

PSICOLOGIA BIBLICA • NOI E IL NOSTRO CORPO

Essere qui, ora e con il corpo

Il Sé non può essere ricercato altrove, se non in noi stessi

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

Giuda, uno dei quattro fratelli carnali di Yeshùà (*Mt 13:55; Mr 6:3*), nella sua lettera parla di uomini che “trascinati dalle loro fantasie, offendono il loro corpo” (*Gda 8, TILC*), che “indulgendo nei sogni, contaminano la carne” (*Ibidem, TNM*). Egli li paragona ai sodomiti e ai gomorreï che “si abbandonarono a una vita immorale e seguirono vizi contro natura” (v. 7, *TILC*). Chissà quali eventi traumatici subirono costoro durante la loro infanzia per diventare così. Nessuno – tranne casi molto rari - nasce depravato, ma lo diventa. Il meccanismo che instaura interiormente tali fissazioni rende la persona che ne è soggetta avulsa dalla realtà. È come se, sognando, vivesse in un mondo suo, distorto. Ha dentro di sé come una vocina che la spinge a fare ciò che fa e di cui si sente prigioniero.

Pur senza arrivare a queste forme patologiche, dentro di sé diverse persone albergano forze ataviche che le spingono ad estraniarsi dalla realtà. È come se temessero di vivere in modo autentico, quasi non ne fossero capaci. Queste paure caratterizzano le sub-personalità, e queste impediscono di essere del tutto presenti qui, ora e nel corpo. L’insieme di tutti questi elementi atavici fu chiamato “inconscio collettivo” dallo psichiatra svizzero Carl Gustav Jung (1875 – 1961). A ciò si aggiungano: gli elementi propri della persona, le influenze prenatali, le influenze

“Ogni tendenza fondamentale è in realtà un’entità autonoma, e le combinazioni, le condizioni e sublimazioni riproducono in ogni uomo una fauna interiore, un regno animale, la cui ricchezza sta al pari di quella esteriore. Veramente si può dire che in ognuno di noi ci sono sviluppati e attivi, in varia misura, tutti gli istinti e tutte le passioni, tutti i vizi e tutte le virtù, tutte le tendenze e tutte le aspirazioni, tutte le facoltà e tutte le doti dell’umanità”.

Hermann Graf Keyserling (1880 – 1946), filosofo estone.

dell'infanzia, le influenze collettive e le influenze della mentalità della propria generazione e della propria epoca. La persona porta così a maturazione degli "io" diversi per ogni circostanza (ad esempio: filiale, materno/paterno, sociale, professionale). I farisei - per citare un caso biblico - erano figli della loro epoca ed erano a loro volta influenti, tanto che Giuseppe Flavio scrive nella sua *Antichità giudaiche*: "E così grande è la loro influenza sulle masse che anche quando parlano contro il re o il sommo sacerdote vengono subito creduti" (XIII, 288). Essi avevano una facciata pubblica: un "io" sociale (*Mt* 9:14; *Mr* 2:18; *Lc* 5:33;11:42;18:11,12), un "io" professionale (*Mt* 23:5-7; *Lc* 11:43), un "io" egoistico (*Lc* 16:14) e ipocrita (*Mt* 5:20;23:26), perfino un "io" apparentemente filantropico (*Mt* 23:15). Sebbene le persone siano coscienti dei propri atteggiamenti e delle proprie scelte, spesso ne ignorano le vere motivazioni.

Vi è tuttavia in natura un principio universale che tende ad armonizzare. Dio, infatti, "è al di sopra di tutti, fra tutti e in tutti" (*Ef* 4:6) e lo scopo finale della creazione è che "Dio sia tutto in tutti" (*1Cor* 15:28). Anche secondo l'Assagioli nella psiche umana c'è la tendenza naturale all'armonizzazione, all'unione, alla psicosintesi. Egli spiega che a volte basta una scintilla per avviare il processo che porterà a far coincidere l'Io con il Sé e che, mentre l'Io si identifica via via con i vari stati d'animo, vi è in noi qualcosa che non si identifica e che non cambia col cambiare degli stati d'animo, qualcosa che resta sempre uguale e inattaccabile: è il nostro vero Io. Il cambiamento vero non è quello degli stati d'animo, ma quello verso il nostro vero Io, verso il Sé. Ma siccome l'Io si identifica con le sub-personalità, il vero cambiamento comporta la paura della perdita dell'identità e quindi della perdita di sicurezza. Una volta di più occorre perciò riconoscere che la verità rende liberi (*Gv* 8:32) e che la verità su noi stessi ci libera.

Nella nostra auto-organizzazione dobbiamo essere attivi. Anche nei veri credenti che sono chiamati da Dio è richiesta la loro attiva partecipazione. Le persone non vengono trasformate magicamente dall'alto, quasi fossero dei burattini. Paolo scrive: "È Dio che produce in voi il volere e l'agire, secondo il suo disegno benevolo", ma premette: "*Adoperatevi* [“continue a operare”, *TNM*] al compimento della vostra salvezza" (*Flp* 2:12,13). Il fare, l'agire, è tra l'altro uno dei modi migliori per staccarsi dagli stati d'animo negativi. E qui entra di nuovo in gioco il nostro corpo: basta spesso muoversi (camminare, saltare, danzare, correre, fare movimento) per far più chiarezza dentro di noi e prendere le giuste decisioni.

Il nostro Sé non sta da qualche parte, chissà dove. Non è un'anima che sopravvive alla morte, come nel paganesimo. Lo possiamo sperimentare direttamente nel nostro corpo. Il Sé non è un concetto metafisico: è una verità e una realtà fisica. Il Sé lo troviamo nel nostro corpo. Fuori troviamo solo apparenze e illusioni. A questa verità se ne affianca un'altra: l'unico tempo che noi abbiamo è qui e ora. Noi possiamo essere solo qui e ora. Ieri è passato e non tornerà mai più; domani non c'è ancora,

non esiste ancora, e non sappiamo se esisterà e, nel caso, se esisteremo noi. Per noi c'è solo un qui e ora. E possiamo sperimentarlo solo con il corpo. Possiamo anche ricordare e rivivere il passato, possiamo anche fantasticare e vivere ipoteticamente il futuro, ma la realtà rimane che siamo qui, ora, con il nostro corpo. Anche la più pura spiritualità, quella interiore, la possiamo sperimentare solo con il corpo qui e ora.

“Perciò, come dice lo Spirito Santo:

«Oggi, se udite la sua voce,
non indurite i vostri cuori» ...

Badate, fratelli, che non ci sia in nessuno di voi un cuore malvagio e incredulo, che vi allontani dal Dio vivente; ... finché si può dire: «Oggi» ...

ci viene detto:

«Oggi, se udite la sua voce,
non indurite i vostri cuori».

Eb 3:7,8,12,13,15.

