

## DALL'ANGOSCIA DELLA COLPA ALLA SPERANZA CHE NASCE DAL PERDONO

F. Tata, in "Appunti di Spiritualità" n. 29, C.I.S., Napoli 1990

### IL TITOLO

Il titolo di questa relazione può forse trarre in inganno e suscitare attese sproporzionate rispetto all'intento modesto che si propone questo mio intervento. Per meglio affrontare il tema di studio del convegno, la prima settimana degli *Esercizi Spirituali* di S. Ignazio, è sembrato opportuno premettere alcune considerazioni sul senso di colpa e sul senso biblico-cristiano del peccato, sia alla luce della Sacra Scrittura sia sulla base di considerazioni antropologiche e psicologiche.

Quanto cercherò di dire è ben lontano dall'essere una trattazione sistematica sull'argomento, ma si limita ad alcune briciole di verità che possono aiutarci ad affrontare meglio tanti interrogativi sul problema del male che è dentro l'uomo e intorno a lui.

*Colpa e perdono* sono qui proposte in continuità, nel senso che dall'una si può passare all'altra e la prima diventa la premessa per arrivare al secondo; di fatto però essi possono convivere in opposizione, perché a volte il senso di colpa è vissuto non come premessa ma come alternativa al perdono.

Colpa e perdono sono realtà che non si escludono o si abbinano automaticamente, ma che vanno integrate in modo che la prima porti all'altra: non si può pensare una vita umana che non provi alcuna colpa, però è maturante che la colpa sia vissuta in maniera realistica, tanto da poter gustare anche un perdono e non diventare preda dell'angoscia.

### PARTE PRIMA DIMENSIONI BIBLICHE E TEOLOGICHE

#### 1. Il peccato

Il peccato è una realtà misteriosa, dalla quale derivano come conseguenze la colpa e il perdono. La colpa è la *coscienza soggettiva* del peccato, mentre il perdono è l'*esperienza della riconciliazione oggettiva* da parte di Dio dopo il nostro peccato.

Tutta la Bibbia è attraversata da situazioni di peccato dell'uomo e da interventi salvifici di Dio; se non fosse così, non avremmo una vera storia della salvezza, ma solo una storia ipotetica dove non esista rottura del rapporto con Dio a causa del peccato dell'uomo. Per rendersi conto di che cosa sia il peccato è necessario fare esperienza della santità di Dio: quanto più si conosce Dio, tanto più si rimane stupiti ed impressionati dalla gravità e dalla malizia del peccato.

Per esprimere questa realtà misteriosa la Bibbia si serve di un vocabolario molto ricco: ribellione, smarrimento, deviazione, infrangere un patto, fallire, mancare un bersaglio, contrarre un'impurità, fare qualcosa di cattivo, incorrere in una mancanza di sincerità, essere nella menzogna, deformare il giusto rapporto con il prossimo, spergurare, uccidere, rubare ecc. Sostanzialmente tutti questi termini si riconducono ad una realtà unica: rompere l'alleanza con Dio, non essere fedeli a lui; e questa infedeltà si manifesta anche in una rottura del rapporto coi fratelli in una molteplicità di forme.

In sintesi, possiamo dire che il peccato nella Bibbia viene presentato essenzialmente – e questo è un elemento importante da tener presente – come un distorcere o rompere *la relazione interpersonale con Dio*, andando contro le norme di vita indicate nel codice dell'alleanza, il patto da lui stipulato per la nostra vera salvezza. Il peccato ci viene rivelato nel suo nucleo più intimo come mancanza di fiducia verso Dio, come rifiuto di credere, come disobbedienza, ed infine come adesione alla menzogna. Le clausole dell'alleanza garantiscono il mantenimento corretto della relazione tra Dio e l'uomo; infrangerle significa rendere scorretto il rapporto con Dio. La dimensione più vera del peccato consiste proprio nella deformazione di questo *rapporto interpersonale*.

## 2. Le radici del peccato

Nella visione della Bibbia c'è qualcosa che spinge l'uomo a rompere o a deformare la relazione con Dio: il contrasto tra la vita e la morte. Lo vediamo fin dal peccato di origine, dove la clausola data da Dio perché il rapporto si conservi nella verità viene poi caricata di una conseguenza di morte nel caso di inosservanza. L'aspirazione di Adamo ed Eva ad essere come Dio nasce dal continuo contrasto tra un desiderio illimitato dell'uomo di essere come Dio e la necessità di entrare nel limite, nella clausola, nell'essere creatura. Una vita immortale in contrasto con la morte, un desiderio illimitato in contrasto con il limite strutturale dell'uomo. Accade così anche nel figlio prodigo: voleva darsi ad una vita senza vincoli e poi si ritrova nel vincolo più bieco, quello di stare alla pari o peggio dei porci.

