peccato dell'origine dell'umanità, eredità ancestrale, con la quale ogni uomo, nella sua natura decaduta, in ogni tempo, si deve confrontare.

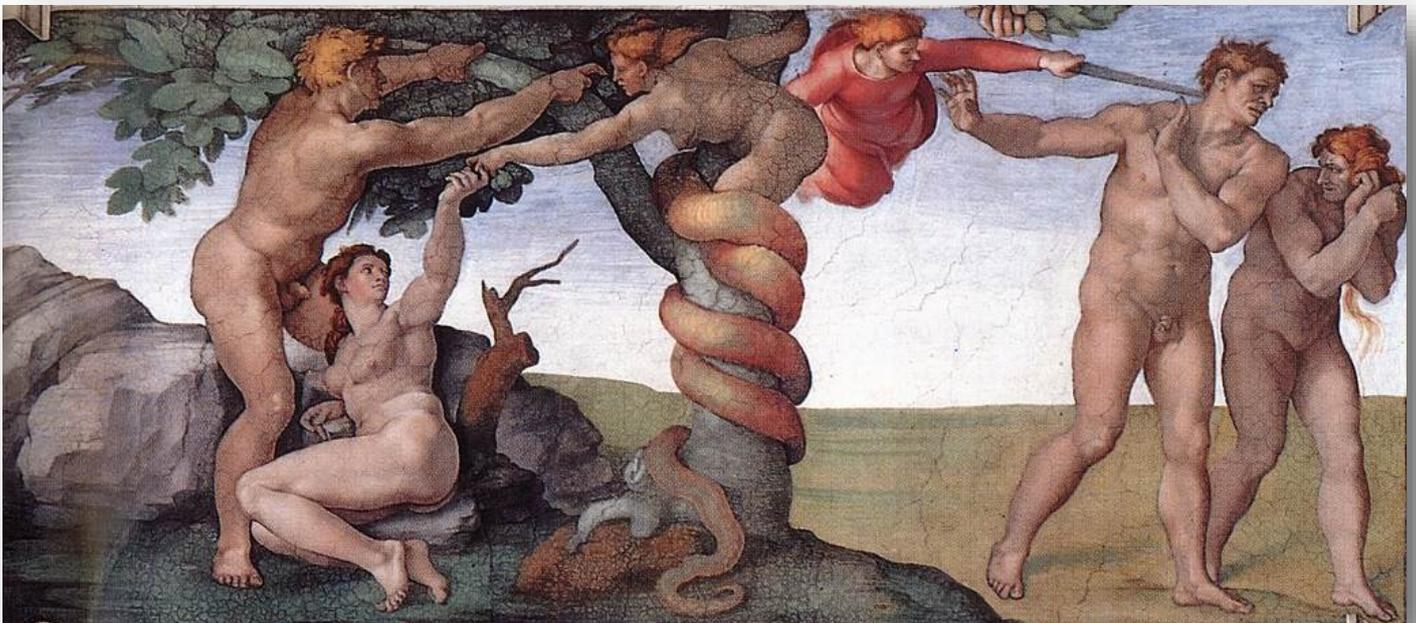
Nel vocabolario Treccani alla voce superbia, tra le altre cose segnalate, trovo particolarmente significativo quanto segue: *"Nella teologia cattolica, uno dei sette peccati capitali, consistente in una considerazione talmente alta di sé stessi da giungere al punto di stimarsi come principio e fine del proprio essere, disconoscendo così la propria natura di creatura di Dio e offendendo quindi il Creatore; in senso meno tecnico, il peccato di chi presume troppo nel potere della sapienza e della ragione umana (la scienza, filosofia, ecc.), implicitamente limitando il valore e la necessità della sapienza divina (la rivelazione, la teologia)"*.

Quindi l'uomo non riconoscendo più Dio Padre, quale Creatore di ogni cosa, pretende la propria autonomia e assume l'insensata presunzione di essere creatore di se stesso e del proprio destino. Come aveva ben compreso S. Agostino nel *De civitate Dei*, la superbia è "allontanarsi da Dio e convertirsi a sé".

Con la profondità che gli è propria, S. Tommaso dice che: *"La superbia è il vizio e il peccato con il quale l'uomo, contro la retta ragione, desidera andare oltre la misura delle sue condizioni"* (S. Th. II-II q. 162 a. 1).

Analizzando questa espressione vediamo il nucleo della superbia. Il superbo, di fatto, crea una sproporzione tra sé e la realtà con la conseguenza che la volontà, principio che guida ogni azione, non è più in grado di giudicare coerentemente la realtà. Il superbo sopravvaluta se stesso senza confrontarsi con la realtà.

La superbia diventa un andare contro la ragione.





Questa è fatta per ricercare la verità e cioè ricercare ciò che è coerente (*"adequatio rei et intellectus"*); con la superbia, invece, la stessa ragione viene offuscata.

S. Tommaso dice inoltre: *"I superbi mentre godono della propria superiorità, trovano fastidio nella superiorità della verità"*. La superbia quindi è un uso scorretto della "ratio". Guardare, al contrario, alla verità crea equilibrio e permette di cogliere non solo la complessità della realtà, ma anche l'ordine intrinseco, orientato al bene e voluto dal Creatore.

Nel primo capitolo della Genesi sta scritto: *"E Dio disse: 'Facciamo l'uomo a nostra immagine, a nostra somiglianza [...] Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò'"*.

Il "logos della natura" dell'uomo è la definizione della natura umana nel progetto divino, come Dio la concepì, cioè la natura umana nella sua qualità di creazione "buona", nella sua relativa (in riferimento al Creatore) perfezione, nella quale è iscritto anche il suo fine, che è Dio stesso (San Massimo il Confessore). Fra tutte le facoltà dell'uomo, orientate verso Dio, al primo posto c'è l'intelletto (*"nous"* in greco), che è orientato naturalmente a cercare Dio, insieme alla ragione, al desiderio e alla volontà. Tutte queste facoltà naturali, se usate e mosse naturalmente, sono in

accordo con Dio e tendono verso Lui, come a Colui nel quale la natura umana troverà il suo compimento. In sintesi la piena soddisfazione del desiderio profondo dell'uomo è il ritorno finale al Suo Principio. Nonostante tutto questo sia presente nell'uomo, il suo compimento dipende dal libero arbitrio della persona. A seconda dunque che una persona, con volontà e libero arbitrio, segua un modo di esistenza conforme al logos della natura verso il suo fine (virtù) oppure se ne discosti per superbia e lo contraddica (vizi), fa esperienza di "benessere" oppure di "malessere", di ordine o di disordine. La disarmonia, che si crea in quest'ultimo caso, si traduce nell'uomo in varie malattie spirituali e nei loro effetti patologici sulla vita psichica e fisica.

Questa visione è in accordo con il pensiero di S. Tommaso, che definisce l'uomo un'unità di anima e corpo; quindi, quando l'uomo non si riconosce nella sua interezza e disconosce la sua natura, inevitabilmente diventa incapace di innalzarsi ad una corretta vita di relazioni e di rispetto dell'ordine cosmico, incorrendo appunto in una serie di "disagi" (mali), che hanno ripercussioni non solo nella sfera spirituale, ma anche in quella psicologica e somatica, individuale e sociale.

Nel percorso esistenziale dell'uomo, comunque, non viene mai a mancare la Provvidenza e la Grazia Divina, che Dio nella Sua Infinità Misericordia

elargisce all'umanità, insieme comunque alla Sua Giustizia.

