

PSICOLOGIA BIBLICA • IL PERCORSO INTERIORE

La volontà creativa L'autorealizzazione è imperniata sulla volontà

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

“Dal momento che l'esisto di una volontà vincente è la soddisfazione dei propri bisogni, un atto di volontà può essere considerato essenzialmente gioioso. La realizzazione ... di essere un sé ... dà un senso di libertà, di potere, di dominio, che è profondamente gioioso”.

Roberto Assagioli

“Abimelec si alzò di mattina presto” (*Gn 20:8*). “Mosè alzò la mano, percosse la roccia con il suo bastone due volte” (*Nm 20:11*). “[Abimelec] tagliò un ramo d'albero, lo sollevò e se lo mise sulla spalla” (*Gdc 9:48*). “[Esdra] si alzò in piedi” (*Nee 8:5*). “[Yeshùà] prese la bambina per la mano ed ella si alzò”. - *Mt 9:25*.

Tutte le suddette citazioni bibliche descrivono delle azioni. Ogni azione volontaria presuppone un atto di volontà, quindi si tratta di una scelta. Abimelec si alzò presto e sollevò il ramo che aveva tagliato perché così aveva deciso; operò una scelta: il giorno e l'ora in cui alzarsi prima, il ramo da tagliare e come tagliarlo. Si può però anche essere inconsapevoli di aver operato una scelta. La bambina risuscitata da Yeshùà si alzò per reazione; ovviamente non poteva averlo deciso coscientemente, ma il suo subconscio (riattivato da Yeshùà) volle così e quindi ci fu una scelta, sebbene inconsapevole.

Nella nostra vita operiamo scelte in continuazione, consapevoli o no. Chi sta leggendo queste righe sta scegliendo. Se non avesse possibilità di scelta, rimarrebbe bloccato con lo sguardo su un punto. Può invece continuare a leggere, rileggere o smettere. Dal momento stesso che veniamo al mondo iniziamo a scegliere. I neonati non sono consapevoli, ma scelgono, perché è il loro subconscio che decide, ad esempio, se devono piangere o

dormire. Certe scelte appaiono obbligate, come il respirare o l'aver fame. In nostro subconscio sceglie per noi, difendendoci e ubbidendo al comando "sopravvivi!" insito in noi.

Per fare le scelte migliori per il nostro benessere, per le persone che ci sono vicine e per il nostro ambiente, occorre utilizzare correttamente i nostri poteri interiori, che quindi vanno sviluppati in modo consapevole ed equilibrato. Il modo migliore per farlo è farne esperienza personalmente.

Si immagini questa scena:

"[Filippo] tutto a un tratto incontrò un Etiope ... un funzionario di Candace, regina dell'Etiopia, amministratore di tutti i suoi tesori. Era venuto a Gerusalemme per adorare Dio e ora ritornava nella sua patria. Seduto sul suo carro, egli stava leggendo una delle profezie di Isaia". – At 8:27,28, TILC.

Filippo, invitato poi a salire sul carro, gli spiega la Scrittura. Ma poniamo la nostra attenzione al *carro*.



Per il suo viaggio in Palestina e il suo rientro in Etiopia quel funzionario africano utilizzò un carro. Dal fatto che durante il viaggio egli stava leggendo, deduciamo che a condurre il carro non era lui personalmente.

Un carro da solo è inutilizzabile: occorrono dei cavalli. Ma non basta legare i cavalli al carro: occorre un conducente che conosca il suo mestiere.

Che fareste se aveste a disposizione un carro trainato da cavalli? Sarebbe una bella sensazione salirci. La consapevolezza di esserci seduto sopra e di averlo a disposizione, non comporta affatto però l'esperienza di condurlo. Un bambino che gioca può anche far finta di guidarlo e immaginarsi chissà quale viaggio mentre il carro rimane fermo, ma un adulto che fosse costretto per necessità ad usarlo per la prima volta in vita sua si sentirebbe confuso e disorientato. Potrebbe perfino sentirsi vittima delle circostanze.

Nell'antichità il carro trainato da cavalli aveva una grande potenzialità; ancor più l'hanno le moderne automobili. Le nostre risorse interiori ne hanno di infinite e più grandi.

Come se fossimo seduti su un carro o in un'automobile che non sappiamo guidare, possiamo sentirci disorientati e confusi, perfino prigionieri di circostanze avverse, se veniamo a trovarci in una situazione fallimentare di povertà o di depressione o, all'opposto, anche di improvvisa fortuna.