Nel contrasto e nelle deformazioni con cui sono vissute la potenza di vita e la potenza di limite può sorgere nell'uomo la spinta al peccato, come tentativo di accaparrarsi la vita in maniera distorta. «Far finta che» non ci siano limiti è precludersi la via alla vita. Per entrare nella terra promessa occorre passare il Mar Rosso.

In questa prospettiva bisogna distinguere due tipi di morte: una morte seconda, irrimediabile; e un'altra morte, il limite, attraverso la quale è necessario passare. Quest'ultima è da accettare proprio per evitare la morte seconda, cioè la rottura definitiva con Dio. Si può dire che spesso il peccato non consiste tanto nel volere il male direttamente ma, come scrive Gervais nel *Dictionnaire de Spiritualité*<sup>1</sup>, piuttosto nel «mal volere il bene». Infatti ciò che viene cercato è sempre un certo bene, ma in maniera distorta; c'è sempre una qualche ricerca di vita, un voler realizzare un qualche «desiderio»<sup>2</sup> rivolto verso un oggetto rientro buono, ma il cui raggiungimento non passa attraverso le indicazioni di Dio, attraverso il limite. Si tratta di non accettare un certo tipo di morte per acquisire il vero bene, che solo Dio può adeguatamente proporre.

Può essere interessante notare come costantemente il Gervais<sup>3</sup> si riferisca, nello spiegare la realtà del peccato, alle regole della seconda settimana degli *Esercizi Spirituali* di S. Ignazio. Queste regole riguardano più direttamente la ricerca del *magis* e non tanto l'allontanamento dal peccato; tuttavia è corretto usarle perché il peccato è il caso estremo della ricerca di un bene che è solo apparente. Si potrebbe dire che il peccato è l'exasperazione della ricerca di un bene apparente; se infatti, per esempio, si rileggono le regole del discernimento della prima settimana, si vede che il nemico cerca di stimolare chi va di male in peggio invogliandolo con prospettive allettanti: il peccato si annida ordinariamente nella ricerca di un presunto bene, di un piacere confuso con un bene apparente, di un bene immediato avulso dal contesto di Dio, prescindendo dalla realtà fondamentale del rapporto con lui.

Nella Bibbia, per esempio nel Salmo 51, si sottolinea la dimensione personale del peccato quando si dice: «Contro di te, contro te solo ho peccato». È un rivolgersi contro Dio, un andare contro una comunione con lui, facendo quello che è male ai suoi occhi. Affinché prenda consapevolezza del suo peccato, Natan dice a Davide: «Perché hai disprezzato la Parola di Dio...» (2 Sam 12, 9). Davide non si è fidato di quello che Dio gli ha detto; il suo agire male non riguardava solo l'adulterio, l'omicidio, l'intrigo di palazzo, ma riguardava alla fin fine il disprezzare la Parola di Dio, la sua bontà e generosità. La storia di Giuseppe e dei suoi fratelli è centrata sulla rottura delle relazioni personali tra i fratelli, ma la gelosia che anima i fratelli di Giuseppe è in relazione al padre Giacobbe, che preferisce uno agli altri.

Un'altra dimensione che implica una relazione con Dio e contemporaneamente indica la disposizione al peccato la troviamo nel ricorrente rimprovero al popolo di «dura cervice» (ad es. in Dt 9, 7). Possiamo dire che si tratta di un'incapacità ad ascoltare quello che Dio dice.

Di questa rapida panoramica emerge come il peccato contenga alcune componenti. Anzitutto una dimensione materiale, che consiste nella trasgressione materiale del codice, e che può essere volontaria o involontaria, responsabile o non responsabile. Poi una dimensione morale, che consiste nel fare il male andando contro un assoluto, l'assoluto di Dio, e contro il giudizio della coscienza, del qui ed ora. E infine c'è la dimensione religiosa del peccato, che consiste appunto nel rompere la relazione con Dio, quella relazione d'amore cui si è continuamente chiamati.

<sup>1</sup> Cfr. GERVAIS PIERRE, *Pêche-Pécheur. II. Réflexion Théologique et Spirituelle*, in *Dictionnaire de Spiritualité* XII 1, 835-836.

<sup>2</sup> La parola «desiderio» è tra virgolette perché vanno distinti il vero desiderio di Dio da quello che è piuttosto dettato da un disordine, e che più propriamente potrebbe essere chiamato *voglia*.

<sup>3</sup> Cfr. GERVAIS PIERRE, *art. cit.*, 836-838.

### 3. La colpa

La colpa, o meglio, il senso di colpa, è un prender coscienza del peccato avvenuto per arrivare alla confessione ed alla riconciliazione.