Ritornando a quanto citato sopra nella Genesi, in generale i Padri della Chiesa pensano che fondamentalmente è in forza della sua anima intellettiva e razionale che l'uomo è a immagine di Dio, oltre che per la sua capacità di autodeterminazione, che s'identifica con la volontà naturale.

La somiglianza con Dio, pur essendo in continuità con l'immagine, è tuttavia di altra natura. Mentre l'immagine è in relazione con la natura, la somiglianza è in relazione con la persona. L'immagine è data all'uomo per natura, la somiglianza non è, al principio, che potenziale e dipende dal libero arbitrio (volontà), con cui la persona sceglie il modo di vivere virtuoso. Quindi la somiglianza con Dio viene raggiunta dall'uomo attraverso uno sforzo ascetico ed un combattimento spirituale, nel quale comunque il Signore dona sempre la Sua Grazia.

Non ci salviamo quindi solo con le nostre forze.

Dopo il peccato originale, nelle sue scelte l'uomo si trova sempre ad un bivio : scegliendo i propri comportamenti conformemente al progetto divino, diventa un uomo virtuoso oppure discostandosene, diventa un uomo vizioso.



Il fine dell'uomo è la felicità, la vita in pienezza; il vizio è mirare alla felicità coltivando una passione, un bene ritenuto tale, salvo alla fine ritrovarsi frustrati, in quanto il particolare, il finito non può appagare la sete d'Infinito, insita nella vera natura dell'uomo. Caratteristica dell'uomo, svincolato dal Suo Creatore, è di aver fatto di un singolo elemento il centro della propria vita, il proprio idolo. La prima conseguenza di tutto questo è la perdita della libertà, in contrasto con quelle che erano le aspettative iniziali.

Tenterò ora d'illustrare le conseguenze non solo in ambito personale, ma anche sociale, che si verificano, quando l'uomo, rinnegando la sua vera natura, si mette al centro dell'universo e diventa l'unico arbitro della sua esistenza e delle sue azioni.

“Rifiutato d'essere costruito in relazione con Dio, divengo Dio a modo mio”.

Nell'attuale società occidentale, in cui la cultura dominante ha eliminato qualsiasi riferimento alla Trascendenza e al fine per cui l'uomo è stato creato, si sono sviluppate innumerevoli idolatrie, che come accennavo sopra, invece che portare l'uomo alla felicità e alla libertà agognate, l'hanno portato alla disperazione e alla prigionia.

Sul piano personale le manifestazioni della superbia si possono identificare principalmente con l'egocentrismo, il narcisismo e, come conseguenza di questi, la depressione.

Mi pare che, in relazione a quanto sopra accennato, la superbia ben si accordi con la definizione di egocentrismo: tendenza a ricondurre al proprio io la realtà nei suoi aspetti gnoseologico-metafisico (solipsismo), psicologico (egotismo), etico (egoismo); l'atteggiamento di chi riferisce tutto al proprio io, prescindendo dall'esistenza di altri punti di vista e riferimento.

Come si diceva la superbia ha radici nel nucleo più profondo della natura dell'uomo, sempre teso alla ricerca e all'affermazione della sua identità e felicità.

L'identità non è qualcosa che si elabora al proprio interno in condizioni d'isolamento, ma è invece qualcosa che ciascuno di noi negozia nel rapporto con gli altri, da cui attende il riconoscimento. Se le condizioni per il riconoscimento del valore di sé sono carenti o inadeguate nasce quella rivendica-

zione che si risolve in vanità, vanagloria, superbia appunto, smodato amore di sé, narcisismo.

Premesso che l'amore per se' stessi e l'indipendenza sono due aspetti fondamentali e psicologicamente basilari per la natura umana nella sua maturità, dobbiamo dire però che solo un sano amore per se' stessi è la condizione per amare l'altro: *"Amerai il prossimo tuo come te stesso"* (Mt 22,39). Se non si ha una sana consapevolezza di se' stessi, non si potrà mai amare nessuno. L'indipendenza è positiva quando è autonomia. L'uomo autonomo è consapevole di non essere l'origine di se stesso, ma di aver ricevuto un dono, dei talenti, che dovrà far fruttificare, uscendo da sé per raggiungere l'altro e così trovare se stesso. *"L'uomo può trovare se stesso solo attraverso il dono sincero di sé"* (Gaudium et spes 24,4).

Secondo Evagrio Pontico la tristezza, annoverata tra i vizi capitali, è collegata alla perdita di qualcosa, al mancato raggiungimento di un obiettivo prefissato, alla frustrazione di un'idea o di un de-



siderio. Questo inevitabilmente accade alla persona egocentrica. La genesi della depressione è quindi, a mio avviso, in parte riconducibile all'egocentrismo. Infatti, né la vera natura dell'uomo né l'armonia del creato, così come volute dal Creatore, possono trovare senso, ragione e soddisfacimento nell'opinione di un uomo singolo, limitato e peraltro decaduto. La tristezza può essere anche un'autocommiserazione che abbiamo imparato da bambini quando le cose non sono andate come desideravamo; invece che capirne il motivo, ci si siamo sentiti una vittima. L'uomo che non riconosce i propri errori, che non impara a crescere dai propri errori e si sente vittima (come spesso accade nel depresso) incorre in un vittimismo pericolosissimo.

Don Fabio Rosini, a tal proposito porta l'esempio di *"Hitler, che, in un periodo di crisi economica, ha convinto i Tedeschi, un popolo di filosofi, di scrittori, di musicisti a sentirsi vittima di una minoranza. La Shoah ha avuto la forza derivante dal vittimismo, coltivato da Hitler, nel popolo tedesco"*.

La tristezza è l'assolutizzazione di uno stato d'animo, che deriva dal culto di una perdita e della "propria chimica ormonale interiore"; la tristezza è meno nobile di un sentimento, in quanto questo è relazionale.

La libertà, l'identità, la felicità si possono trovare, riconoscendoci come creature, iscritte in un progetto d'Amore, che contempla la relazione con Dio, con gli altri uomini, riconosciuti come fratelli e con il creato.

Alle ferite della vita che ci hanno impedito di trovare il riconoscimento alla nostra identità, dovremmo trovare risposta nella consapevolezza di rientrare in questo progetto d'Amore di Dio, che ci ha chiamato all'esistenza. *"Se mi sento amato da Dio, prezioso ai Suoi occhi, se valgo talmente tanto per il cuore di Dio da aver donato il Suo Be-*

ne più prezioso proprio per me, Gesù, non ho più bisogno di dimostrare niente a nessuno, non ho bisogno di cose alte, superiori alle mie forze" (Sal. 131).

Un fenomeno sociale presente ai nostri giorni, legato alla superbia, nella sua accezione principale di autodeterminazione al di fuori della realtà, manifesto già da più decenni, è l'attacco a tutti i livelli delle figure che rappresentano l'autorità, il potere e cioè Dio, i padri, gli insegnanti, l'uomo inteso come genere. Questa situazione, in cui vengono a mancare le figure che danno le regole e le direttive, che nel passato hanno rappresentato i modelli di riferimento delle nuove generazioni, ha portato inevitabilmente, a mio avviso, a derive socio-esistenziali, quale può essere appunto la difficoltà a trovare la propria identità di genere.

Nelle lingue antiche la parola autorità indica la capacità di far crescere la vita degli altri, ma anche la capacità di manifestare una vita che non ci si dà da soli, ma si può soltanto ricevere. Anche Gesù era un Uomo che mostrava di avere autorità, cioè era capace di far crescere gli altri attraverso una vita che Lui aveva ricevuto dal Padre.

