

## *Cosa ne facciamo del nostro passato?*

Andrea Peruffo\*

**I**l rapporto con il tempo è una delle componenti centrali della qualità di vita delle persone ma lo scorrere del tempo può essere fonte di speranza o sconforto, di attesa o incubo, di desiderio o preoccupazione.... Se poi andiamo nel contesto più direttamente educativo, l'esperienza insegna che aiutare una persona a fare e a mantenere un progetto di vita significa lavorare con lei per mettere il suo presente in relazione ai suoi progetti futuri ma anche al suo passato, non di rado difficile e problematico.

### ***Tutto è cambiato!***

Di ritorno da un'esperienza di volontariato internazionale, Luca si decide ad andare a parlare con il suo giovane parroco. Finora, con lui aveva scambiato poche parole, non aveva mai attraversato la porta della canonica e anche in chiesa non andava con regolarità. Ora però vuole condividere con lui l'esperienza appena fatta.

L'inizio è di quelli che lasciano intravedere l'importanza del momento. Dopo qualche preliminare, Luca arriva al dunque: «Sai, è successo qualcosa d'importante nel mese in cui sono stato via... è difficile da raccontare e da capire per chi non l'ha vissuto!». Il parroco lo incoraggia. Luca riprende: «Beh, detto in parole semplici sento che dentro di me qualcosa è cambiato. Non che ora sia tutto chiaro, anzi ho più confusione di prima, ma ho intuito che devo dare una svolta alla mia vita: chiudere con il passato fatto di cose normali ma un po' monotone e vuote, per aprire un nuovo capitolo. Nei momenti di preghiera con i missionari ho incontrato un Dio diverso, più vicino alla gente, più vicino a me. Non posso più far finta di niente...». Nel silenzio che segue, Luca sembra lasciarsi andare a ricordi di momenti molto intensi.

«Mi sembra bello quello che vivi», dice il prete con volto sorridente e compiaciuto nel vedere le vie infinite dell'azione di Dio. Interiormente, però, rimane molto pensieroso. Luca, prima di partire per la missione, andava sporadicamente in chiesa; dalla madre di lui il parroco aveva saputo che è studente universitario fuori corso e conoscendolo un po' si è fatto l'idea di un ragazzo abbastanza polemico; agli amici era noto per la sua cocciutaggine e per le sfide che ingaggiava con loro e con la sua stessa ragazza, lasciata poi senza troppe giustificazioni con la scusa della partenza per l'America Latina.

Luca riprende a parlare con entusiasmo appassionato e coinvolgente: «Come ti dicevo, la mia vita è cambiata... con tutte quelle povertà che ho visto! E pensare che se

---

\* Psicologo, Seminario Vescovile di Vicenza.

prima stavo con la mia ragazza era soltanto perché mi aveva fatto colpo la sua bellezza. Ora mi piacerebbe dare agli altri non solo un po' di tempo, ma tutto, tutta la vita. Vorrei partire... e vivere la semplicità del vangelo». Al parroco viene in mente che Luca è figlio unico di una famiglia molto ricca.

Mentre sta parlando, Luca si ferma un attimo quasi rendendosi di correre un po' troppo. «Non subito naturalmente, anche perché si tratta di capire bene cosa mi è successo, tanto più che i miei genitori non capiscono che cosa vado cercando dato che a casa ho tutto quello che voglio... Cosa ne pensi? Sono uno dei tanti giovani illusi che vogliono cambiare il mondo?».

L'incontro continua in modo cordiale per circa un'ora. Luca, pur nel suo entusiasmo, sembra avere anche la consapevolezza del cammino che deve fare. Da una parte vorrebbe finire l'università e allo stesso tempo pensa di coltivare questa idea, aperto alle varie proposte.

Credo che a tutti, in modo intuitivo, vengano spontanee alcune domande: chi è Luca? Da dove nasce questo suo desiderio? Chi era prima di questa esperienza? Che cosa faceva? E se fosse solo un fuoco di paglia? Sappiamo tutti: molte belle intuizioni che nascono in un contesto di esperienze forti finiscono poi con lo svuotarsi a contatto con la routine quotidiana che sembra esaurire la carica ideale dell'esperienza vissuta e dove il passato, che ci si illudeva di aver cancellato, ritorna con le sue domande e inquietudini.

Fermiamo la nostra attenzione al rapporto fra cambiamento di vita e passato e chiediamoci: basta «voltare pagina» sulla scia del nuovo evento illuminante o bisogna in qualche modo collegare la novità con quello che c'è stato prima<sup>i</sup>?

