

E D U C A T O R I A L L A V O R O

La fragilità dell'io: scacco o parte della sua maturità?

Paola Magna *

Sembra una contraddizione, ma è proprio in una società dalle forti proposte «narcisiste» che – quasi come contraccolpo – si registra una spiccata vulnerabilità per il limite. I modelli ideali dell'eterna giovinezza, della forza e della potenza¹, nell'enfatizzare l'aspirazione umana all'immortalità, enfatizzano anche la paura della morte, la drammaticità del limite relegando questi aspetti all'area minacciosa dell'esistere, da esorcizzare o da negare. In un'ottica così, parlare del limite come risorsa (sia a livello personale che sociale) è difficile, se non come un'operazione consolatoria e una bugia terapeutica.

Perché sia davvero una risorsa, bisogna che il limite appartenga all'esistenza non come inconveniente ma come parte integrante del suo successo e compimento. È in questo quadro che ci poniamo la domanda: come può la fragilità diventare un'opportunità favorevole?

Qualche accenno sul contesto attuale

A livello religioso-ecclesiale, stiamo vivendo un'epoca particolare: possiamo ben dire di sperimentare la fragilità della nostra fede e della

* Psicologa e psicoterapeuta, guida di spiritualità ignaziana, Torino; docente all'Istituto Superiore per Formatori.

¹ Cf S. Morgalla, *Il mito dell'eterna giovinezza*, in «Tredimensioni», 10 (2013), pp. 9-15.

nostra appartenenza alla Chiesa nonostante il suo recente aumento di popolarità.

Il teologo torinese Roberto Repole sottolinea che stiamo vivendo la fine di un modello, quello di una cristianità in posizione di preminenza all'interno della società civile fino ad una sorta di sovrapposizione tra appartenenza alla Chiesa e alla società stessa². Sta mutando il modo di esistere della Chiesa nel mondo occidentale.

La crisi del modello della cristianità è da leggere in concomitanza con l'avvento e il consolidarsi della modernità e in particolare con il fenomeno della secolarizzazione che – secondo Repole – non è sinonimo di scristianizzazione, ateismo o accresciuta indifferenza religiosa. La secolarizzazione «è da leggersi come effetto del fatto che la religione non può più rappresentare, come nel passato, l'unico fattore di integrazione sociale. Il sistema religioso si trova infatti a vivere in una società funzionalmente differenziata»³. La secolarizzazione comporta che la religione non si trova più nelle condizioni di costituire lo «sfondo» in cui la società è possibile, ma è uno dei diversi sistemi in cui la società si differenzia. Il risvolto personale della secolarizzazione consiste, poi, nel mutamento delle condizioni del credere: da un atto dovuto anche da un punto di vista sociale ad un'opzione convinta e personale⁴. Tutto ciò può portare un effetto benefico per la chiesa nella misura in cui accetta di lasciare i suoi tratti tendenzialmente monolitici del passato e di accettare i mutamenti delle condizioni della credenza. Ma ciò comporta alcune domande: stiamo continuando come se questo fenomeno della secolarizzazione non ci fosse? Che cosa ci chiede di modificare per essere testimoni credibili del risorto? Quale è il sentire evangelico da attivare per vivere in modo proficuo il nostro essere «piccolo resto» nel mondo?

A livello socio-culturale. Ormai è di dominio pubblico l'idea che viviamo in una società «liquida» e dalle «passioni tristi», dunque, ben consapevoli della precarietà delle scelte, della instabilità delle relazioni, della non perennità dei valori a cui, nei giorni più recenti, si aggiunge l'incertezza del lavoro e dei soldi. Tutti aspetti che ci mettono

² R. Repole, *Come stelle in terra. La Chiesa nell'epoca della secolarizzazione*, Cittadella, Assisi 2012.

³ *Ivi*, p. 21.