Purtroppo nel nostro tempo avvertiamo tutti una certa difficoltà ad ammettere che un'autorità esterna, qualche volta anche estranea al nostro modo di sentire, si possa permettere di giudicare ed orientare i nostri passi. Nel secolo scorso questo modo di ragionare ha dato origine ad ideologie, che influenzano ancora pesantemente la nostra cultura, le quali invece di portare benessere e libertà, hanno tradito ampiamente le attese, facendoci diventare una generazione smarrita e senza radici. Ci atteggiemo a uomini e donne liberi, indipendenti, emancipati, ma in realtà siamo senza bussola, cioè senza veri orientamenti di senso e significato, perplessi, confusi, privi di veri punti di riferimento, radicati nella menzogna.

In mezzo a tutta questa confusione si rileva la diffidenza ad affidarci all'autorità del Padre, per paura di essere messi troppo in discussione. In effetti, quando lasciamo che Dio Padre entri nello spazio della nostra vita non è soltanto per ricevere doni, ma anche per essere "potati" al fine di togliere, di distruggere quella parte di noi individualista, che ci chiude e ci limita, che ci chiude alla relazione e alla crescita, come persona e come collettività.

Accogliere l'autorità di Dio Padre in noi comporta un dolore, perché ci chiede di affrontare il trauma della correzione, l'umiltà di dover imparare da un Altro a maturare il dono della nostra esistenza.

Eppure la nostra libertà si rivela e si manifesta proprio quando riconosciamo l'aiuto di Quel Dio che, dopo averci creato, si è così preso cura di noi da condividere le tenebre della condizione umana per donarci anche la gioia della resurrezione, già da adesso.

In questo allontanarci dal disegno di Dio, come dice S. Tommaso siamo tentati dalla nostra natura, dal mondo e dal Demonio. Scrive don Spezia:

"Il Diavolo ripropone continuamente all'uomo lo stravolgimento del criterio del bene e del male, che Dio ci ha dettato. Dio solo conosce perfettamente ciò che è vero e buono e in forza del suo stesso amore lo propone nei comandamenti. Scriveva San Giovanni Paolo II nell'enciclica Veritatis Splendor: "La legge di Dio non attenua, né tanto meno elimina la libertà dell'uomo, al contrario la garantisce e la promuove" (n.35).

Satana invece induce l'uomo a stabilire che cosa è bene e male. Il Diavolo insinua continuamente

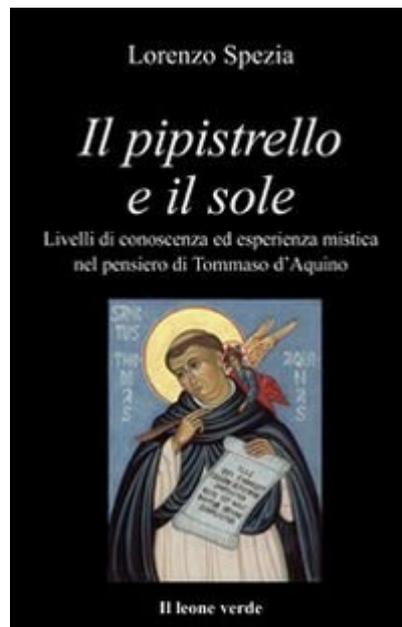
nell'uomo la menzogna, convincendolo che sarà felice solo se si renderà autonomo da Dio. In realtà precipita l'uomo in un abisso orrendo di peccato, di distruzione e di morte."

Per quanto attiene alla tentazione del mondo, quello che vediamo ai nostri giorni è anche il risultato della filosofia moderna, che ha portato ad una rivoluzione antropologica, mettendo al bando la filosofia aristotelico-tomista. Ad un certo punto, qualcuno ha pensato che non deve essere più l'intelletto ad uniformarsi alla realtà, ma la realtà alla mente: merito, se così si può dire, di Fichte e di Hegel, e di tutta la ideosofia, come la

chiamava Maritain, negando all'idealismo la qualifica di filosofia, dato che esso non riconosce le regole universali della filosofia ed in particolare della metafisica. Mettendo al bando tutto il pensiero ontologico precedente, la filosofia moderna identifica l'essere con la cosa pensata dalla mente. La risposta è l'io, o meglio, l'atto del pensare. Il pensiero è l'essere e l'essere è la manifestazione del pensiero. Allora non è più l'essere che genera il pensiero, ma il pensiero che dà origine all'essere: menzogna suprema

eretta a speculazione razionale e spacciata per immenso progresso del pensiero stesso. Il principio è che il pensiero crea il reale. Tutto questo ha portato ad una "pseudo-democrazia" in cui la verità è parcellizzata all'interesse del singolo, anche con la creazione di una neo-lingua, che ingloba tutto e tutti nel politicamente corretto ("politically correct"), con il risultato di scollegare la parola dal significato autentico della realtà.

Quanto sopra descritto era stato già evidenziato e preconizzato da due grandi Papi, Giovanni Paolo II e Benedetto XVI. In particolare Benedetto XVI



nel discorso ai membri della commissione teologica internazionale il 5 ottobre del 2007, richiamava il Catechismo della Chiesa Cattolica, nel quale è riassunto il contenuto centrale della legge naturale, rilevando che essa *“indica le norme prime ed essenziali che regolano la vita morale”*. Evidenziava altresì che il perno è *“l’aspirazione e la sottomissione a Dio, fonte e giudice di ogni bene, e anche il senso dell’altro come uguale a se stesso. Nei suoi precetti principali essa è esposta nel Decalogo”*. Continuava inoltre che sotto l’influsso di fattori culturali e ideologici si era persa l’evidenza originaria dei fondamenti dell’essere umano e del suo agire etico, con concezioni che negano la legge naturale, per cui la società o la maggioranza dei cittadini diventa la fonte ultima della legge civile. Per cui lo scopo non è la ricerca del bene, ma quella del potere, o piuttosto dell’equilibrio dei poteri. Alla radice di questa tendenza vi è il relativismo etico, secondo alcuni una delle condizioni principali della democrazia, in quanto garantirebbe la tolleranza e il rispetto reciproco delle persone. Ma obietta giustamente Benedetto XVI : *“Ma se fosse così, la maggioranza di un momento diventerebbe l’ultima fonte del diritto. La storia dimostra con grande chiarezza che le maggioranze possono sbagliare. La vera razionalità non è garantita dal consenso di un gran numero di persone, ma solo dalla trasparenza della ragione umana alla Ragione creatrice e dall’ascolto comune di questa Fonte della nostra razionalità”*. L’attuale società è ancora pienamente in preda a questa ideologia, che come vediamo, determina smarrimento e confusione.

Si può considerare il relativismo etico come il ri-

sultato di una concezione illuministica della vita, che nonostante il progresso della scienza, della tecnica e della crescita economica, non ha garantito all’uomo il compimento delle sue speranze di libertà e di felicità, ma anzi lo ha reso confuso e disorientato. Gli effetti negativi del relativismo etico intaccano i pilastri stessi su cui poggiano il bene comune e la convivenza civile: la dignità della persona, la difesa della vita, la famiglia. Come vediamo e come già avevo accennato, si è arrivati a relativizzare perfino il concetto di uomo e di donna, nel tentativo di “cancellare le loro differenze, considerate come semplici effetti di un

condizionamento storico-culturale”. Secondo questo orientamento antropologico, ogni persona dovrebbe o potrebbe modellarsi a suo piacimento, scegliendo di volta in volta il genere (Gender) che l’individuo sente proprio, indipendentemente dalla sua vera natura biologica (sessualità polimorfa).