### ***Il tempo spezzato***

Il riferimento al passato come chiave di lettura per cogliere il processo evolutivo della vita ci porta ad una considerazione per alcuni aspetti scontata ma allo stesso tempo determinante: l'esistenza umana si snoda nel tempo ed è nello scorrere del tempo che prende progressivamente forma. Lo scorrere dei giorni diventa storia personale che si incontra con la storia di altre persone e questo intreccio diventa biografia, racconto intriso di fatti-ricordi, di emozioni, di speranze. Il tempo, insomma, diventa componente fondamentale per la progressiva configurazione della nostra identità.

A questo proposito può essere interessante ricordare la prospettiva di Galimberti che spiega alcune psicopatologie con la categoria del tempo e le legge in termini di destrutturazione della temporalità<sup>ii</sup>. Alla persona maniacale tutta proiettata in un presente senza radici e senza futuro, momentaneo e fuggevole in un susseguirsi di istanti, fa da eco la situazione depressiva dove la persona si trova come prigioniera del proprio passato e il suo presente sembra essere un pesante e triste ripetersi di cose già viste. Sono situazioni dove il futuro non esiste se non come edizione aggiornata di qualcosa di già sperimentato, il passato di fatto non è passato ma congela il presente e blocca il futuro della persona.

Altre volte, c'è solo lo spazio per un eterno presente, come nel caso di chi si descrive una persona impulsiva: in prospettiva temporale, ciò può voler dire che l'impulsivo è come schiavo del presente momentaneo dove le funzioni integrative e più evolute dell'Io non riescono a compiere adeguatamente il loro compito.

Ci sono anche persone ancorate in modo nostalgico al loro passato, il cui desiderio più grande è quello di far ritorno o di far tornare un passato idealizzato<sup>iii</sup>. La persona nostalgica rimpiange alcuni aspetti del suo passato con un ricordo che assume il sapore dell'agrodolce. Può riferirsi a qualche momento dell'infanzia oppure a qualche altra tappa della vita, ma alla radice sembra esserci il dolore per quel passato perché non più recuperabile e il desiderio cocciuto di renderlo, invece, ancora presente e attuale. Il meccanismo della nostalgia si associa, allora, all'incapacità di vivere e superare il lutto della perdita. L'esperienza del distacco non ha avuto successo, con la conseguente incapacità di recuperare quel passato secondo una modalità nuova. Tenacemente attaccato ad un passato che non c'è più, il nostalgico non sa viverlo nel presente con modalità nuova e per esso rinuncia al presente. Quel passato, però, inconsciamente non è accettato nelle sue implicanze più profonde neanche dal nostalgico: prova ne è che quei ricordi operano nel presente come forza frenante e di disturbo rispetto ai nuovi contesti di vita. In termini di psicologia dell'età evolutiva ciò che il nostalgico vive ripropone e ripercorre il dilemma «separazione-individuazione» del bambino: già nell'infanzia, il bambino scopre che c'è una separazione da vivere e sente che essa fa male eppure è anche vitale perché solo separandosi dalle figure di riferimento lui potrà assumere una propria identità che lo porterà a vivere il mondo in modo personale.

Passato ripetuto, negato, subito, conservato...: modalità diverse di vivere il rapporto con il tempo, così da favorire o meno il passaggio verso il principio di realtà, vera svolta nella maturazione dell'individuo.

Vivere bene il tempo implica far sì che il passato diventi memoria personale (oltre che collettiva) che entra a garantire la qualità del presente e con il presente apre a ulteriori direzioni verso il futuro, in una tensione mai del tutto eliminabile. Bisognerà attendere l'età della saggezza (con riferimento all'ottavo stadio di Erikson o alla sapienza biblica) perché ciò che è già stato diventi maestro di quello che sarà e il tutto sia considerato degno di essere consegnato alle generazioni future in aiuto al loro inizio. Ma il saggio del domani dovrà essere stato un giovane che ha saputo interrogare e accogliere il proprio passato.

### ***Tre modi di vivere il passato***

Interrogarsi sul passato della persona che incontriamo per un cammino di maturità obbedisce, dal punto di vista psicologico, ad un presupposto teorico importante: per costruire qualcosa di significativo nel futuro della persona bisogna essere attenti al suo passato dal quale non si può prescindere nel bene o nel male. Il riferimento al mondo ideale e ai valori personali o la conoscenza delle sue caratteristiche attuali non sono sufficienti per poter fare un progetto che sfidi il tempo nel segno della perseveranza.