Peccato e colpa sono due dimensioni distinte: il primo è la situazione oggettiva di rottura del rapporto con Dio (in questo senso si potrebbe parlare di *colpa oggettiva*) attraverso la ricerca distorta di un bene; il senso di colpa è invece il prendere coscienza di questa situazione (si può perciò parlare di *colpa soggettiva*). Come ben si sa, avviene spesso che esista una situazione di peccato e tuttavia uno non se ne renda conto; affinché allora Dio possa entrare nel cuore dell'uomo per offrire il suo perdono, c'è bisogno di passare attraverso la soggettivazione della colpa, attraverso cioè il prendere coscienza del peccato commesso. Nella Bibbia questo servizio di risveglio della coscienza viene svolto in prevalenza dai profeti, i quali richiamano continuamente a rendersi conto del peccato: spesso l'intero popolo, con pagine vibranti di tenerezza e insieme di verità (cfr. ad es. Ez 16); altre volte la singola persona, come nell'incontro tra Natan e Davide (2 Sam 12).

#### *Messaggio diretto*

Si possono citare altri profeti, oltre a Natan, che invitano a rendersi conto del peccato: Isaia (1, 10-20); Geremia (3, 1 - 4, 4), dove in particolare esorta: «Ritorna Israele ribelle, dice il Signore, non ti mostrerò la faccia sdegnata, perché io sono pietoso, non conserverò l'ira per sempre. Su, riconosci la tua colpa, perché sei stata infedele al Signore tuo Dio, hai profuso l'amore agli stranieri sotto ogni albero verde, e non hai ascoltato la mia voce». Il profeta insiste appunto sulla necessità di riconoscersi lontani da Dio per poter ritornare a Lui<sup>4</sup>.

Lo stesso messaggio si ripete nel Nuovo Testamento quando Giovanni Battista proclama: «Convertitevi, perché il regno dei cieli è vicino» (Mt 3, 2). È un annuncio profetico che spinge l'uomo a prendere coscienza della colpa, del peccato. Per entrare nella dinamica della salvezza è necessario sentire la colpevolezza, provare il senso di colpa; altrimenti non si comprende perché Dio debba venire a salvare.

#### *Messaggio attraverso i fatti*

Un altro modo attraverso cui Dio arriva a parlare alla coscienza è dato dalle circostanze storiche, legate soprattutto alla paura della morte, che offrono l'occasione di prendere coscienza del peccato.

Amos fa riferimento ad avvenimenti concreti quando dice: «Vi ho lasciato a denti asciutti... vi ho pure rifiutato la pioggia... vi ho colpiti con ruggine... ho mandato a voi la peste... vi ho travolto» (4, 6-11). Un messaggio, questo, diretto a suscitare salutari interrogativi come ad esempio: «è colpa mia se mi trovo in una simile situazione?». Non è di per sé fuori luogo fare ragionamenti del genere, perché è proprio così che la coscienza si risveglia dal torpore del peccato<sup>5</sup>. Quello a cui bisogna stare attenti è che non si facciano indebite connessioni magiche di causa ed effetto tra lo stato di disagio e la colpevolezza, invece di limitarsi a considerare i fatti come circostanze provvidenziali per favorire una presa di coscienza. Un esempio si ha nella parabola del figliol prodigo: proprio nella situazione di penuria e di degrado ha cominciato a rientrare in se stesso, a ricordarsi del padre. La stessa dinamica si ritrova nel libro di Samuele; ci si trova in un contesto di battaglia ed il profeta dice:

«Ora, state attenti e osservate questa grande cosa che il Signore vuole operare sotto i vostri occhi. Non è forse questo il tempo della mietitura del grano? Ma io griderò al Signore ed Egli manderà tuoni e pioggia. Così vi persuaderete e constaterete che grande è il peccato che avete fatto davanti al Signore chiedendo un re per voi». Samuele allora invocò il Signore e il Signore mandò subito tuoni e pioggia in quel giorno. Tutto il popolo fu preso da grande timore del Signore e di Samuele. Tutto il popolo perciò disse a Samuele: «Prega il Signore tuo Dio per noi tuoi servi che non abbiamo a morire, poiché abbiamo aggiunto a tutti i nostri errori il peccato di aver chiesto per noi un re» (1 Sam 12, 16-19).

I fenomeni atmosferici del tuono e della pioggia, il raccolto andato a male sono l'occasione perché il popolo possa accorgersi della sua colpa e confessarla: «Abbiamo aggiunto a tutti i nostri errori il peccato di aver chiesto per noi un re». Simile è la dinamica esposta nel libro dei Giudici, e ancora in occasione della deportazione e dell'esilio in Babilonia; così pure in seguito, fino all'evento ultimo e determinante che è la morte e risurrezione del Signore.

<sup>4</sup> Cfr. anche Ez 16; Am 4, 4-12; 5, 4; Gl 2, 13; Sl 56, 9; Os 10, 12; Is 55, 6.

<sup>5</sup> Cfr. COSTACURTA BRUNA, *La vita minacciata*, Roma 1989, pp. 139ss.

