

PSICOLOGIA BIBLICA • NOI E IL NOSTRO CORPO

Abbiamo un corpo, ma non siamo il corpo L'Io, il Sé e il corpo


di GIANNI MONTEFAMEGLIO



“Il corpo e la psiche possono trasmutarsi per mezzo di una trasformazione rigeneratrice. Ciò produce un'unificazione organica e armonica ... una bio-psicosintesi”.

Roberto Assagioli,
psichiatra e fondatore della Psicosintesi

Il cosiddetto “uovo di Assagioli” è suddiviso in tre sezioni: l'inconscio inferiore, l'inconscio medio e l'inconscio superiore. In ciascuna di queste parti agisce un regolatore interno.

	INCONSCIO	REGOLATORE	SPIEGAZIONE
	Inferiore	Io genitoriale	L'io genitoriale propone i suoi modelli; il bambino inconsciamente si adegua (per senso del dovere e senso di colpa) e li adotta, anche se questi sono in disaccordo con la sua natura; si formano così le sub-personalità.
	Medio	Io personale	Usando consapevolezza e volontà, l'Io può rendersi conto delle sub-personalità e governarle anziché esserne governato. Accettando la propria molteplicità si arriva alla sintesi e si può accedere ai livelli più alti di consapevolezza.
	Superiore	Sé	Il Sé (di cui l'Io personale è riflesso) irradia le sue buone qualità transpersonali (come l'amore, la verità, la giustizia, la bellezza, la fiducia) nell'inconscio superiore. *

* Se non si riesce ad accedere pienamente ai livelli superiori di consapevolezza è perché si rimane invecchiati nelle sub-personalità generate dall'Io genitoriale. Il Sé - su cui si proietta il proprio vissuto - rimane così offuscato finché non si risolvono i rapporti tra l'Io personale e l'Io genitoriale; solo allora ci potrà essere armonia tra la volontà del Sé e la volontà dell'Io personale.

Biblicamente possiamo dire che il Sé racchiude la nostra immagine e somiglianza di Dio (*Gn 1:26*). Crescendo nel peccato l'essere umano si adegua all'ambiente peccaminoso del mondo (*Rm 5:12*), ma la sua immagine e somiglianza di Dio, sebbene

“Dio ha dato un senso a tutto, ha messo ogni cosa al suo posto. Negli uomini Dio ha messo il desiderio di conoscere il mistero del mondo. Ma non son capaci di capire tutto quel che Dio ha fatto, dalla prima all'ultima cosa”. – *Ec 3:11, TILC.*

offuscata, non viene persa (*Gn* 9:6). È per questo che anela a qualcosa di superiore. – *Ec* 3:11.

L'amore, ad esempio, è incondizionato nel Sé, perché è a somiglianza di Dio e Dio stesso è amore (*IGv* 4:16). Ma nell'Io genitoriale l'amore è condizionato. L'Io personale, se rimane influenzato dall'Io genitoriale esprime quindi un amore parimenti condizionato. In altre parole, il Sé dice "ti amo a prescindere", mentre l'Io genitoriale e l'Io personale da esso influenzato dicono "ti amo, se", ponendo delle condizioni. Nel rapporto tra l'Io genitoriale e l'Io personale c'è quindi un senso di colpa e sofferenza. Quando l'Io personale, attraverso la consapevolezza e la volontà si stacca dell'Io genitoriale, permette al Sé di realizzarsi. L'inquietudine e la sofferenza interiore si manifestano proprio nell'analo alla liberazione del Sé. Anche sotto questo aspetto rimane valido il principio che conoscere la verità rende liberi. – *Gv* 8:32.

"Il Sé è l'Io superiore, eterno, che risiede nei più alti livelli dello spirito, scintilla divina ... Individuale e universale allo stesso tempo, è immobile, stabile, immutabile ... l'Io cosciente, che ne è emanazione o proiezione, può divenire, in vario modo o misura, consapevole".

