



**PSICOLOGIA BIBLICA
CAMBIARE È POSSIBILE**

Scoprire sé stessi nel cambiamento

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

“Tutti abbiamo dentro qualcosa di prezioso
che nessun altro possiede”.

- Martin Mordechai Buber (1878 – 1965), filosofo e teologo.

Durante la nostra esistenza ci capita di porci le fatidiche domande: “Chi sono? Che cosa ci faccio qui? Dove sto andando?”. Il poeta greco antico Pindaro (518 circa – 438 circa a. E. V.) diceva: “Impara chi sei, e silo”.

Ci sono momenti nella vita in cui siamo messi di fronte ad eventi che ci fanno fermare per domandarci che ne stiamo facendo della nostra esistenza. Chi è credente e desidera fare la volontà di Dio, in quei momenti tragici quanto salutari, non ha esitazioni: sa che deve dare un nuovo corso alla sua vita.

Compiere una scelta sbagliata produce frustrazione, rabbia, rancore e infine infelicità. Fare la scelta giusta e cambiare ci fa sentire bene e ci permette di conoscerci meglio, di essere ciò che sentiamo di essere.

Lo scrittore e filosofo francese, nonché anarchico, Albert Camus (1913 – 1960) diceva che “per conoscere sé stessi bisogna farsi valere”. Ma facendoci valere saranno gli altri a conoscerci in un certo modo. Siamo così sicuri di voler essere conosciuti come qualcuno che si fa valere? Il mondo è pieno di padri e mariti padroni che si fanno valere, e non è una gran bella cosa. E in quale modo mai conosceremmo noi stessi facendoci valere? Al massimo conosceremmo di noi un aspetto della cui bontà non possiamo poi essere così sicuri. Perché mai andare verso un cambiamento peggiorativo? Paolo suggerisce tutto il contrario che farsi valere: “Fate morire perciò le membra del vostro corpo che sono sulla terra rispetto a fornicazione, impurità, appetito sessuale, desideri dannosi e concupiscenza,

che è idolatria. A causa di queste cose viene l'ira di Dio. In queste stesse cose voi pure camminaste una volta quando vivevate in esse. Ma ora realmente allontanatele tutte da voi: ira, collera, malizia, parlare ingiurioso ... Spogliatevi della vecchia personalità con le sue pratiche, e rivestitevi della nuova [personalità], che per mezzo dell'accurata conoscenza si rinnova secondo l'immagine di Colui che la creò" (Col 3:5-10, TNM). Paolo, che conosceva sé stesso, invita a cambiare rivestendo una nuova personalità. Paolo, conoscendosi, praticava l'autodisciplina: "Io mi comporto come uno che corre per raggiungere il traguardo ... Mi sottopongo a dura disciplina e cerco di dominarmi". – 1Cor 9:26,27, TILC.

Può capitare di fallire. "Non c'è sulla terra nessun uomo giusto che faccia il bene e non pecchi mai" (Ec 7:20, cfr. Rm 3:10). "Se diciamo di essere senza peccato, inganniamo noi stessi, e la verità non è in noi" (1Gv 1:8). Il nostro occasionale fallimento non va però confuso con noi stessi: il fallimento è un fatto, non una persona. Quando si cade, la cosa più ovvia e opportuna da fare è rialzarsi, non rimanere a terra. In 2Cor 2:7 Paolo invita a non esagerare con chi ha sbagliato e dice: "Al contrario, dovrete piuttosto perdonarlo e confortarlo, perché non abbia a rimanere oppresso da troppa tristezza". Se ciò è valido con gli altri, perché non dovrebbe esserlo con noi stessi? Un passo falso, per quanto triste sia, ci permette di conoscerci meglio anche nella debolezza. Possiamo però rialzarci e cambiare. "Perciò, rinfrancate le mani cadenti e le ginocchia vacillanti; fate sentieri diritti per i vostri passi, affinché quel che è zoppo non esca fuori di strada, ma piuttosto guarisca". - Eb 12:12,13, cfr. Is 35:3.



DOPO UN PO'

Veronica A. Shoffstall

Dopo un po' impari la sottile differenza
tra tenere una mano e incatenare un'anima.
E impari che amare non è appoggiarsi a qualcuno
e che non sempre la compagnia è sicurezza.
Comincerai a comprendere che i baci non sono
contratti e i doni non sono promesse.
E comincerai ad accettare le tue sconfitte
a testa alta con lo sguardo rivolto in avanti,
con la grazia di una donna,
non con l'affanno di una bambina.
E imparerai a costruire tutte le tue strade sull'oggi,
perché il terreno di domani è troppo
incerto per fare piani.
Dopo un po' imparerai che il sole può scottarti
se ne prendi troppo.
Perciò, semina il tuo giardino
e rendi fertile la tua anima, invece di aspettare
che qualcuno ti porti i fiori.
E imparerai che puoi davvero resistere,
che sei davvero forte, e che vali davvero.

che sei davvero forte' e che vali davvero'
E imparerai che puoi davvero resistere'
che qualcuno ti porti i fiori'
e rendi fertile la tua anima' invece di aspettare
Perciò, semina il tuo giardino
che sei davvero forte'