L’antidoto alla superbia è la virtù dell’umiltà. Il massimo esempio umano di questa virtù è dato dalla Madonna, che con il Suo “Fiat”, “SIA FATTA LA VOLONTÀ’

DEL PADRE” ha dato pieno compimento a se stessa ed ha permesso così la redenzione dell’umanità.

Nel “Trattato della vera devozione a Maria” di Luigi Maria Grignion de Monfort, al punto 53 si dice: *“Ciò che Lucifero ha perduto per orgoglio, Maria l’ha conquistato con l’umiltà; ciò che Eva ha rovinato e perduto con la disobbedienza, Maria l’ha salvato con l’obbedienza. Eva, obbedendo al serpente, ha mandato in rovina se stessa e tutti i suoi figli, lasciandoli in potere di quello; Maria, rendendosi perfettamente fedele a Dio, ha salva-*



to se stessa e tutti i suoi figli e servi, e li ha consacrati alla Sua Maestà”.

Secondo il Monfort, percorrendo la via di Maria, cioè la via del totale abbandono alla volontà di Dio, e consacrandoci al Suo Cuore Immacolato, siamo sicuri di percorrere la giusta via per la piena realizzazione di noi stessi e per la nostra salvezza. Per il Monfort, addirittura, la via di Maria è la via facile, breve, perfetta e sicura per giungere all'unione con Nostro Signore.

Bibliografia

Benedetto XVI, *Discorso ai Membri della Commissione Teologica Internazionale*, 5 Ottobre 2007.

Luigi Maria Grignion de Monfort, *Trattato della vera devozione a Maria*, Edizioni Città Nuova 2000.

Jean-Claude Larchet, *L'inconscio Spirituale Ma-*

lattie psichiche e malattie spirituali, Ed. S. Paolo , Cinisello Balsamo 2006.

Roberto Marchesini, *La psicologia e San Tommaso d'Aquino*, D'Ettores Editori, Crotona 2013.

Lorenzo Spezia, *Il pipistrello e il sole*, Editore Il leone verde, 2008.

Paolo Squizzato, *L'inganno delle illusioni - I sette vizi capitali tra spiritualità e psicologia*, Effatà 2010.

Tommaso d'Aquino, *Somma teologica*, ESD, Bologna 2014.

Da Youtube “Catechesi sui vizi capitali” di Don Fabio Rosini.

Da Youtube “Omellerie e Catechesi varie” di Padre Marco Ivan Rupnik Direttore del Centro Aletti Roma e collaboratori.



Vanagloria ed orgoglio

Alberto Ronzani

Neuropsichiatra

1. Due passioni alla ricerca della gloria

- La vanagloria: davanti agli altri
- L'orgoglio: davanti a Dio

La vanagloria (*kenodoxia*, "gloria vuota") consiste in una pretesa e illusoria superiorità rispetto agli altri e nella volontà di farla conoscere, di esibirla, di ostentarla. Già il Qohelet ("vanità delle vanità - dice Qohelet - tutto è vanità") metteva in guardia da quelle realtà che sembrano offrire occasione di prestigio e di superiorità ma che più di altre manifestano la fragilità e il vuoto della vita di chi si affida a loro: il successo, la ricchezza, i piaceri, il potere, la giovinezza.

La figura tipica del vanaglorioso può essere individuata nel personaggio evangelico del fariseo in cui si mescolano vanità e orgoglio, ipocrisia e virtù, bisogno di considerazione e pretesa di giustizia, esibizione di sé e delle proprie qualità (senza riconoscerne la natura di dono ricevuto da Dio).

- La vanagloria si compiace di ogni umana attività
- Si rivela come forza autodistruttiva perché man mano che si costruisce la propria vita sull'illusione di una gloria puramente umana, sempre di più si distrugge ciò che può veramente dare solidità alla propria vita.

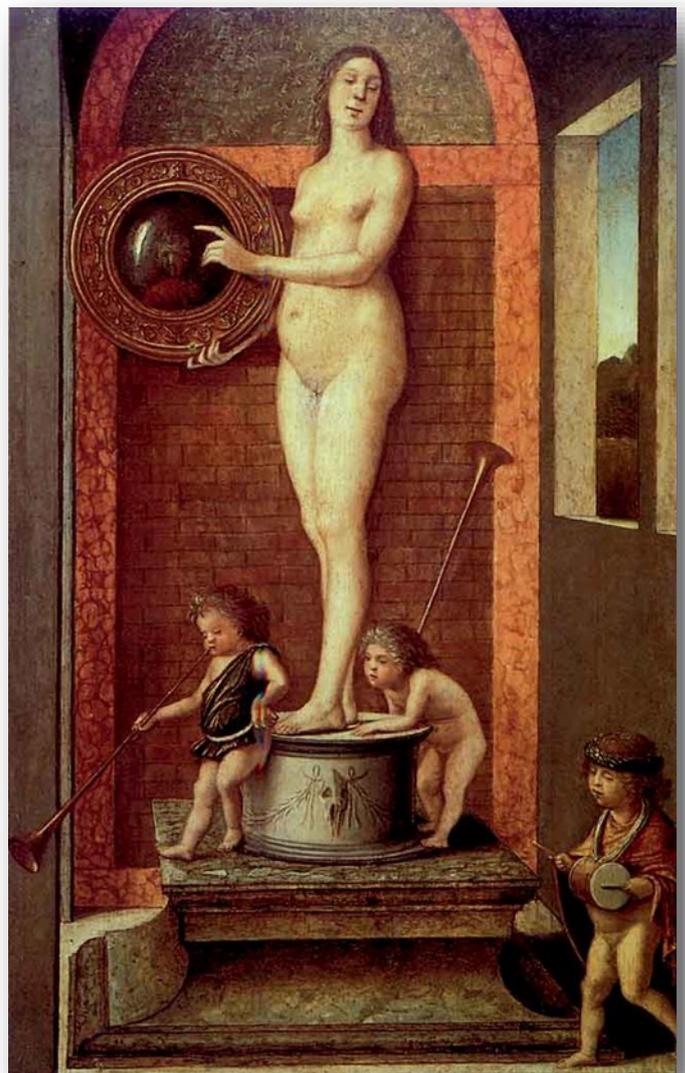
L'orgoglio: al di sopra degli altri, come Dio

- Figura esemplare: Lucifero
- Luogo simbolico: Babilonia

Evagrio Pontico: *"Il demone dell'orgoglio è per l'anima il fautore della caduta più grave. La con-*

vince a non confessare Dio come aiuto ma a ritenere di esser lei stessa come la causa delle sue buone azioni, dandosi arie nei confronti dei fratelli...".

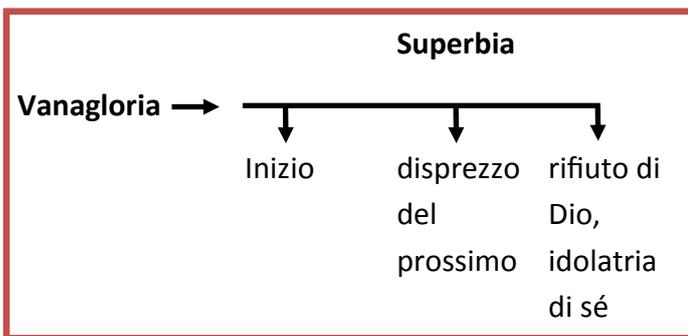
Giovanni Climaco: *"L'inizio della superbia è il culmine della vanagloria; il suo grado intermedio è il disprezzo del prossimo, la spudorata esibizione delle proprie fatiche, l'intimo compiacimento delle lodi e l'odio dei rimproveri; il suo culmine è il rifiuto dell'aiuto di Dio e l'esaltazione dei propri sforzi,*



Giovanni Bellini (1490 circa) *Verità o vanagloria*

che è un comportamento diabolico.

