

**PSICOLOGIA BIBLICA**  
**LA PSICOLOGIA FEMMINILE**

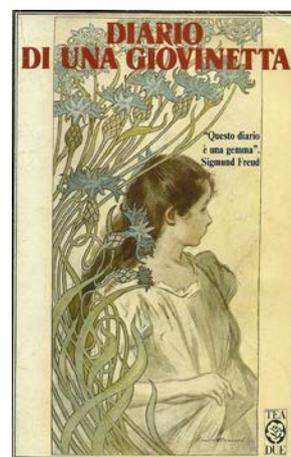
**Il diario, confidente della ragazzina**  
**Il tempo della solitudine e delle riflessioni**

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

Solo una donna può conoscere, per propria esperienza, il disagio e la sottile sofferenza che vive una bambina che ormai non è più bambina ma inizia ad essere quasi donna. Il suo corpo innocente subisce cambiamenti che la trasformano fisicamente e psicologicamente. Intimidita dal suo stesso corpo, ha la spiacevole sensazione che tutti sappiano e che la guardino. Sente che nessuno la capisce e perfino la sua amica del cuore le viene a noia. A chi affidare allora i suoi pensieri? Al suo diario, per poi rileggerlo e commuoversi.

Un esempio di diario intimo contenente confessioni senza inibizioni ci è dato dal *Diario di una giovinetta*, scritto da una giovane autrice anonima che vi riporta i suoi pensieri, le sue esperienze e le sue emozioni dagli 11 ai 14 anni. Scritto ovviamente per non essere pubblicato, il diario registra l'inconsapevole lavoro di introspezione svolto da una giovanissima anonima viennese che si stava aprendo al mondo e che annotava le sue sensazioni e le sue scoperte della sessualità e dell'amore.

Sebbene pubblicato nel 1919, rimane fresco, attuale ed è un penetrante documento che testimonia la psicologia di un'adolescente. Nel presentarlo, Sigmund Freud lo definì “una gemma” e così lo commentò: “Credo che mai finora qualcuno sia riuscito a penetrare con una simile chiarezza e veridicità negli impulsi psichici che caratterizzano lo sviluppo di una fanciulla”. “Soprattutto” – continua Freud – “queste pagine ci mostrano come il mistero della vita sessuale dapprima si imponga vagamente all'attenzione e poi prenda possesso interamente di una mente che si va sviluppando, e come la bambina da principio soffra sotto il peso di una conoscenza segreta e poi gradualmente impari a reggere il fardello”.



“Basta una preoccupazione per deprimere”, dice la Bibbia in *Pr 12:25 (TILC)*. Chi non ha modo di

“[Un diario] consente di creare una collezione di istantanee che documenta il fluire della nostra vita”. - Christina Baldwin, scrittrice, insegnante spirituale e istruttrice nei suoi ritiri del percorso pratico.

parlare ad altri della propria “sofferenza del cuore” (*Ibidem, NR*) può

“[Il diario è] un utile strumento psicologico che permette di esprimere sentimenti senza inibizioni”. - Tristine Rainer, scrittrice ed esperta della scrittura autobiografica narrativa; cfr. il suo libro *The New Diary*.

trovare nel diario una possibilità alternativa per esprimere i suoi sentimenti e affrontare qualche trauma emotivo. Il diario permette anche di riflettere sulla propria vita; a volte fa trovare delle soluzioni ai problemi. Rileggendone le pagine siamo aiutati a valutare meglio una situazione.

La ragazzina che attraversa il momento molto delicato in cui sta diventando una ragazza, in verità



una giovane donna, tende ad isolarsi. Alle amiche preferisce la solitudine, magari stando per ore a guardare il cielo, meditando. Questa fase sopraggiunge dopo l'irrequietezza causata dallo sconvolgimento della comparsa del mestruo (se sua madre non l'aveva preparata). Ora è per lei il tempo delle riflessioni. Anziché essere

orgogliosa di essere donna, se ne vergogna. Qualcuno le dice che ormai è una donna, e lei si domanda cosa vuol dire. È un periodo in cui è particolarmente sensibile, in cui arrossisce per delle inezie credendo che tutti sappiano. Solo sua madre può essere, in questo periodo, sua complice. Ed è un vero peccato se la madre mostra un assurdo pudore che supera quello della figlia.