⁴ *Cf ivi*, p. 27.

in contatto diretto con il limite. O facciamo come quei disoccupati che ormai hanno perso la voglia di cercare un lavoro o rimettiamo mano a rifondare le nostre certezze. Se anche l'identità diventa liquida e dalle passioni tristi, nel senso cioè che tutte le appartenenze perdono di coesione, bisognerà costruirne una più stabile fondata sulla relazione (recuperandone anche il suo modello nella Trinità divina). Come testimoniare la non conflittualità del rapporto fra libertà e legge di Dio, fra gestione di sé e dipendenza da Gesù? Abbiamo una Buona Notizia da comunicare, ma dobbiamo capire come può diventare buona anche per la cultura di oggi. Quali sono i valori che sono davvero valori? «Dare ragione della speranza che è in noi» è solo uno slogan o un progetto di riesame dei veri fondamenti della vita?⁵

Dimensione antropologica: limite e desiderio

Ogni persona vive al centro di movimenti e tendenze opposte. Vive fra limite e desiderio, in una tensione ontologica, presente inevitabilmente in tutti noi. Che noi siamo cittadini di due mondi con l'inevitabile tensione fra di essi non è una cosa che possiamo scegliere o rifiutare; possiamo solo accoglierla.

Il mondo del desiderio dice movimento, progressione, espansione; è il mondo della continua ricerca, degli ideali, delle aspirazioni. Quello del limite dice condizionamento, possibilità limitate, restringimento progressivo, fino a quello finale della morte.

Questi due movimenti sono continuamente presenti dentro di noi, anche se nelle diverse tappe della vita possiamo notare la prevalenza di uno sull'altro: il processo di espansione è tipico dell'infanzia/adolescenza/giovinezza... e lo ritroviamo già nel sentimento di onnipotenza tipico del bambino piccolo che crede di poter avere tutto ciò che vuole... Ma nello stesso bambino è già presente anche il mondo del limite, anche se lui non ne è pienamente cosciente: per esempio, quando piange e la mamma non lo soddisfa come lui vorrebbe, oppure quando lei non corre subito da lui provocandogli un'ansia di separazione... E viceversa, anche lo sviluppo estremo del limite – come nella malattia – non riesce a smorzare il mondo del

⁵ Cf anche C. Dotolo, *Progettare la propria vita nel tempo postmoderno*, in «Tredimensioni», 8 (2011), pp. 80-89.

desiderio. Sempre presenti, il corso della vita rimodula di continuo il loro intreccio.

Si tratta di una tensione esistenziale dolorosa che può portare la persona ad anestetizzare il mondo dei limiti creandosi «idoli di immortalità» come il successo, l'estetica, la perfezione fisica, il partito politico, i soldi..., e così facendo impara a trattare un bene finito come se avesse un valore infinito. Oppure si impara ad integrare i due mondi che contemporaneamente abitiamo, in un progetto di sé sufficientemente bilanciato fra ciò che è possibile e ciò che non lo è.

Le limitazioni psicologiche

Di fatto, la tensione tra desiderio e limite è complicata dalle limitazioni psicologiche presenti in ogni persona e che possono spingere ai due estremi «patologici»:

Negare il limite: è la persona perfezionista, che mostra eccessiva sicurezza in sé, autosufficienza (per cui farà fatica a chiedere aiuto), che non accetta di sbagliare, che tende a negare i sentimenti provati, che non fa attenzione al proprio corpo, che non accetta il limite del tempo e il percorso di invecchiamento.

Subire il limite: è la persona che sottolinea molto la propria insicurezza e incapacità; fa la vittima e tende a chiudersi; presenta continue lamentele e si sente inadeguata; manca di stima e tende ad evitare le responsabilità; non prende l'iniziativa e si tira indietro; vede solo i lati negativi di sé, prova un costante senso di colpa e di inferiorità.

Si può arrivare ad *accettare il limite* se ci si abitua ad integrare gradualmente il negativo già presente nell'esperienza di tutti i giorni. Ma ciò è possibile farlo se si accetta in partenza la fragilità di fondo del nostro esistere, dando ad essa un significato positivo e non vivendola come una minaccia o una sconfitta. In secondo luogo, è importante considerare il modo in cui viviamo il nostro mondo affettivo: le due derive del negare/subire sono più facilmente disponibili quando consideriamo i sentimenti e le emozioni come fastidiose interferenze, come espressione di fragilità e debolezza nel loro stesso porsi. In tal caso il sentire viene negato oppure subito anziché essere usato come ciò che dà colore e calore al progetto di sé.

Avverto l'influenza della mentalità contemporanea nella mia vita?

Sì, ogni giorno.

La mia fede mi protegge, quindi non la sento.

Qualche volta.

Il mio rapporto con il limite:

Lo vivo spesso e mi schiaccia.

Faccio finta che non ci sia.