Di conseguenza secondo gli autori monastici e i padri, questa passione è quella che maggiormente opera il pervertimento della natura dell'uomo: capovolgendone l'immagine lo assimila a demoni.



- La superbia ha la capacità di trasformare la stessa virtù in vizio.

2. Le insidie della vanagloria e dell'orgoglio

- Prediligono coloro che camminano in alto, coloro che sopravanzano gli altri, persone che hanno raggiunto qualche perfezione e ne sono consapevoli;
- Tra vanagloria e orgoglio vi è uguaglianza e diversità. Ambedue cercano la gloria, ma la vanagloria ambisce ad una gloria falsa perché proviene dagli uomini mentre l'orgoglio usurpa una gloria autentica che appartiene a Dio solo. Nella prima emerge più che altro una stupidità, nell'altra l'empietà (entrambe derivanti dalla *philautia*);
- L'orgoglio lo si riconosce dal fatto che ci fa dimenticare il "non nobis domine, sed nomine tuo da gloriam" (Sal 113,5), conduce all'empietà e all'ateismo, come autore di tutti i beni visibili e invisibili.

Il sottile gioco della vanagloria: nascondersi e apparire

- Carattere multiforme e insidioso della vanagloria ("camaleonte")
- Carattere ostensivo della vanagloria (è rivol-

ta all'esteriorità, è alla ricerca di uno sguardo esterno)

- Carattere illusorio: la vanagloria può solo ostentare una gloria vana:
 - Inconsistente e falsa (come quando uno si gloria di un bene che non ha)
 - Instabile e mutevole (si vanta di beni transeunti)

Inadeguata al fine debito (il desiderio di eccellenza non rimanda alla gloria di Dio):

- cercando il protagonismo dell'uomo ne favorisce uno sfrenato attivismo
- apparire davanti agli altri ed essere apprezzati dagli altri porta il vanaglorioso a diventare come gli altri lo vogliono
- solo la vigilanza sui pensieri che entrano nel cuore può smascherare il pensiero della vanagloria e renderci liberi: le nostre azioni esterne e interiori sono fatte per Dio e per il bene dell'anima?

Lo sguardo dell'orgoglio: dall'alto verso il basso

- questa passione è il vizio che brama le altezze, è il peccato "verso l'alto"
- il movimento che soggiace alla logica dell'orgoglio può essere espresso dalle parole con cui si chiude la parabola del fariseo e del pubblicano: "chiunque si esalta sarà umiliato, chi invece si umilia sarà esaltato"
- questo movimento dell'orgoglio coinvolge due relazioni:

quella con Dio: rifiuto della signoria di Dio a pretesa di sostituirsi a Lui (ecco perché i padri della Chiesa e gli autori monastici lo considerano la perversione più grave dell'identità dell'uomo: da essere ad immagine e somiglianza di Dio, l'uomo diventa immagine dell'anti-dio).

quella con gli altri: chi si crede dio guarda gli altri dall'alto al basso, si crede superiore agli altri, li disprezza, li usa, li tratta con arroganza, tende a dominarli o, più sottilmente, a dimostrarsi un loro benefattore, concedendo i doni che solo lui possiede.

- tipico dell'orgoglioso il bisogno di misurarsi con l'altro per affermare la propria eccellenza rispetto a lui e così rendersi diverso, superiore
- l'orgoglio rende colui che ne è colpito cieco ai propri difetti, gli fa rifiutare a priori ogni critica e odiare ogni rimprovero e correzione. tale passione si rivela anche in una certa aggressività e nel desiderio di oltraggiare il prossimo e la facilità di farlo (J.C. Larchet).

“Camminare umilmente con il tuo Dio” (Mi 6,8)

Dalla verità di sé all'umiltà

- come giungere alla verità di sé? Mc 10, 42-45 “...chi vuol diventare grande tra voi sia vostro servitore e chi vuol essere il primo sia lo schiavo di tutti: anche il Figlio dell'uomo non è venuto per farsi servire ma per servire...”
- l'umiltà – la radice dell'umiltà, dice S. Tommaso d'Aquino, sta in questo: che l'uomo tema il Signore e sia memore di tutte le cose che ha ricevuto da Lui

l'umiltà ha la sua radice nella struttura stessa dell'uomo, nella sua creaturalità: come l'orgoglio è la passione dell'essere, l'umiltà è allora la verità dell'essere, è l'obbedienza alla propria identità più profonda (cfr. il Magnificat).

San Tommaso

San Tommaso ha fornito un'ampia e approfondita sistematizzazione dei vizi capitali: il vizio, secondo San Tommaso, si riferisce all'abito, alla disposizione ad agire disordinatamente e contro alla virtù,

è un “male dell'anima”, è un prescindere dalla ragione.

S. Tommaso parla dell'ordine dell'amore (*ordo amoris*) come l'ordine etico.

Il vizio, al contrario, è l'amore di qualsiasi bene particolare che, perciò, conduce all'infelicità perché contrario alla natura umana.

Anche per S. Tommaso la superbia ha a che vedere con la vanagloria (amore per la gloria mondana) perché si tende a considerarsi superiore a ciò che si è.

La superbia secondo S. Tommaso si manifesta in tre ambiti:

- Superbia personale

La presuntuosa affermazione di sé, secondo un proprio criterio. (Si manifesta in un atteggiamento di superbia e boria)

- Superbia nei confronti degli altri

Si manifesta con arroganza e disprezzo degli altri, pretesa di dominarli e di asservirli al proprio volere, ingratitudine, disobbedienza, ira quando viene contraddetto, non riconoscimento dei propri errori...

- Superbia nei confronti di Dio

Il non riconoscimento della propria finitezza tende ad eclissare Dio dalla propria vita e a favorire l'ateismo. L'avversione a Dio provocata da questo difetto è più radicale di quella provocata dagli altri vizi: in quelli ci si separa da Dio per debolezza o ignoranza, mentre in questo caso il rifiuto si verifica per il fatto che non si vogliono accettare né Lui né i Suoi comandamenti; detto in altri termini, gli altri vizi fuggono da Dio, la superbia Lo affronta.

Bibliografia

Adalberto Piovano, *Vanità e orgoglio*, San Paolo.

