

**PSICOLOGIA BIBLICA
CAMBIARE È POSSIBILE**

Il processo del cambiamento

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

Il saggio ebreo che compose il libro biblico dell'*Ecclesiaste* asserì: “Io ho visto tutto ciò che si fa sotto il sole: ed ecco tutto è vanità, è un correre dietro al vento. Ciò che è storto non



può essere raddrizzato, ciò che manca non può essere contato” (*Ec* 1:14,25). Egli fa anche questa constatazione: “Tutti i fiumi corrono al mare, eppure il mare non si riempie; al luogo dove i fiumi si dirigono, continuano a dirigersi sempre ... Ciò che è stato è quel che sarà; ciò che si è fatto è quel che si farà; non c'è nulla di nuovo sotto il sole”. - *Ec* 1:7,9.

Il drammaturgo greco Euripide (5° secolo prima di Yeshùà), da parte sua scrisse: “Tutto è cambiamento; ogni cosa cede il suo posto e svanisce”.

La realtà che ci circonda è così complessa che può essere vista sotto diversi aspetti o punti di vista. Gli occidentali cercano la sintesi, gli orientali amavano i particolari. L'orientale (gruppo cui l'*Ecclesiaste* appartiene) vede ogni particolare della realtà e lo mette a fuoco, come se solo quello esistesse. Vede la gioia e sembra che tutta la vita sia gioia; vede il dolore e sembra che la vita sia tutta dolore. L'orientale non teme le contraddizioni (da cui l'occidentale è ossessionato) e si esprime con tutto candore. All'occidentale sembra che lui si contraddica. Possiamo tentare di dare un'immagine all'occidentale: sarebbe come se un fotografo mettesse a fuoco solo gli occhi di una donna, come se quegli occhi fossero tutta la persona.



Nonostante le incertezze del futuro, l'*Ecclesiaste* raccomanda caldamente di osare: “Tutto quello che la tua mano trova da fare, fallo con tutte le tue forze; poiché nel soggiorno dei morti dove vai, non c'è più né lavoro, né pensiero, né scienza, né saggezza”. - *Ec* 9:10.

“Tutto è cambiamento; ogni cosa cede il suo posto e svanisce” (Euripide). Il cambiamento accade ad ogni istante sotto i nostri occhi; anche quando non ne siamo consapevoli,

avviene. Il cambiamento ci persuade ad accettarci, ci stimola ad apprezzare la vita, può avvicinarci a Dio.

La crescita personale dovrebbe essere al centro della nostra vita. Trovare il coraggio di cambiare è arduo e può essere difficoltoso, perché le persone cercano sicurezza e in genere non sono propense a mettere a rischio la sicurezza relativa che hanno raggiunto. D'altra parte, la vita può produrre dei cambiamenti, anche drammatici, contro la nostra volontà.

Chi si rende conto che è opportuno modificare sé stessi per crescere interiormente si trova comunque di fronte a un processo di transizione che è complicato. Cambiare significa mettere in atto un movimento spirituale con cui smettiamo di aggrapparci a una certa visione della realtà per ricominciare daccapo. Va da sé che il cambiamento comporta delle perdite, e probabilmente è questa una delle ragioni principali per cui si ha paura di cambiare. Aggrapparsi a una certa visione della realtà può anche essere rassicurante, ma si tratta di una visione che ci fa chiudere in piccolo mondo tutto nostro. È un po' come la coperta di Linus, il personaggio dei fumetti disegnato da C. M. Schultz (1950 – 2000). Linus è saggio eppure ingenuo; cita la Bibbia e fa il filosofo e il teologo; ha anche una divinità personale, il Grande Cocomero, in cui crede solo lui. Linus possiede una coperta tutta sua a cui rimane aggrappato patologicamente ma che gli dà sicurezza.



Cambiare richiede coraggio e convinzione. L'apostolo Paolo non ebbe timore di subire delle perdite ed egli stesso spiegò: "Tutte queste cose [la sua posizione nel giudaismo] che prima avevano per me un grande valore, ora che ho conosciuto Cristo, le ritengo da buttar via. Tutto è una perdita di fronte al vantaggio di conoscere Gesù Cristo, il mio Signore. Per lui ho rifiutato tutto questo come cose da buttar via per guadagnare Cristo" (*Filp 3:7,8, TILC*). Le perdite possono essere considerate come guadagni perché si butta via ciò che inutile, come fece Paolo. Possono però essere considerate come privazioni di cui sentire la mancanza, come fece la moglie di Lot che non riusciva a staccarsi dal luogo in cui abitava



e si voltò a guardarlo con nostalgia nonostante Dio ne avesse decretato la distruzione per l'eccessiva malvagità che lo pervadeva: "Il Signore fece piovere dal cielo su Sodoma e Gomorra zolfo e fuoco, da parte del Signore; egli distrusse quelle città, tutta la pianura, tutti gli abitanti delle città e quanto cresceva sul suolo. Ma la moglie di Lot si volse a guardare indietro e diventò una statua di sale". - *Gn 19:24-26*.

Il cambiamento può comportare paura e perfino frustrazione, ma può arrecare anche grandi benefici e grandi ricompense.

Il cambiamento personale non è un fatto che avviene d'incanto. Il cambiamento è un processo, un movimento; e crea scompiglio. Il cambiamento è una via da percorrere. Il cambiamento non è il traguardo, è la via verso un traguardo.

Paolo, che accettò di cambiare, fa questa riflessione: “Io non sono ancora arrivato al traguardo, non sono ancora perfetto! Continuo però la corsa per tentare di afferrare il premio, perché anch'io sono stato afferrato da Cristo Gesù. Fratelli miei, io non penso davvero di avere già conquistato il premio. Faccio una cosa sola: dimentico quel che sta alle mie spalle e mi slancio verso quel che mi sta davanti. Continuo la mia corsa verso il traguardo per ricevere il premio della vita alla quale Dio ci chiama per mezzo di Gesù Cristo”.

– *Flp 3:12-14, TILC.*