Non lo voglio sentire e lo nego.

Come valuto le emozioni e i sentimenti miei e negli altri:

Sono segno di fragilità e debolezza, quindi vanno nascoste.

Sono il «battito della vita», ciò che colora il quotidiano.

Mi danno fastidio e tendo a schiacciarle.

Il caso dei limiti di «genere»

Il divario fra desiderio e limite si fa esperienza sensibile negli episodi di crisi. Malgrado il senso comune del termine, la crisi non rimanda a significati catastrofici, ma a quello di «scelta» (quindi a processi di separazione) in cui si deve trovare una nuova mediazione fra il possibile e il desiderabile senza sapere quale sarà il risultato.

Si può considerare una duplice versione della crisi: quella *individuale*, delle persone singole nel loro percorso evolutivo di vita; e quella più *relazionale* legata al contesto in cui ci si trova a vivere.

Di solito sono due crisi che si intrecciano «nel male» ma anche «nel bene» perchè l'una si supera con il contributo dell'altra. «Essere se stessi con gli altri» è un risultato che viene dall'interno di sé ma anche dal contributo dell'altro.

Un esempio molto significativo è la relazione maschio e femmina. Affrontare il proprio limite di genere intrecciandolo con il limite di genere dell'altro/a può aiutare ad accettarlo fino a viverlo come incremento della propria identità.

Questo fronte del limite di genere è piuttosto attuale, ritornato alla ribalta in modo nuovo, sotto la spinta dell'emergente problematica lanciata dal pensiero «gender» che nelle sue posizioni estreme nega la differenza ontologica tra uomo e donna, da ascrivere alla cultura

più che alla natura. L'identità di genere sarebbe perciò liberamente opzionabile, se non addirittura da ignorare o abbattere, poiché gli stessi cinque generi (etero, omo, lesbo, bisessuale e trans) altro non sarebbero che espressioni convenzionali per indicare alcuni punti situati all'interno di un *continuum* identitario ai cui estremi opposti vi sono la figura del cosiddetto maschio identitario e della cosiddetta femmina identitaria. Tali teorie sostengono che «non esiste una vera differenza fisica e biologica tra uomini e donne determinata da fattori, diciamo così, materiali, legati al corpo, ma che gli uomini e le donne sono esattamente uguali da ogni punto di vista; c'è quella piccola differenza morfologica, ma che non conta niente. Invece la differenza maschile/femminile è una differenza esclusivamente culturale, cioè gli uomini sono uomini perché sono educati da uomini, le donne sono donne perché sono educate da donne; se non ci fossero queste costruzioni culturali non ci sarebbero differenze tra donne e uomini, ma il genere umano sarebbe fatto di persone uguali, indifferenti, non ci sarebbe nessuna diversità...»⁶. Se applicate al nostro tema, queste posizioni suggerirebbero che la persona, nell'inevitabile compito di integrare i due mondi che la costituiscono, quello del limite e quello del desiderio, ha soltanto degli interlocutori omologhi a lei e – una volta annullato il potenziale insito nella diversità uomo/donna – è sola con la sua crisi, senza il contributo della diversità altrui.

Di fatto, il dato che l'esperienza ci consegna è che l'integrazione del limite di genere è vissuto in modo diverso dalle donne e dagli uomini e quindi, reciprocamente arricchente per entrambi⁷.

Vivere le crisi come donne: l'espressione di sé e soprattutto dei propri sentimenti è per loro di capitale importanza. Dimostrare attenzione alle necessità e ai sentimenti altrui è, per loro, motivo di orgoglio. Quando parlano dei loro problemi sono portate d'istinto ad offrire soluzioni, il che le rende più equipaggiate di fronte alle crisi. Tuttavia, per la continuità emotiva (le emozioni che vive sono compresenti e

⁶ L. Scaraffia, *Origine e profilo storico del Gender*, Intervento al Convegno *L'ideologia del Gender, maschio e femmina, natura e cultura*, Associazione scienza e vita, Firenze, 21-04-2008. Contrasta con le teorie del gender una riscoperta delle differenze tra uomo e donna: nel 1992 lo psicologo americano John Gray aveva scritto il libro, subito tradotto in italiano dalla casa editrice Sonzogno, *Gli uomini vengono da Marte, le donne da Venere. Imparare a parlarsi per continuare ad amarsi*. Il libro ha talmente risposto ad un'esigenza di pubblico che dal 2000 è stato edito da Rizzoli e continua tuttora ad essere in vendita.