## La realtà ultima

Uno dei sensi più profondi dei richiami profetici è quello di aprire gli occhi alla realtà: gli eventi duri richiamano ad uno scontro effettivo con essa per aprirsi su di essa, si tratti di fatto esteriore o interiore, fino all'evento ultimo e definitivo che condensa in sé tutte le altre realtà: la morte in croce di Gesù, l'Innocente. Gesù non è morto per un suo peccato - per cui non si può parlare di causa ed effetto tra sventura e peccato -; però l'evento storico che lo riguarda diventa per noi annuncio affinché prendiamo coscienza del nostro peccato: «Tutte le folle che erano accorse a questo spettacolo, ripensando a quanto avevano visto, se ne tornavano percuotendosi il petto» (Lc 23, 48).

A questi elementi di cui abbiamo parlato se ne deve aggiungere un altro, destinato a favorire la presa di coscienza del peccato: la legge. Poiché il rapporto con Dio è stato oggettivato attraverso le prescrizioni del codice di alleanza, una eventuale trasgressione di queste clausole viene ad essere indice di una distorsione o di una rottura del rapporto genuino con Dio, e si entra nella sfera del peccato. Su questo aspetto insisterà soprattutto S. Paolo<sup>6</sup>.

## 4. Il perdono

Il prendere coscienza del peccato, sotto la spinta dello Spirito di Dio, porta alla piena confessione nella speranza del perdono. Come viene spiegato in molti modi da S. Paolo (cfr. 2 Cor 5, 11 - 6, 2) è Dio stesso che cerca di perdonarci e non si stanca mai di mandare tanti messaggi perché l'uomo possa rendersi conto della situazione di peccato. Dio per primo desidera perdonare e riconciliarci a sé; non sarà la confessione a strappare a lui il perdono, ma essa avviene proprio perché già viene promesso un perdono attraverso il Signore morto e risorto.

In questo senso possiamo parlare della speranza che nasce dal perdono. Si tratta di una speranza fondata, appoggiata su una duplice realtà: da una parte l'esperienza viva di un proprio peccato, su cui si sono finalmente aperti gli occhi della coscienza; dall'altra parte il richiamo della promessa di Dio, che vuole perdonare. Affinché ci sia vera constatazione del reale, è necessario prender coscienza del peccato; se manca questa, si rischia di fare riferimento non al Signore che perdona ma ad un Dio che scusa e fa finta che non sia successo nulla. Ciò significherebbe negare una parte della realtà.

Nella storia biblica possiamo trovare un esempio di queste ultime affermazioni nella vicenda di Giuseppe, quando in Egitto si incontra di nuovo con i fratelli che l'avevano venduto. Giuseppe non li scusa, ma fa in modo che possano rendersi conto fino in fondo del peccato che hanno commesso, in particolare del dolore che hanno causato nel padre; solo allora si fa riconoscere e si riconcilia. Se si fosse comportato diversamente, la riconciliazione sarebbe stata superficiale o fittizia, perché non veniva messo in luce e risolto il motivo che aveva creato la frattura. Di qui nasce la speranza, perché si radica su un fatto reale; quel peccato concreto, ora riconosciuto, è stato perdonato; la paura dell'illusione scompare, perché nulla della realtà è stato omesso; né può rimanere il dubbio «se avesse conosciuto le cose fino in fondo, mi avrebbe perdonato?».

## 5. La «giustizia» del Vangelo

È importante rendersi conto che i punti appena descritti rappresentano le fasi attraverso cui passare se si vuole arrivare a una reale riconciliazione e vivere una speranza fondata. In tale prospettiva non è opportuno aver paura di far emergere tutta la malizia del peccato - e non è mancanza di rispetto o di amore - nell'intento di aiutare la persona a sentire pienamente l'intimità del suo rapporto con Dio, perché solo così si apre pienamente al perdono che viene da lui.

Questa è la vera giustizia, la giustizia del Vangelo. Il perdono non viene dato *nonostante* si sia peccato; ciò potrebbe significare che sarebbe più giusto che la persona non venisse perdonata, e che il perdono viene concesso quasi per un atto di debolezza, mentre a rigore di giustizia dovrebbe scattare la condanna.

*La prima vera giustizia consiste nel riportare al giusto rapporto con Dio e riguarda pertanto una relazione interpersonale: non si perdona nonostante la giustizia, ma si realizza in pienezza la giustizia perdonando, perché si restituisce alla persona il suo, cioè la sua ragione fondamentale di vita: il vero rapporto con Dio. È qui racchiuso il mistero dell'amore «pazzo» di Dio per noi!*

---

<sup>6</sup> Cfr. Rm 7, 7-13.

In questa prospettiva si comprende come il verso servizio spirituale verso una persona sia quello di aiutarla ad arrivare al pieno riconoscimento della propria colpa. Di qui la necessità di tenersi lontani da un certo paternalismo, vissuto forse in buona fede, che cede alla tentazione di coprire le mancanze e invita a non farci caso per tranquillizzare la coscienza.