Alcune riflessioni etico-mediche relative al piccolo

Charlie Gard

MariaLuisa Nurra

Psichiatra

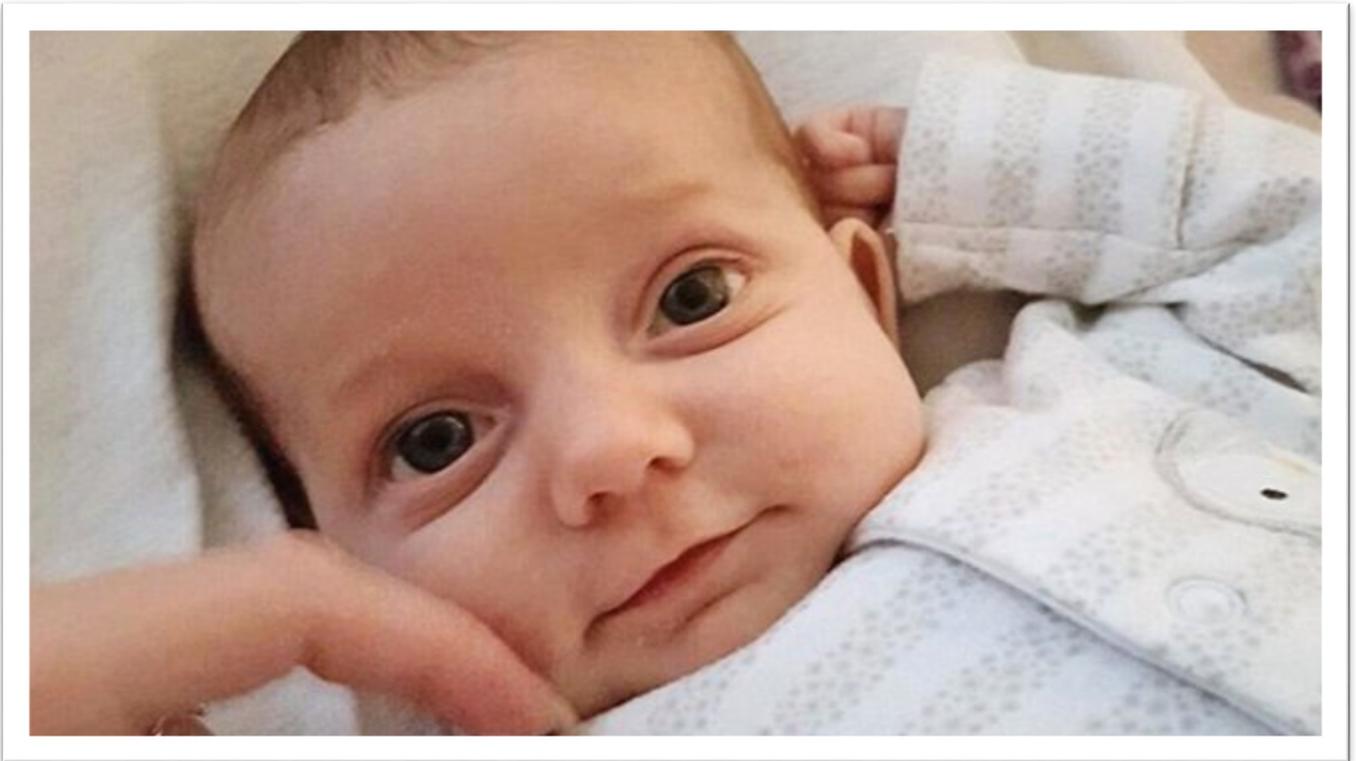
In questo scritto viene preso in considerazione il caso del bambino inglese Charlie Gard. Alcuni medici hanno trovato corretta la modalità operativa dei colleghi britannici che hanno lavorato attivamente per favorire il decesso del piccolo gravemente malato. Si riportano qui le motivazioni di un dissenso, prendendo in considerazione anche la quaestio 18 della I-II della *Summa Theologiae* di San Tommaso d'Aquino che passa in rassegna le azioni volontarie.

Questo elaborato si poggia sul convincimento che la vita ha un inizio e una fine naturale su cui non si può comandare e sulla considerazione che, come spiega San Tommaso, la posizione della morale è fondata sulla ragione umana.

Di seguito, dunque, delle riflessioni in cui si cerca di dare alcune motivazioni, dalle quali si potrebbe prendere spunto anche per un supporto psicoterapico, per il quale si crede che l'aggancio alla realtà e alla ragione debbano essere sempre in primo piano.

Se si prende in considerazione la storia del bambino inglese Charlie Gard, ricoverato al Great Ormond Street Hospital di Londra fino al luglio 2017 per una malattia mitocondriale cronica inguaribile, e privato dei supporti vitali dai medici che lo stavano assistendo e curando, fino a provocarne il decesso, viene spontanea una semplicissima considerazione tecnica: e cioè, che se si pratica un certo tipo di azione medica (buona, diciamo





così) per tenere in vita qualcuno, poi è impossibile tornare indietro senza importanti conseguenze pratiche e morali. Sarebbe come se si volesse annullare quell'azione positiva, poiché per annullarla dovremmo praticare un'alta azione medica, una sorta di controazione, che ha questa volta una connotazione negativa, visto che tende a togliere ciò che prima ha dato.

Quando, perciò, si pensa di sospendere la ventilazione a qualcuno, non si può mai far finta di non avergliela prima concessa. Questo fatto trasforma la condizione del paziente che si ha davanti e cambia le carte in gioco. Da quel momento la persona è una persona che respira, seppur artificialmente, e se si decidesse di sospendere la ventilazione questo equivarrebbe alla sua condanna a morte, agendo sul soggetto con un atto eutanasi-

co. Il ragionamento che si dovrebbe fare, dunque, non deve focalizzarsi e seguire solo la linea della malattia di base, che essendo degenerativa e' destinata a far morire, ma deve prendere in considerazione anche la linea dell'atto medico messo

in campo per la gestione della patologia.

Qualsiasi atto umano, anche dunque un atto medico, spiega San Tommaso, è costituito da quattro elementi che ne definiscono la bontà (q.18, a.4). Tali fattori sono rappresentati dall'azione in se' stessa, in quanto realtà e che rappresenta la bontà generica di un atto. Poi c'è l'oggetto che specifica l'atto, cioè la materia intorno alla quale si agisce; si parla qui di bontà specifica. Ancora, il fine che porta nell'atto un ordine di dipendenza, e si parla perciò di bontà causale. Infine, le circostanze, che sono accidenti dell'atto e completano la sostanza, e si parla in questo caso di bontà accidentale.

Solamente quando tutti e quattro gli elementi sono buoni anche l'azione sarà buona. Basta però che uno solo dei quattro elementi sia cattivo per avere un atto cattivo. Dice, infatti, San Tommaso (q.18, a.4) che nulla impedisce che un atto possa avere una delle bontà enumerate e mancare delle altre. Però l'azione non è buona se non vi concorrono tutti i tipi di bontà, poiché come insegna Dionigi [De div. nom. 4] *"qualsiasi difetto partico-*

lare causa il male, mentre il bene risulta dall'integrità delle sue cause".

Seguendo San Tommaso, va preso in considerazione l'atto e i suoi fattori costitutivi. E nel caso specifico del bambino inglese, siamo davanti ad un agito medico destinato a far morire un bambino gravemente ammalato, senza possibilità concrete di cura, per evitargli il prolungarsi delle sofferenze.

Uccidere un bambino ammalato, sebbene con un fine compassionevole, è quanto di più lontano possa esserci rispetto ad un logico utilizzo della ragione umana. In particolare nell'epoca attuale, in cui il progresso scientifico concede innumerevoli soluzioni per lenire il dolore fisico.

L'oggetto, rappresentato dall'uccidere, è grave; l'azione (privazione dei supporti vitali con sospensione primariamente della ventilazione assistita) ri-

sulta negativa, sebbene compiuta con una finalità che potrebbe apparire positiva (cioè porre termine alle sofferenze); ancor più, se compiuta in circostanze in cui era possibile ridurre le sofferenze del bambino cercando vie diverse rispetto a quella definitiva rappresentata dalla morte del piccolo paziente, nonostante l'inguaribilità e la cronicità della patologia. E considerata, inoltre, la volontà e disponibilità dei genitori per accudirlo e assisterlo fino alla fine naturale della malattia.

L'analisi di un tale operato non supererebbe la prova della ragionevolezza.