Nelle situazioni negative possiamo sentirci vittime degli altri e della sorte avversa. Sin dall'infanzia ci è stato detto cosa fare: prima i genitori, poi le maestre e i maestri, poi i professori, poi i datori di lavoro, poi il coniuge, i parenti, finanche i figli. Al bambino e alla bambina che spontaneamente dicevano "voglio", veniva replicato che "l'erba voglio non

cresce nemmeno nel giardino de re”. Crescendo, quel detto proverbiale si è trasformato in un detto meno drastico e più ragionevole: “Non si può sempre avere tutto ciò che si vuole”. Da qui alla sentenza interiorizzata che “non si può *mai* avere ciò che si vuole” il passo è stato breve.

Quando qualcuno ci chiede di fare qualcosa, ci sono tre possibilità di risposta: sì, no, forse. Non sempre la risposta corrisponde ciò che vi vuole davvero, specialmente quando è richiesta una risposta immediata. “C'era un uomo che aveva due figli. Chiamò il primo e gli disse: «Figlio mio, oggi va' a lavorare nella vigna». Ma quello rispose: «No, non ne ho voglia»; ma poi cambiò idea e ci andò. Chiamò anche il secondo figlio e gli disse la stessa cosa. Quello rispose: «Sì, padre», ma poi non ci andò”. – *Mt 21:28-30, TILC*.



Per decidere nel modo più giusto occorre essere *consapevoli* delle proprie decisioni. La psicosintesi ha analizzato gli atti di volontà e vi ha scoperto sei fasi:

- 1) L'indagine per scoprire che cosa si desidera fare;
- 2) Considerare tutto ciò che si desidera fare e selezionare le azioni più adatte alla situazione;
- 3) Decidere qual è l'unica azione davvero importante in quel momento, formulandola chiaramente;
- 4) Non abbandonare la decisione, ripetendosi che è l'unica che veramente preferiamo;
- 5) Progettare la sua realizzazione, pensando ai diversi modi di attuare la decisione;
- 6) Eseguire la decisione, agendo in tutti i modi possibili per portare a buon termine la scelta.

Se ci riflettiamo vedremo che ogni scelta implica queste sei fasi. A volte le decisioni



possono essere prese anche velocemente, ma quelle sei fasi sono pur presenti, anche se non stiamo lì a percorrerle una per una. Si prenda il caso di una persona che cammina in una via cittadina. Ad un certo punto sente di avere appetito. Vuole

mangiare qualcosa. Che farà? Può entrare in un bar e prendere qualcosa, può farsi preparare un panino in un negozio di alimentari, può decidere di anticipare il pasto, se l'orario è quello giusto. Deciderà velocemente, ma se poi andiamo ad analizzare in dettaglio i suoi pensieri vedremo che ha deciso passando per quelle sei tappe, anche se lo ha fatto molto in fretta.

“[Paolo] giunse in Grecia. Qui si trattenne tre mesi. Poi, dato che i Giudei avevano ordito un complotto contro di lui mentre stava per imbarcarsi per la Siria, decise di ritornare attraverso la Macedonia” (*At 20:2,3*). Anche l'apostolo delle genti dovette passare per quelle sei fasi per prendere la sua decisione: 1) Desiderava andare in Siria; 2) Quale modo più adatto, scelse di imbarcarsi; eseguì poi i passaggi dal 3) al 6). Tutto ciò indipendentemente da come poi andò a finire per sopraggiunte altre situazioni.

Ci sono circostanze in cui le decisioni non possono essere prese così speditamente. Possiamo sapere chiaramente cosa vogliamo ma potremmo non sapere ancora bene come procedere per realizzare la nostra intenzione. Il progetto può anche essere molto chiaro, ma a volte è necessario rinviarlo. Chi vuole andare a sciare deve attendere la neve e chi vuole mangiare delle caldarroste deve attendere l'autunno.

Le sei fasi suddette ci sono sempre, ma non è detto che avvengano nell'ordine. A volte, nella progettazione, occorre tornare ad una fase precedente e rivederla. Fu il caso di Paolo, che dovette riadattare i suoi progetti alle nuove situazioni.

Occorre anche considerare come la decisione che si vuol prendere influisce su altri. La persona che per strada sente appetito e decide di fare uno spuntino, se scegliesse di entrare in un ristorante vanificherebbe il lavoro della moglie che a casa ha preparato il pranzo.

Pendiamo decisioni di continuo ed è quindi bene conoscere le fasi per cui passano le nostre decisioni e come esse influiscano sugli altri. La volontà è implicata. Gli atti di volontà passano per le sei fasi che abbiamo esaminato. La volontà stessa ha tuttavia quattro modalità in cui si esprime, modalità di cui possiamo fare esperienza in quattro fasi. Questo è quanto vedremo nel prossimo articolo.