## PARTE SECONDA CONSIDERAZIONI ANTROPOLOGICHE E PSICOLOGICHE

### 1. Il senso di colpa

Così come ci sono spiegati dalla Bibbia, il peccato, la colpa ed il perdono appaiono evidenti nelle loro connessioni reciproche. Nella realtà della condizione umana ci sono però delle complicazioni, che non provengono solo dal torpore della nostra coscienza irretita dalle tenebre del peccato, ma traggono origine piuttosto dalla struttura psicologica. Infatti la colpa non sempre è legata effettivamente ad una mancanza volontaria di cui siamo responsabili – il peccato -; esiste anche un senso di colpa istintivo e irrazionale, che può essere definito nel modo seguente:

Sentimento derivante dalla *percezione*, più o meno conscia, di aver trasgredito delle norme morali o sociali. In senso più strettamente psicoanalitico, il senso di colpa risulta dalla *tensione* tra *ego* e *superego*, ed è il modello primario nell'inconscio sentimento di colpa collegato al rapporto edipico. Il senso di colpa così definito non è identificabile con il concetto cristiano di pentimento, poiché prescinde da una valutazione del grado di *libertà* dell'individuo, non è in rapporto con Dio e non è frutto di un atto di *volontà* ma, appunto, sentimento istintivo<sup>7</sup>.

Di fatto si può riconoscere un senso di colpa che emerge dall'interno del nostro crescere psicologico e che non è legato né ad una trasgressione né alla libertà né alla volontà né al rapporto con Dio, ma piuttosto è collegato ad una percezione interiore soggettiva. Bisogna allora distinguere quando c'è un vero senso di colpa cristiano e quando invece il senso di colpa è legato a fattori istintivi. Queste due alternative non vanno messe in opposizione: analogamente a quanto osserva S. Ignazio di Loyola parlando degli scrupoli<sup>8</sup>, provare un qualche senso di colpa, o un qualche dubbio istintivo, può essere un bene perché stimola la chiarificazione. Ciò è analogo a quanto si diceva più sopra a proposito di alcune situazioni critiche descritte dalla Bibbia, dove la condizione di disagio porta a riflettere un po' di più sulla propria situazione. L'importante è non rimanere incapsulati in maniera tale da non saperne più uscire.

### 2. Le dinamiche di separazione

In una visione psicanalista il senso di colpa viene collegato al rapporto edipico. Pur non assumendo la visione psicanalitica, tuttavia si può rilevare che in effetti nella strutturazione della propria identità, del proprio io, si passa attraverso fasi di differenziazione e di separazione, come ad esempio avviene fin dai primissimi anni di vita nel rapporto con la figura materna.

Tale processo di separazione e di distinzione può essere percepito (non che di fatto sia necessariamente così) come rifiuto dell'altro: per diventare cioè se stesso, il soggetto ha quasi la sensazione di dover rifiutare l'altro, per esempio uno dei genitori. In maniera simile, quando si vive un qualche rapporto intenso, al momento della separazione geografica può sorgere il dubbio che questa venga intesa come rifiuto dell'altro. Similmente, nel terminare un periodo di condivisione profonda si può avere la percezione che separarsi equivalga a rifiutare o troncare la relazione, mentre di fatto può trattarsi di un'occasione per continuare a crescere attraverso il contatto con altre dimensioni della vita che stimolano una maggiore chiarificazione della propria persona.

Qualche psicologo dice che una delle fasi di crescita è caratterizzata da una percezione formulabile nei seguenti termini: *vita mea mors tua* (la vita mia a prezzo della tua morte). Si tratta di un passaggio verso un'ulteriore fase in cui le parti si invertono: *mors mea vita tua* (bisogna che io scompaia perché tu stia in vita). La mèta finale di questo processo è il pieno riconoscimento delle due alterità: *vita tua, vita mea* (la tua vita e la mia non sono in alternativa ma in comunione, e ciascuna ha un proprio spazio). Nelle fasi precedenti, la separazione può essere stata vissuta inconsapevolmente come aggressione, come uno sperare che l'altro morisse: questa è una delle radici da cui emerge il senso di colpa istintivo.

<sup>7</sup> RULLA LUIGI M., *Psicologia del profondo e vocazione*, Piemme, Casale Monferrato (AL), p. 254.

<sup>8</sup> S. IGNAZIO DI LOYOLA, *Esercizi Spirituali*, n. 348.

La vita stessa è intessuta di continue separazione che suscitano un senso di colpa non legato ad una effettiva colpa o a un qualcosa di moralmente sbagliato. Nel momento in cui ci si sta separando da un ambiente, spesso cominciano ad affiorare particolari sensi di colpa direttamente connessi sia con la situazione che si lascia (si pensa ad esempio di non aver fatto tutto il bene che si sarebbe potuto fare), sia con altre realtà che apparentemente non hanno alcun rapporto con quella in gioco. È probabile che parte del senso di colpa sia dovuto al fatto che più o meno consapevolmente si sia abituati a percepire il rifiuto dell'altro (o viceversa, l'essere rifiutati dall'altro) come condizione indispensabile per la separazione.