Roberto Assagioli

L'"uovo di Assagioli" ben rappresenta tutta la nostra attività *psichica* che si svolge nella nostra mente. La mente non è fisica, però ha bisogno del cervello, che è fisico. Senza un corpo non potremmo pensare, non potremmo possedere una mente. D'altra parte, un corpo umano senza mente sarebbe solo un cadavere, al massimo una persona in stato comatoso. Noi siamo un insieme di corpo e mente: "Dio creò l'uomo simile a sé, lo creò a immagine di Dio, maschio e femmina li creò", "Allora Dio, il Signore, prese dal suolo un po' di terra e, con quella, plasmò l'uomo. Gli soffiò nelle narici un alito vitale e l'uomo diventò una creatura vivente". - *Gn* 1:27;2:7, *TILC*.

Quando noi diciamo "io" non intendiamo il nostro corpo e neppure la nostra mente. Se, ad esempio, diciamo "io sto osservando le stelle", non intendiamo dire che il nostro corpo o la nostra mente stiano guardando con interesse il cielo stellato. Eppure sono gli occhi, quindi il corpo, che osservano, e anche la mente tramite gli occhi. Chi osserva le stelle è in effetti la persona intera fatta di corpo e mente. Dicendo "io" è a ciò che ci riferiamo. Noi non siamo il corpo, ma abbiamo un corpo. Dire che siamo nel corpo può essere equivoco. Non abbiamo un'anima che è nel corpo; questo è un concetto pagano adottato da molte religioni. La Bibbia afferma che "Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente" (*Gn* 2:7, *CEI*). Dio "soffiò nelle sue narici *un alito di vita*", non un'anima; l'essere umano iniziò così a respirare e "divenne un essere vivente".

Il Sé - "scintilla divina" (R. Assagioli) - si esprime nella vita di ognuno, ma la sua espressione è condizionata dalla natura fisica-biologica della persona. Non siamo angeli; siamo fatti di carne. E siamo condizionati anche dalla nostra personalità. La percezione e la manifestazione del Sé è resa quindi difficile, incerta e rara a causa dei numerosi limiti e dei tanti problemi in cui ci dibattiamo sia a livello fisico che psicologico e relazionale.

In definitiva, la psicosintesi riconosce che l'essere umano possiede una natura (che R. Assagioli chiama Sé) che nella sua essenza più intima e profonda è positiva, saggia e pura. E non potrebbe essere diversamente, essendo l'essere umano a immagine e somiglianza di Dio.

Dire, giustamente, “io ho un corpo, ma non sono il corpo”, non implica affatto negare il corpo. Senza un corpo dotato di cervello, la mente non potrebbe neppure formulare quel pensiero. Non siamo nel corpo, perché non siamo una pura essenza calata in un corpo da cui possa disincarnarsi. Più correttamente, possediamo un corpo. Ma non ci esauriamo nel corpo, altrimenti saremmo solo animali senza una mente consapevole.

Sbaglia chi, religiosamente, mortifica il corpo. Per dirla con l'apostolo Paolo, “quelle cose hanno, è vero, una parvenza di sapienza per quel tanto che è in esse di culto volontario, di umiltà e di austerità nel trattare il corpo, ma non hanno alcun valore”; paradossalmente, “servono solo a soddisfare la carne” (*Col 2:23*; cfr. *ITm 4:8*). Il corpo ci è indispensabile: senza, saremmo solo dei morti. Anche il più severo asceta, per quanto si mortifichi e digiuni, deve alla fine mangiare, bere e dormire.

Tra i due estremi di preoccuparsi eccessivamente del proprio corpo (ricorrendo a costosissimi trattamenti e perfino alla chirurgia plastica) e quello di non averne cura (tanto da tatuarlo e da perforarlo e deturparlo con i *piercing*), c'è l'equilibrata posizione biblica che richiede di averne cura. Quando Paolo esorta i mariti ad amare le proprie mogli “come anche Cristo ha amato la chiesa”, dicendo che “allo stesso modo anche i mariti devono amare le loro mogli, *come la loro propria persona*”, argomenta che “infatti nessuno odia la propria persona, anzi *la nutre e la cura teneramente*” (*Ef 5:25,28,29*). Il che implica senza ombra di dubbio di curare il proprio corpo e di averne cura, anzi “*tenera cura*” (*TNM*).

