

PSICOLOGIA BIBLICA • LO SVILUPPO SPIRITUALE

## La Notte Oscura dell'Anima

I disturbi che insorgono nei vari stadi dello sviluppo spirituale

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

Nel processo di realizzazione spirituale si possono osservare 5 stadi critici:

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.*

*Roberto Assagioli,*  
psichiatra e fondatore della Psicosintesi

Lo psichiatra R. Assagioli è stato il primo studioso a parare di “notte oscura dell’anima”. Così egli chiama l’ultima fase del processo di sviluppo psico-spirituale, che può talvolta produrre sofferenza e oscurità interiore. Egli ne espone anche i sintomi: forte senso di indegnità, disperazione, tendenza a criticarsi e condannarsi, sensazione di impotenza mentale e d’azione. – Cfr. R. Assagioli, *Sviluppo spirituale e disturbi neuropsichici*, Astrolabio, 1933.

I sintomi di questa fase finale dello sviluppo spirituale (alcuni dei quali possono manifestarsi meno intensamente nelle fasi precedenti, senza peraltro essere giunti alla “notte oscura”) assomigliano molto a quelli della psicosi depressiva, ma non si tratta di uno stato patologico. E ciò perché ha cause *spirituali*.

Sebbene nello sviluppo spirituale possano presentarsi nella fase finale momenti penosi (e, per certi aspetti, anormali), non è detto che debbano per forza verificarsi. Non bisogna neppure pensare che chi percorre l’ascesa spirituale sia soggetto a disturbi più delle persone comuni. In molti casi, infatti, lo sviluppo spirituale avviene in modo graduale e armonico, e le difficoltà vengono superate senza particolari reazioni. Va poi precisato che in presenza di disturbi nervosi senza che vi sia alcun

interesse o risveglio spirituale, va consultato il medico e – se il caso – uno specialista, perché la cura può essere difficile.

Se questa ultima oscura fase dovesse verificarsi, ha comunque un grande valore spirituale, come fu messo in risalto dal poeta e mistico spagnolo Giovanni della Croce (1542 - 1591) nella sua poesia intitolata *Notte oscura*.

Del fatto che la via spirituale non sia facile e tutta in pianura, ci aveva già avvertito Yeshùà dicendo: “Stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e pochi sono quelli che la trovano” (*Mt 7:14*). Questo avvertimento fu tuttavia preceduto (al v. 13) da questa sua esortazione: “Entrate per la porta stretta, poiché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che entrano per essa”.

Le sofferenze (e, a volte, i disturbi) di chi intraprende la via spirituale altro non sono che reazioni transitorie al processo di crescita spirituale e di rigenerazione interiore, residui della vecchia personalità che ancora si fa sentire. Esse possono essere prodotte da una crisi passeggera e sparire spontaneamente una volta passata la crisi. In un precedente articolo (cfr. *Le reazioni che seguono il risveglio spirituale*) i momenti di sofferenza sono stati paragonati alle maree. Anche l’onda spirituale ha i suoi flussi e riflussi. I pensieri negativi sono come gli uomini empi di cui parla il discepolo Giuda, fratello carnale di Yeshùà: “Scogli nascosti sott’acqua” (*TNM*), “onde furiose del mare, schiumanti la loro bruttura”. - *Gda 1:12,13*.

Anche se a volte qualche bassa marea spirituale fa riemergere gli scogli della vecchia personalità, poi torna l’afflusso dell’onda spirituale e la meravigliosa avventura interiore può continuare. È al mare calmo dello spirito che occorre guardare, immenso e bello. Pur a terra, in questa “valle di lacrime”, è alla vetta pura e incontaminata che occorre volgere lo sguardo. Queste visioni spirituali infondono forza e coraggio, dissipando crisi spirituali e conflitti interiori.



I temporanei malesseri prodotti dal travaglio spirituale derivano dallo sforzo di crescere. Nella spinta verso l'alto vengono a trovarsi in conflitto la personalità che emerge dal basso e la forza spirituale che travolge dall'alto. Si tratta però di fasi momentanee e provvisorie che portano al progresso: ciò che ancora non è ben sviluppato, sta crescendo e - vincendo il contrasto - si sta armonizzando e integrando. È la psicosintesi personale. Dopo la notte, però, spunta il giorno, chiaro e luminoso.

È naturale, per chi si trova a vivere interiormente la spiacevole esperienza della “notte oscura”, credere che da ora in avanti sarà così. Ciò accade in tutte le situazioni e condizioni di sofferenza. Va però ribadito che si tratta di un'esperienza transitoria. “Noi abbiamo questo tesoro in vasi di terra, affinché questa grande potenza sia attribuita a Dio e non a noi. Noi siamo tribolati in ogni maniera, ma non ridotti all'estremo; perplessi, ma non disperati; perseguitati, ma non abbandonati; atterrati ma non uccisi” (2Cor 4:7-9). C'è, in ogni caso, una certezza: “Dio ... non tenta nessuno”. - Gc 1:13.

## Perché

Ci si potrebbe domandare perché giunga la “notte scura”. Intanto, non è detto che debba sempre manifestarsi. Il medico e psichiatra Roberto Assagioli, che seppe integrare psicologia e spiritualità, così lo spiega: “Quando il processo di trasformazione psico-spirituale raggiunge il suo stadio finale e decisivo, esso produce talvolta un'intensa sofferenza e un'oscurità interiore”. Perché avviene? Perché durante la vita abbiamo continuato a tradire noi stessi e la nostra vera essenza, allontanandoci dal nostro cammino. Tutto ciò alla fine può riemergere. Scrive Paolo: “Avete imparato per quanto concerne la vostra condotta di prima a spogliarvi del vecchio uomo [la vecchia personalità] che si corrompe seguendo le passioni ingannatrici; a essere invece rinnovati nello spirito della vostra mente e a rivestire l'uomo nuovo [la nuova personalità] che è creato a immagine di Dio nella giustizia e nella santità che procedono dalla verità” (Ef 4:22-24). Nonostante ciò si sia imparato, possono riemergere le vecchie brutte abitudini, e ciò crea sconforto, sofferenza, l'oscura notte interiore, appunto.

Che si può fare? Sapendo che è una crisi passeggera, occorre riprendere il cammino da dove si era rimasti. “Dal punto a cui siamo arrivati, continuiamo a camminare per la stessa via” (Flp 3:16). Abbiamo anche un incoraggiamento positivo: “Siate ricolmi di gioia, anche se ora, per un po' di tempo, dovete sopportare difficoltà di ogni genere. Anche l'oro, benché sia una cosa che non dura in eterno, deve passare attraverso il fuoco, perché si veda se è genuino. Lo stesso avviene per la vostra fede, che è ben più preziosa dell'oro: è messa alla prova dalle difficoltà, perché si veda se è genuina”. - 1Pt 1:6,7.

“L'afflizione produce perseveranza” (*Rm 5:3, ND*), qualità che ci serve perché “dobbiamo entrare nel regno di Dio attraverso molte tribolazioni” (*At 14:22*). Paolo ci offre tre validi modi per proseguire il nostro cammino: “Siate allegri nella speranza, pazienti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera”. - *Rm 12:12*.