### 3. Le dinamiche all'interno della personalità

Abbiamo visto che un senso di colpa psicologico può essere attivato dalle dinamiche di separazione, ma le origini non si esauriscono solo in quelle occasioni. Ci sono altre dinamiche che, se sono immature, non favoriscono una percezione oggettiva della colpa. In un precedente convegno si era accennato alle dinamiche che vengono attivate all'interno della persona, già consolidata nella sua struttura, proprio in relazione alle mete da raggiungere<sup>9</sup>.

Si può infatti affermare che il livello più profondo del nostro esistere, la verità ultima di noi stessi, sta nell'essere fatti ad immagine e somiglianza di Dio, da cui nasce la vita e il perché della vita. Quando si usa la parola «profondo» bisogna distinguere un *profondo psicologico*, il campo cioè che si estende fino alla cosiddetta zona inconscia, da un *profondo religioso*, ancora più profondo del primo perché trova le sue radici in Dio e nel dono della sua vita.

Questo pulsare di vita che è dentro l'uomo, cioè l'essere creato ad immagine e somiglianza di Dio, è attratto verso Dio e contemporaneamente attivata da Dio stesso. Il punto di partenza e il punto di arrivo sono in stretta connessione tra loro, anche se la comunicazione non si realizza in maniera diretta ed immediata, ma richiede il passaggio attraverso varie mediazioni che consistono principalmente nel creato stesso, nella nostra struttura umana e nella nostra struttura psicologica.

Affinché allora l'immagine di Dio che è in noi si sviluppi e trovi il suo sbocco in Dio, deve passare attraverso la nostra personalità, attraverso il nostro io. Questa mediazione si specifica attorno alla relazione che viene a stabilirsi tra l'io attuale (il come sono ora) e l'io ideale (il come desidero essere, l'apertura di spazio illimitato attraverso la progettualità e le aspirazioni, in concomitanza con le esigenze della situazione concreta). Se il cammino dalla condizione attuale verso quella ideale esprime una linea verso Dio, e da Dio proviene, allora si può dire che i passaggi e le mediazioni sono in armonia con l'immagine di Dio. Ma se per qualche interferenza indebita non sono in armonia, il pulsare di vita che viene dall'immagine di Dio va a scontrarsi con qualche dinamica interna per poi ritornare verso se stessi. In tal caso non si può seguire pienamente la traiettoria verso Dio; al posto di un canale aperto si trova un filtro opaco, uno specchio. In un mio precedente intervento avevo parlato del simbolo trasparente oppure del simbolo come specchio; in questo secondo caso la progettualità, il mondo simbolico, il mondo delle aspirazioni diventano uno specchio di se stessi e non un riflesso dell'immagine di Dio e una trasparenza verso Dio.

Nella strutturazione psicologica può avvenire una distorsione non solo nella percezione di se stessi quali si è, ma anche nella formulazione dell'ideale. Ad esempio uno può proporsi come ideale di persona «perfettamente» cristiana il non arrabbiarsi mai, il non provare alcuna emozione aggressiva. È molto probabile che questo ideale irrealistico serva a coprire una paura inconsapevole della propria aggressività. In questo caso il senso di colpa può nascere non dal fatto che la persona sia realmente poco caritatevole, ma dal sentirsi in difetto davanti a una propria immagine ideale per aver soltanto provato un'emozione o un pensiero aggressivi. Lo stesso accade quando più o meno consapevolmente ci si propone un ideale di perfezionismo, dove il modello sottostante di riferimento è un ipotetico io angelico piuttosto che il Signore Gesù, Dio fatto uomo.

A proposito delle dinamiche di separazione si accennava ad un certo senso di colpa derivante dal venir meno di una relazione; qui invece ciò che viene a mancare è la stima di se stessi, una corretta relazione con se stessi. Ciò che crea angoscia non è tanto la mancanza nei riguardi di un Dio che ama, bensì il venir meno all'ideale di perfezione al quale sono strettamente connessi sia la stima di sé sia l'attesa di approvazione da parte degli altri. I ragionamenti che ne stanno alla base, reali anche se spesso inconfessati, potrebbero essere i seguenti: «Se sono perfetto, gli altri mi elogiano e mi approvano»; «Sono il bravo ragazzo, e non posso far vedere che non sono bravo». In definitiva il senso di colpa dovrebbe indicare di aver *mancato verso Dio*; di fatto però l'ansia è prodotta dalla paura del *mancare di*, ossia dalla paura di venire a mancare della presenza, della stima e dell'onore degli altri.

---

<sup>9</sup> Cfr. TATA FRANCESCO, *Dinamiche psicologiche e spirituali nel cammino di crescita della persona*, in *Appunti di Spiritualità*, n. 16, pp. 5-16.