Ancora più semplice, infatti, intuire la connotazione di una tale condotta, se si pensa che la posizio-

ne della morale, come spiega San Tommaso, è fondata sulla ragione umana. Dice San Tommaso (q.18, a.10): *"Noi chiamiamo cattivo in senso generale tutto ciò che ripugna alla retta ragione. E in questo senso ogni atto individuale è o buono o cattivo, come si è spiegato".*

Ed un tale atto va palesemente contro la ragione umana e il semplice buon senso, oltre che contro le leggi degli stati, che finora gli uomini hanno messo in opera.

Aiuterebbe a spiegare meglio un tale punto di vista anche provare a dare una risposta a questa domanda: Perché un ventilatore quando è un mezzo sproporzionato, doloroso, con effetti collaterali dannosi e del tutto inutile al fine della guarigione non può essere sospeso? Sarebbe come fare un massaggio cardiaco ad un malato di cancro. Non si tratta cioè di un accanimento terapeutico?



La risposta è negativa. E lo si potrebbe spiegare in questi termini.

Il ventilatore non è un mezzo sproporzionato ne' straordinario per la situazione perché nasce proprio per supportare la respirazione nei casi in cui questa sia compromessa, e assolve, in questo caso, al suo compito al 100%. È stato cioè ideato per questo. Permettere ad un paziente di poter respirare, è semplicemente fargli fare ciò che ogni uomo fisiologicamente compie per vivere, non è accanirsi dal punto di vista terapeutico. Per questo la ventilazione invasiva può diventare una terapia della fase cronica, e non solo di quella acuta. Il ventilatore non aveva giustamente il compito di guarire Charlie dalla sua malattia in-

guaribile. E infatti non lo faceva; ma aveva il compito di non farlo morire di asfissia. Questo è il fine del suo utilizzo. Non è sproporzionato neppure per i disagi che provoca, rispetto ai quali, in ogni caso, la vita ha un valore enormemente superiore, e per tutelare tale valore i disagi possono e devono essere superati con una palliazione adeguata, in attesa di una morte naturale. Le conoscenze mediche oggi sono abbondantemente in grado di garantirlo.

I genitori di Charlie, inoltre, hanno più volte affermato che il bimbo da sedato non soffriva, e così pure ha dichiarato il personale sanitario del GOSH, e così è sembrato anche a chi l'ha visto in tante immagini con un bel viso sereno.

Infine, un massaggio cardiaco ad un malato di cancro in stadio terminale (in altri casi la situazione cambierebbe) non dovrebbe farsi, perché il paziente è terminale e significherebbe opporsi con forza ad una fine sopraggiunta naturalmente. Si dovrebbe seguire invece, l'evoluzione naturale della malattia, della quale l'arresto cardiaco probabilmente rappresenta la fine naturale.

Il problema morale nasce, però, quando il paziente non è terminale ma è semplicemente inguaribile, cronico, come Charlie, e si praticano certe azioni mediche dalle quali poi si vorrebbe tornare indietro. In quel momento esatto, compiendo un certo atto, si decide se quel paziente deve morire. La sua vita ha fine ad opera di un dato intervento (azione moralmente negativa). Se prima di un tale intervento erano l'insufficienza respiratoria o l'arresto cardiaco a provocarne la morte naturale, dopo aver messo un supporto ventilatorio, invece, si decreta la morte nella circostanza in cui

si elimina il supporto che prima si era offerto.

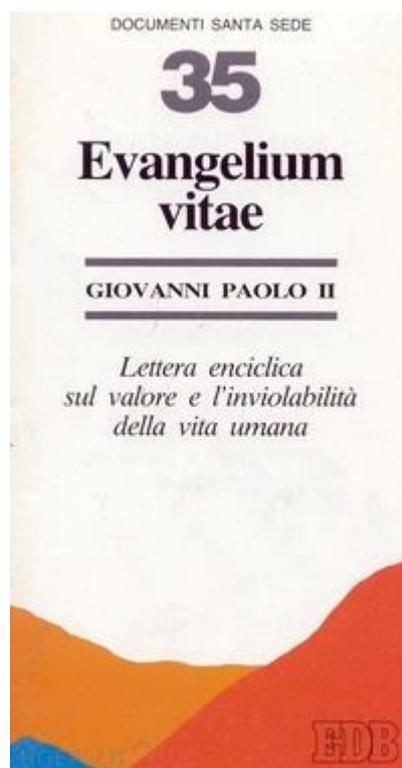
Come si diceva, bisognerebbe seguire il filo rosso delle azioni, oltre che concentrarsi solo sull'evoluzione degenerativa della malattia, destinata a non far sopravvivere, e non, piuttosto, far leva su questo aspetto per giustificare la sospensione dei supporti vitali di base.

Per quanto riguarda il dolore, la sofferenza e l'eutanasia, ha avuto parole luminose San Giovanni Paolo II, che nell'enciclica *Evangelium Vitae*, ai punti 64-65-66 scioglie molti aspetti critici, dando la chiave per accedere a tante problematiche riguardo a questo tema. Si riportano di seguito alcune sue parole:

EV 64: *“Quando prevale la tendenza ad apprezzare la vita solo nella misura in cui porta piacere e benessere, la sofferenza appare come uno scacco insopportabile, di cui occorre liberarsi ad ogni costo. La morte, considerata «assurda» se interrompe improvvisamente una vita ancora aperta a un futuro ricco di possibili esperienze interessanti, diventa invece una «liberazione rivendicata»*

quando l'esistenza è ritenuta ormai priva di senso perché immersa nel dolore e inesorabilmente votata ad un'ulteriore più acuta sofferenza.

Inoltre, rifiutando o dimenticando il suo fondamentale rapporto con Dio, l'uomo pensa di essere criterio e norma a se stesso e ritiene di avere il diritto di chiedere anche alla società di garantirgli possibilità e modi di decidere della propria vita in piena e totale autonomia. È, in particolare, l'uomo che vive nei Paesi sviluppati a comportarsi così: egli si sente spinto a ciò anche dai continui progressi della medicina e dalle sue tecniche sempre più avanzate.



In un tale contesto si fa sempre più forte la tentazione dell'eutanasia, cioè di impadronirsi della morte, procurandola in anticipo e ponendo così fine «dolcemente» alla vita propria o altrui. In realtà, ciò che potrebbe sembrare logico e umano, visto in profondità si presenta assurdo e disumano. Siamo qui di fronte a uno dei sintomi più allarmanti della «cultura di morte»».

EV 65. *“Per un corretto giudizio morale sull'eutanasia, occorre innanzitutto chiaramente definirla. Per eutanasia in senso vero e proprio si deve intendere un'azione o un'omissione che di natura sua e nelle intenzioni procura la morte, allo scopo di eliminare ogni dolore. «L'eutanasia si situa, dunque, al livello delle intenzioni e dei metodi usati».*

Da essa va distinta la decisione di rinunciare al cosiddetto «accanimento terapeutico», ossia a certi interventi medici non più adeguati alla reale situazione del malato, perché ormai sproporzionati ai risultati che si potrebbero sperare o anche perché troppo gravosi per lui e per la sua famiglia. In queste situazioni, quando la morte si preannuncia imminente e inevitabile, si può in coscienza «rinunciare a trattamenti che procurerebbero soltanto un prolungamento precario e penoso della vita, senza tuttavia interrompere le cure normali dovute all'ammalato in simili casi»».