⁷ P. Magna, *Alla ricerca di un rapporto riconciliato uomo-donna e marito-moglie*, in «Tredimensioni», 1 (2004), pp. 59-76 (anche in www.isfo.it).

costanti dentro di lei, quasi in una sorta di stratificazione di emozioni diverse), noi donne rischiamo di vivere delle crisi amplificate, pervasive, faticando nell'arginare le difficoltà, ed i problemi in questo modo diventano generali, andando a coinvolgere altri aspetti della vita. Un'altra caratteristica è che viviamo le crisi in modo troppo affettivo ed emotivo, perdendo a volte la giusta distanza dalle situazioni. Infine è importante il momento evolutivo che si sta vivendo (le fluttuazioni emotive dovute al ciclo mensile oppure le conseguenze della menopausa, le reazioni emotive in seguito ad un cambiamento di vita o di ufficio...).

Vivere le crisi come uomini: nella loro maggior semplicità e capacità di arginare le emozioni, di concentrarsi su una cosa alla volta, riescono ad affrontare meglio le difficoltà e le crisi. Di solito danno importanza al potere, alla competenza, all'efficienza e ai risultati, vivono quindi mettendosi continuamente alla prova e tentando di sviluppare la loro abilità. Si sentono realizzati soprattutto attraverso il raggiungimento di determinati obiettivi e il successo. A loro interessano in genere più gli oggetti delle cose, delle persone e dei sentimenti.

Se da una parte, queste differenze possono portare a conflitti fra maschio e femmina, dall'altra possono anche complementarsi fra loro andando, così, ad irrobustire l'identità dei singoli circa la conciliazione dei due mondi interiori che entrambi li abitano. Ci può essere un circolo virtuoso fra limiti di genere, identità e relazione.

La prospettiva cristiana

Perché il limite sia risorsa, bisogna che appartenga all'esistenza non come inconveniente, ma come parte del suo successo e compimento.

Ciò è evidente nel messaggio cristiano, proprio in forza della sua struttura incarnatoria che fa del limite una modalità essenziale del rivelarsi di Dio a noi e del nostro rispondere a Lui. Il fatto che Dio si sia rivelato in Cristo fatto uomo (dunque, subendo una limitazione) non dice una restrizione di Dio ma la condizione del suo poter essere Dio-per-l'uomo e, dall'altra parte, la nostra limitatezza creaturale non è un ostacolo, ma la modalità con cui noi a Lui rispondiamo. Nella visione cristiana il limite è una variabile importante, da mettere in stretta connessione con la dimensione di mistero del nostro essere

umano. La logica dell'incarnazione è il fondamento profondo di un approccio di integrazione. Affermare – come fa S. Paolo – che «quando sono debole, è allora che sono forte», che «la forza si manifesta pienamente nella debolezza», che «mi vanterò ben volentieri delle mie debolezze, perché dimori in me la potenza di Cristo», che «se è necessario vantarsi, mi vanterò della mia debolezza»... sono tutt'altro che affermazioni spiritualiste.

Per i credenti, la debolezza rientra nel disegno mirabile di salvezza e permette alla potenza di Dio di manifestarsi pienamente. «È un messaggio formidabile, inimmaginabile. Noi riteniamo che la debolezza sia un ostacolo, che dovrebbe essere tolta – lo credeva anche S. Paolo – e il Signore ci risponde che fa parte del suo piano di amore e di salvezza... Nella debolezza degli apostoli si rivela meglio quella potenza, proveniente da Dio, che legittima il ministero... La debolezza che Paolo sperimenta nasce da un *feeling*, da un sentire spirituale che lo porta a incarnare nella quotidianità il mistero della morte di Gesù e permette a Dio di agire liberamente e realmente, attraverso la sua fragilità»⁸.

Il Dio di Gesù Cristo «si rivela soprattutto nell'amore misericordioso affinché noi poveri peccatori possiamo contemplare la sua grazia nella nostra vita»⁹: qui troviamo il fondamento, per noi credenti, della fragilità come occasione favorevole.

⁸ C.M. Martini, *La debolezza è la mia forza*, Piemme, Torino 2000, pp. 45-46.

⁹ *Ivi*, p. 49.