Dinamiche del genere non aprono certo a Dio, ma chiudono in se stessi, perché l'interesse che muove non è arrivare a Dio e confrontarsi con la sua parola, e neppure cercare cosa il Signore dica sulla reale situazione; quest'ultima è vissuta invece con angoscia perché si ha paura di venire a mancare di qualcosa: non tanto di Dio, ma piuttosto di qualcosa che si è molto interessati a mantenere, per esempio una relazione di onore o di stima. Quello che in fondo preme non è la fedeltà a Dio, ma il salvare se stessi.

Può essere opportuno a questo punto un accenno alla sfera della sessualità. Bisogna tener presente che dal punto di vista psicologico il sesso ha anche caratteristiche di *plasticità* e di *ubiquità*. Attraverso l'emozione sessuale si possono infatti esprimere inconsapevolmente altre spinte emotive che il sesso, proprio per la sua plasticità ed ubiquità, si presta a realizzare in maniera simbolica. Per esempio una persona ha difficoltà a manifestare un episodio che riguarda il campo sessuale; ciò potrebbe significare, oltre all'istintivo pudore, il bisogno di mantenere qualcosa di intimo per sé, qualcosa da gestire per conto proprio, sottraendolo alla disposizione degli altri sia pure nella semplice informazione confidenziale. In questo caso il sesso viene a simboleggiare il tentativo di riservare uno spazio per sé, e viene indebitamente identificato con la propria intimità. E così per altre connessioni più frequenti, che interessano non solo il sesso ma anche altre spinte emotive.

#### 4. Distorsioni nel trattare il senso di colpa

Abbiamo visto come le dinamiche interne possano generare un senso di colpa irrazionale, da tenere presente insieme all'altro che corrisponde ad una reale colpevolezza. Anche nel primo caso si prova una sensazione simile a quella di un reale senso di colpa, perché si tratta sempre di situazioni psicologiche che riguardano il rapporto personale; e il peccato, come abbiamo notato più sopra, nel suo nucleo più centrale è appunto un distorcere il rapporto interpersonale con Dio.

Ora quando un senso di colpa ritenuto privo di «senso» dall'occhio della coscienza viene percepito come troppo angosciante, in quanto crea una sofferenza che si teme non riuscire a portare, allora si attivano alcuni meccanismi di difesa che permettono di cancellare o nascondere questa colpevolezza. Sono meccanismi di difesa, anche inconsci, che vanno da un livello più primordiale, quindi patologico, a livelli che interessano la vita normale di una personalità già strutturata. Questi ultimi sono classificati secondo i vari campi su cui operano: livello narcisista, livello immaturo, livello nevrotico<sup>10</sup>.

Al livello più primordiale, nei confronti del senso di colpa (e in generale nei confronti dell'ansia che si percepisce) si instaura una difesa attraverso un meccanismo di spaccatura in due della realtà, senza sfumature. Per esempio si formula un ideale *tutto buono*, a differenza di una situazione percepita come *tutta cattiva*. Per mantenere questa divisione semplicistica, che sembrerebbe risolvere ogni dubbio in quanto il confine è netto, diventa necessario che ogni possibile ombra sia negata o rimandata ed addebitata ad un'altra fonte, in modo che non venga scalfita quell'immagine ideale tutta buona. Si può dire che in questo caso viene negata una parte della realtà e la colpa di un eventuale elemento cattivo presente viene proiettata su altri. È quanto avviene, a diversi gradi, nella dinamica del capro espiatorio: all'interno di una comunità si ricerca inconsapevolmente una persona cui attribuire l'origine e la responsabilità dei guai comuni e dei conflitti; di conseguenza deve essere quella persona a pagare, mentre il resto della comunità può mantenere la sua buona facciata.

Vengono poi le difese che sono più proprie della vita normale. Qui lo stato di ansia o di colpa viene isolato e quindi spostato su qualche altra cosa fuori di sé, su qualcosa che si pensa poter controllare bene anche con la sola ragione, nel tentativo di dare una giustificazione; così ad esempio si dice, senza che ci sia una reale connessione: «Sono a disagio, perché il tempo è freddo».

Poiché sostenere un senso di colpa comporta fatica e sofferenza, capita che alcune guide spirituali siano portate con buone intenzioni ad alleviare questo peso; e così aiutano a razionalizzare, a scusare continuamente le situazioni di colpa, con la falsa prospettiva di assicurare le persone. E invece spesso c'è proprio bisogno di sentire e di vivere intensamente il senso di una colpa per rinnovare la propria vita e per trasformarla; oppure, come suggeriscono gli *Esercizi Spirituali*, c'è bisogno che una persona passi in qualche modo in una fase di scrupoli per crescere (EE, 348). Certe metodologie indiscriminatamente rassicuranti non sono formative. È vero che qualche volta bisogna consolare ed incoraggiare – lo dicono anche gli *Esercizi* (EE, 7) – ma consolare non significa distribuire arbitrariamente dosi di anestesia alla coscienza delle persone.

---

<sup>10</sup> Cfr. CENCINI-MANENTI, *Psicologia e formazione*, Ed. Dehoniane, Bologna 1985, pp. 252-279.