Nel caso di Charlie non si è trattato di accanimento terapeutico perché la ventilazione non è sproporzionata per definizione, date le sue caratteristiche intrinseche. È importante sottolineare, anche, la raccomandazione di non interrompere le "cure normali" dovute all'ammalato, come appunto la nutrizione, l'idratazione, la ventilazione, la palliazione etc. Normali perché necessità vitali e non straordinarie per ogni essere umano. Non

si vedono differenze tra il bisogno di respirare di ciascuno e quello di Charlie. E così pure tra il bisogno di nutrirsi e idratarsi di ciascuno e il suo. Mentre straordinario e sproporzionato per Charlie sarebbe potuto essere un intervento cardiocirurgico oppure neurochirurgico o cose simili. Interventi cioè gravosi e onerosi. Difficili da affrontare per il corpo provato e indebolito di Charlie. Interventi che non avrebbero dato alcuna ragionevole garanzia e avrebbero causato importanti rischi e disagi.

Continua ancora Papa GII con un pensiero che indirettamente chiarisce, qualora vi fossero dubbi, anche il precedente discorso.

"Nella medicina moderna vanno acquistando rilievo particolare le cosiddette «cure palliative», destinate a rendere più sopportabile la sofferenza nella fase finale della malattia e ad assicurare al tempo stesso al



paziente un adeguato accompagnamento umano. In questo contesto sorge, tra gli altri, il problema della liceità del ricorso ai diversi tipi di analgesici e sedativi per sollevare il malato dal dolore, quando ciò comporta il rischio di abbreviargli la vita".

Qui viene spiegato come anche solo l'utilizzo di cure palliative sia potenzialmente controverso, per il rischio di abbreviare una vita. Tuttavia, quando la morte, con l'utilizzo di tali farmaci non è "voluta o ricercata" ma solo conseguente all'obiettivo primario del loro impiego, che è sedare e lenire il dolore, allora è ritenuto lecito il loro uso. Mentre, di contro, non è lecito sollevare dal dolore, ricercando la morte.

Ancora: EV 66: *"Condividere l'intenzione suicida di un altro e aiutarlo a realizzarla mediante il cosiddetto «suicidio assistito» significa farsi collaboratori, e qualche volta attori in prima persona, di un'ingiustizia, che non può mai essere giustificata, neppure quando fosse richiesta. «Non è mai lecito — scrive con sorprendente attualità sant'Agostino — uccidere un altro: anche se lui lo volesse, anzi se lo chiedesse perché, sospeso tra la vita e la morte, supplica di essere aiu-*

tato a liberare l'anima che lotta contro i legami del corpo e desidera distaccarsene; non è lecito neppure quando il malato non fosse più in grado di vivere». Anche se non motivata dal rifiuto egoistico di farsi carico dell'esistenza di chi soffre, l'eutanasia deve dirsi una falsa pietà, anzi una preoccupante «perversione» di essa: la vera «compassione», infatti, rende solidale col dolore altrui, non sopprime colui del quale non si può sopportare la sofferenza. E tanto più perverso appare il gesto dell'eutanasia se viene compiuto da coloro che — come i parenti — dovrebbero assistere con pazienza e con amore il loro congiunto o da quanti — come i medici —, per la loro specifica professione, dovrebbero curare il malato anche nelle condizioni terminali più penose.

La scelta dell'eutanasia diventa più grave quando si configura come un omicidio che gli altri praticano su una persona che non l'ha richiesta in nessun modo e che non ha mai dato ad essa alcun consenso. Si raggiunge poi il colmo dell'arbitrio e dell'ingiustizia quando alcuni, medici o legislatori, si arrogano il potere di decidere chi debba vi-



vere e chi debba morire. Si ripropone così la tentazione dell'Eden: diventare come Dio «conoscendo il bene e il male» (cf. Gn 3, 5). Ma Dio solo ha il potere di far morire e di far vivere: «Sono io che do la morte e faccio vivere» (Dt 32, 39; cf. 2 Re 5, 7; 1 Sam 2, 6). Egli attua il suo potere sempre e solo secondo un disegno di sapienza e di amore. Quando l'uomo usurpa tale potere, soggiogato da una logica di stoltezza e di egoismo, inevitabilmente lo usa per l'ingiustizia e per la morte.»

Queste, dunque, le parole sapientissime di Papa Giovanni Paolo II.

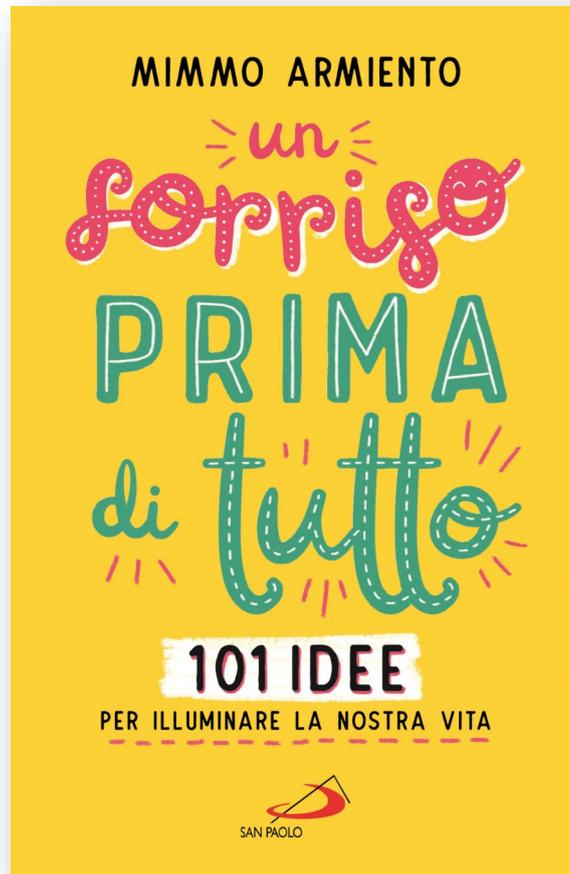
Infine, un'ultima riflessione. I casi come quello del bimbo inglese pongono delle domande che interrogano sulla formazione ricevuta dai medici fin dai loro primi anni di studio. È noto come possano inconsciamente condizionare alcune modalità operative vigenti in certe scuole di specializzazione, che privano subdolamente della libertà di scelta, costringendo al compromesso per preservare il consenso in questi contesti lavorativi, in cui

le azioni moralmente più discutibili vengono compiute spesso con normalità. E questo viene fatto con consuetudine, proprio perché oggi l'obiettivo di alcuni specialisti non è più quello di salvare le persone e curarle, ma a volte solo quello di portare avanti loro stessi, le loro idee (o ideologie), di integrarsi rispetto al comune sentire di altri colleghi, fare carriera senza porsi troppe domande, non ultimo avere un guadagno economico più facile e immediato. Tutto ciò viene anche insegnato e tramandato ai colleghi in formazione.

Non ci si stanca però di augurarsi che i medici più giovani, possano andare avanti nella loro esperienza lavorativa con un surplus di forza, mirando all'inusuale, e non lasciandosi mai trasportare in situazioni poco limpide, per giustificare le quali a volte viene naturale e spontaneo cercare false giustificazioni, che rassicurino o disculpino. Ma si spera che, invece, con coraggio e determinazione scelgano sempre la strada della ragione e della verità, la sola che libera e guarisce se stessi e gli altri con modalità nuova e risolutiva.



Segnalazioni



Il secondo congresso del Laboratorio è stato molto molto bello.
Nel prossimo numero gli atti! E le novità...

Finalmente! È nata...



L'Associazione

di **Psicoterapia**



Cattolica !!!



A breve
ulteriori
news...

