

PSICOLOGIA BIBLICA • LO SVILUPPO SPIRITUALE

Il difficile processo interiore dello sviluppo spirituale

I disturbi che insorgono nei vari stadi dello sviluppo spirituale

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

“Lo sviluppo spirituale dell’uomo è un’avventura lunga e ardua, un viaggio attraverso strani paesi, pieni di meraviglie, ma anche di difficoltà e di pericoli. Esso implica una radicale purificazione e trasmutazione, il risveglio di una serie di facoltà prima inattive, l’elevazione della coscienza a livelli prima non toccati, il suo espandersi lungo una nuova dimensione interna. Non dobbiamo meravigliarci perciò che un cambiamento così grande si svolga attraverso vari stadi critici, non di rado accompagnati da disturbi neuropsichici e anche fisici (psicosomatici)”.

Roberto Assagioli,
psichiatra e fondatore della Psicosintesi

Apparentemente simili a quelli prodotti da altre cause, i disturbi che accompagnano lo sviluppo spirituale sono molto diversi e vanno trattati molto diversamente. Oggigiorno l’essere umano è più complesso, la sua mente critica crea ostacoli e – che se ne renda conto o no – è assillato da esigenze spirituali. L’eminente psicologo ebreo Assagioli ha individuato cinque stadi critici nel processo di realizzazione spirituale:

1	Le crisi che precedono il risveglio spirituale
2	Le crisi prodotte dal risveglio spirituale
3	Le reazioni che seguono il risveglio spirituale
4	Le fasi del processo di trasmutazione
5	La Notte Oscura dell’Anima

Prima di esaminarli (nei prossimi articoli), ci soffermiamo su un grande nemico interiore: la paura.

La paura e i suoi mille volti

La paura fece la sua comparsa nel mondo per la prima volta dopo che Adamo ed Eva avevano disobbedito all'unico comando ricevuto da Dio e stavano quindi per essere cacciati dal paradiso terrestre:

“Verso sera l'uomo e la donna sentirono che Dio, il Signore, passeggiava nel giardino. Allora, per non incontrarlo, si nascosero tra gli alberi del giardino. Ma Dio, il Signore, chiamò l'uomo e gli disse: «Dove sei?». L'uomo rispose: «Ho udito i tuoi passi nel giardino. Ho avuto paura». – *Gn 3:8-10, TILC.*

Da allora la paura è una delle oppressioni psicologiche più forti dell'umanità. La paura ha tanti volti che occorre saper distinguere. C'è una grande verità nel noto proverbio “male non fare, paura non avere”. Adamo ebbe paura perché aveva agito molto male.

Nella relazione con Dio, più che di paura si dovrebbe parlare di timore riverenziale. Così fu nel caso di Mosè quando “Dio lo chiamò di mezzo al roveto e disse: «Mosè! Mosè!», al che egli disse: «Eccomi». Quindi disse: «Non ti avvicinare qua. Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo dove stai è suolo santo». E proseguì, dicendo: «Io sono l'Iddio di tuo padre, l'Iddio di Abraamo, l'Iddio di Isacco e l'Iddio di Giacobbe». Quindi Mosè nascose la sua faccia, perché *temeva* di guardare”. – *Es 3:4-6, TNM.*

Un caso di vera paura lo troviamo nella reazione dell'apostolo Pietro quando Yeshùà era agli arresti e lui, terrorizzato e preso dal panico, negò di essere un suo discepolo (*Mr 14:66-72*). Già al Getsèmani, quando Yeshùà fu arrestato, gli apostoli avevano avuto paura e “lo abbandonarono e fuggirono tutti”. – *Mr 14:50, TILC.*

Chi si mantiene in contatto con Dio non ha nulla da temere e agisce positivamente. L'umanità vive in un clima di paura e, in effetti, i motivi di paura sono tanti. Alla paura dei pericoli collegati a situazioni e a luoghi pericolosi, si aggiunge quella

“Non temere, io sono con te.
Non preoccuparti, io sono il tuo Dio.
Ti rendo forte, ti aiuto,
ti proteggerò con la mia mano
invincibile”.
– *Is 41:10, TILC.*

delle donne di subire violenze. Ultimamente si è aggiunta la paura di atti terroristici. I credenti, pur confidando in Dio, non sono degli irresponsabili. Essi leggono nella Bibbia: “Chi è accorto vede il pericolo e corre al riparo, l'inesperto gli va incontro e soccombe” (*Pr 27:12, TILC*), “Gli astuti vedono il pericolo e si nascondono, gli inesperti vanno avanti e ci rimettono”. – *Pr 22:3, TILC.*

Mentre è naturale provare paura in molte situazioni, non si dovrebbe mai avere paura di Dio. È un grande paradosso che alcune religioni terrorizzino i loro adepti lanciando invettive dal pulpito e instillando in loro la paura di un dio che tormenta eternamente i cattivi in un inferno di indicibili pene.

Yeshùà “disse: «Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il grande e il primo comandamento. Il secondo, simile a questo, è: Ama il tuo

prossimo come te stesso» (Mt 22:37-39). C'è qui un concatenamento che riguarda l'amore. Tutto parte da se stessi: se non ci amiamo, non possiamo amare altri; e se non amiamo gli altri non possiamo amare Dio, "perché chi non ama suo fratello che ha visto, non può amare Dio che non ha visto" (IGv 4:20). "Nell'amore non c'è paura; anzi, l'amore perfetto caccia via la paura". - IGv 4:18.

Precisata la differenza tra paura e santo timore di Dio, e tra paura e paura, occorre riconoscere che una certa paura è un tributo che va pagato al nostro intelletto. D'altra parte, il potere che la paura può avere su di noi è quello che le conferiamo. Dovrebbe bastare questa semplice constatazione per ridimensionarla, perché la migliore terapia è sempre la realtà, la realtà vera, non quella percepita. Immaginazioni di paura e pensieri negativi sono sintomatici del fatto che si è perso l'appiglio in se stessi.

È già da tempo che gli psicologi hanno scoperto che dietro ad ogni sintomo di malattia c'è la paura. Questa insorge nell'infanzia, e anche prima, perché già cinque mesi prima della nascita la paura può influenzare il nascituro. Se poi il parto è difficile, il nuovo nato si affaccia nel mondo in modo angosciato. Altre paure possono fissarsi nel subconscio durante l'infanzia e il periodo scolastico. Nessuna paura ha però il diritto di cittadinanza nel subconscio.