La fase più matura consisterà nell'esercitare l'attitudine delle persone a fermarsi un momento, per affrontare l'ansia ed il senso di colpa. Un fermarsi posponendo le azioni che si vorrebbero istintivamente porre per allontanare da sé la sensazione di colpa; un fermarsi per esaminare e vagliare la situazione il più oggettivamente possibile. Meglio ancora se la pausa riflessiva significa un atteggiamento di vigilanza orientato sia ad esaminare da dove provenga un'azione sia a prevedere dove porti un'altra, evitando gli estremi del tacitamento di coscienza da un lato e di una vigilanza ossessiva dall'altro.

Come utile difesa si può segnalare infine l'umorismo, cioè la capacità di ridere di se stessi in maniera sana, accogliendo il proprio limite con benevolenza, evitando di cadere nella pretesa di un perfezionismo irrealistico.

## 5. Conclusioni

Come abbiamo visto, il peccato è mancanza di verità, lontananza da Dio, tenebra; e non può essere individuato se non nell'incontro con il Signore che è verità, vita, luce.

D'altra parte c'è la nostra personalità, che porta nella sua radice il germe dato da Dio stesso: la pulsione continua di vita, derivante dall'essere fatti a sua immagine e somiglianza. Questa linfa passa attraverso una struttura nostra interiore caratterizzata in primo luogo dal consolidarsi della nostra identità e poi dalla dialettica originata dalla duplice polarità del come siamo attualmente e del come idealmente progettiamo di diventare.

Una lettura antropologica aperta al Trascendente permette di individuare le fasi costitutive del nostro essere e contemporaneamente di avvertire (riguardo al nostro tema) che ci può essere relativamente alle strutture psicologiche un senso di colpa istintivo, legato alle situazioni di cui abbiamo parlato sopra. Sarà allora utile distinguere questo senso di colpa istintivo dal senso di colpa direttamente connesso con un peccato oggettivamente presente e non con uno stato d'animo proveniente da una esperienza intrapsichica.

Sarà il confronto con una realtà oggettiva - quali sono la Parola di Dio, l'insegnamento della Chiesa e la coscienza formata - a individuare e suscitare un senso di colpa religioso e costruttivo, che non può essere confuso con quello istintivo, anche se probabilmente (come in ogni realtà umana) si dovrà parlare di un *continuum* tra colpa psicologica e colpa morale.

È essenziale che si faccia sempre riferimento alla valutazione oggettiva sia per riconoscere e non nascondere la vera colpa morale sia per identificare quello che è solo uno stato d'animo dettato da un conflitto psicologico interiore. Quest'ultimo, se non è riconosciuto, genera appunto un senso di colpa angosciante perché non si vede una soluzione reale.

Queste cose sono valide anche nella direzione spirituale. Per aiutare seriamente a far vivere un vero senso del peccato, ci si deve avvalere degli insegnamenti e dei fatti certi e non tanto del riferimento ad una propria morale soggettiva. Da come reagisce la persona si potrà anche valutare la sua maturità: sa distinguere tra il senso di colpa reale e quello suscitato da altre interferenze? sa riconoscere e prendere su di sé la propria colpa? oppure ricorre a quei meccanismi di difesa di cui si è parlato, attribuendo ad altri o ad altre circostanze una responsabilità che invece è sua o anche sua?

Come in ogni realtà umana è da accettare una fondamentale ambivalenza. Infatti tutti questi passaggi di mediazione dall'intimo desiderio di Dio alla sua realizzazione non solo possono avvenire in maniera prevalentemente distorta, così da generare un senso di colpa angosciante, ma anche possono succedersi in maniera prevalentemente armonica così da orientarsi coerentemente ed agilmente verso Dio, come dice il salmista:

«Il Dio che mi ha cinto di vigore  
e ha reso integro il mio cammino;  
mi ha dato agilità come di cerva,  
sulle alture mi ha fatto stare saldo;  
ha addestrato le mie mani alla battaglia,  
le mie braccia a tender l'arco di bronzo»<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup> Salmo 18, 33-35.



Perché il cuore diventi riconciliato, è necessario accettare e riconoscere il proprio sbaglio, cioè confrontarsi con la realtà. Il confronto con la realtà rende liberi, perché non permette di entrare nel gioco della menzogna, che a sua volta genera l'angoscia disperante. Allora si potrà pregare dal profondo del cuore il salmo della colpa perdonata:

Riconosco la mia colpa:  
contro di te, contro te solo ho peccato;  
ma tu vuoi la sincerità del cuore  
e nell'intimo m'insegni la sapienza.

Fammi sentire gioia e letizia,  
esulteranno le ossa che hai spezzato.

Rendimi la gioia di essere salvato,  
sostieni in me un animo generoso.

Signore, apri le mie labbra  
e la mia bocca proclami la tua lode<sup>12</sup>.

---

<sup>12</sup> Dal Salmo 51.