

PSICOLOGIA BIBLICA • IL FILM DELLA NOSTRA VITA

## La vita come un film

Se la vita è come un viaggio, perché no come un film?

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

La vita viene spesso paragonata ad un viaggio. In questa allegoria si possono individuare diverse similitudini con il vivere: la meta, l'itinerario, le tappe, i compagni di viaggio.

Come in un viaggio si può vagare senza meta, così la vita può essere vissuta senza una meta ovvero senza uno scopo. Come un viaggio fatto senza entusiasmo, la vita può essere priva di significato. Come si può viaggiare velocemente, senza godere dei paesaggi e dei luoghi suggestivi che s'incontrano, si può vivere di fretta. E se poi non si sa neppure dove si vuole andare, il tutto diventa alquanto assurdo.

C'è perfino chi impiega molto male la propria vita. Parlando di persone malvagie di questo tipo, Giuda, fratello carnale di Yeshùà, usò paragoni tratti dalla natura e li definì "nuvole trascinate dal vento e che non portano pioggia ... alberi di fine stagione, senza frutti, morti due volte e sradicati ... selvagge onde di mare che portano la schiuma della loro sporcizia ... stelle vaganti, per le quali Dio ha preparato in eterno un posto nelle tenebre più profonde".  
- *Gda 12,13, TILC.*

Anziché il viaggio, si può prendere il film come metafora della vita. Ciò rende il tutto più visivo, stimolando la visione interiore e quindi il nostro subcosciente, che si metterà all'opera per realizzare la nostra visione. Nel vederci come dovremmo essere, siamo aiutati a diventare tali.



Per scrivere un film e produrlo occorre prima di tutto un'idea, che è il soggetto, poi un copione. Essenzialmente, le fasi di produzione di un film sono queste:

- Immaginare una storia visiva che ci piace (soggetto);
- Scegliere il protagonista;
- Ampliare la storia scelta costruendola in modo che ci permetta di esprimere il nostro pensiero;
- Scrivere la sceneggiatura (strutturazione della storia), suddividendo la storia in scene;
- Pianificare il tutto pensando al film scena per scena;
- Progettare i costumi e i set;
- Scegliere il regista;
- Trovare il cast;
- Girare il film: ciak, si gira!

Immaginando la nostra vita come un film, quello che ne esce è un film molto speciale, unico nel suo genere perché:

- ✚ La storia è la nostra personale;
- ✚ Il protagonista o la protagonista siamo noi stessi;
- ✚ Essendo un film, la nostra storia è immaginata come ci piace;
- ✚ Lo sceneggiatore o la sceneggiatrice siamo noi;
- ✚ Ambientazione, costumi e set li decidiamo noi;
- ✚ Il o la regista siamo noi;
- ✚ Il cast è costituito dalle persone che fanno parte della nostra vita;
- ✚ Il film lo giriamo a nostro piacimento;
- ✚ Possiamo iniziare quando vogliamo e dire: Ciak, si gira!

Il resto della nostra vita è immaginato insomma come un film di cui siamo attori/attrici protagonisti/protagoniste. Lo sceneggiamo noi, siamo noi a produrlo, noi a dirigerlo. La storia la scegliamo noi, decidiamo noi dove ambientarla e coloro che ci affiancheranno come coprotagonisti.



Si serve un **copione**: il copione della vita che vogliamo per noi. Lo strumento pianificatore del nostro tempo, che viene illustrato nella categoria *L'organizzazione personale*, in questa

stessa sezione, ne ha tutti i requisiti. Nei prossimi articoli vedremo come. Chi pensa di utilizzare questo ottimo strumento, può apporre la propria foto, quella che più di tutte gli o le piace, sul risvolto dell'agenda all'interno della copertina. Anche ciò aiuta la visualizzazione di ciò che desideriamo diventare esprimendo ciò che abbiamo di meglio.



... La vita che sogniamo ci sta aspettando.

La visualizzazione è un metodo psicologico efficace che trova base anche nella Sacra Scrittura. Di Mosè ci viene detto che “rimase saldo come vedendo Colui che è invisibile” (*Eb 11:27, TNM*). Paolo dice che i credenti hanno “lo sguardo intento non alle cose che si vedono, ma a quelle che non si vedono” (*2Cor 4:18*). La fede stessa “è certezza di cose che si sperano, dimostrazione di realtà che non si vedono” (*Eb 11:1*). La credente e il credente può visualizzare la vita che vorrebbe orientandola a Dio per vivere appieno la propria spiritualità.