Sull'assunto teorico dell'importanza del passato molte scuole psicologiche si ritrovano<sup>iv</sup>. Come, invece, gestire le informazioni sul passato è meno chiaro. Il rischio è di cadere in una sorta di determinismo deresponsabilizzante che, con

eccessiva semplificazione, tende a ridurre la complessità dell'essere umano a poche categorie che dovrebbero essere capaci di illuminare il vissuto<sup>v</sup>.

*La domanda non è: come sbarazzarci del passato o come conservarlo? Ma: che cosa ne facciamo, oggi, del nostro passato inevitabilmente presente? Che tipo di presenza gli vogliamo riservare?*

La domanda è interessante anche perché, incontrando diverse persone e storie, si può facilmente verificare che il passato è considerato e vissuto in modi molto diversi. Per alcuni è peso insopportabile di ricordi da dimenticare, per altri è un bagaglio di eventi indimenticabili da immortalare, per altri si tratta semplicemente di leggerezze da ricordare con sorriso bonario, per altri di un periodo da sconfessare in nome di quella novità o conversione che dovrebbe aver segnato un nuovo inizio... Possiamo raggruppare gli infiniti modi di relazionarsi al proprio passato nelle tre modalità che seguono.

*Il passato non conta!*

In questa modalità si dice a se stessi e agli altri che quello che è successo prima non è poi così importante e si può anche farne a meno, visto che non esiste più e non è più tanto chiaro nella memoria... Questa interpretazione fiorisce là dove si enfatizza l'importanza del presente per la forza rigeneratrice che la nuova esperienza vi ha innescato. Riceve un'ulteriore teorizzazione da una falsa interpretazione della prospettiva teologica che pone al centro l'azione potente di Dio capace di fare nuove le cose vecchie. Ritornando a Luca, se il parroco segue questa modalità si congratulerà con Luca e prendendo al balzo la palla della novità, confermerà che ciò che Luca sente è una chiamata a vita nuova: c'è un nuovo inizio e questo è quello che conta! In seconda istanza, rafforzerà questa novità e lo potrà fare sia a livello cognitivo come pure a quello emotivo: gli parlerà della conversione e proporrà a Luca il confronto con persone che hanno vissuto cambiamenti come il suo. Se immaginiamo tutto questo graficamente in una linea dove nell'asse orizzontale è segnato lo scorrere del tempo e nell'asse verticale la qualità di vita (intesa in senso globale), il grafico risulterà in qualche modo spezzato con un salto verso l'alto preciso e nitido e con una linea di demarcazione fra il prima e il dopo.

*Il passato è determinante!*

Una seconda possibilità è quella di mettersi a raccogliere la biografia del passato con particolare attenzione ai vari vissuti, soprattutto ai più cruciali. Come l'archeologo, si va alla ricerca delle tracce dei passaggi più importanti che hanno segnato la vita della persona e in qualche modo ne hanno determinato le scelte future. A Luca si chiederebbe di fare il racconto della sua vita, della famiglia, delle amicizie, delle esperienze... in modo da ritrovare in questo percorso le tappe del suo processo di sviluppo. Il procedimento è sensato: in tutti noi e sempre agisce la «memoria affettiva» che è quel particolare tipo di memoria che non solo ricorda ma che colora i ricordi di una carica emotiva tale per cui certe esperienze passate vengono memorizzate come interessanti (e quindi da ripetere) mentre altre come spiacevoli (e quindi da evitare). Lo scavare nel passato può aiutare a ricordare

affettivamente in modo corretto così che il ricordo non porti solo a ripetere o ad evitare, ma possa liberare nuove energie e possibilità di vita. In questo percorso c'è uno sbilanciamento sulla prospettiva del passato, con maggiore attenzione agli elementi inconsci della persona piuttosto che a quelli consci presenti nelle intenzioni e nel raccontarsi. Occorre però tener distinto il determinismo dal peso, a volte determinante, dell'inconscio, capace di frenare e/o annebbiare la libertà e la volontà del soggetto nelle sue scelte cosce.

### *Il passato per un futuro che duri*

Questa modalità parte dall'assunto che se è vero che non si può prescindere dal passato di una persona, dall'altra parte non si può dimenticare il suo libero progettarsi nel futuro.

Ritiene utili ma insufficienti i due approcci precedenti. Ognuno di quei due approcci sfrutta solo la metà del potenziale contenuto nell'esperienza. Il primo perché si limita alle attuali forze presenti nel soggetto e alla loro organizzazione in rapporto ad un fine. Il secondo perché si concentra sul rapporto simbolico fra passato e presente e fra inconscio e conscio. Per vivere bene il presente si può tornare indietro ad un passato già consolidato e scavare nel profondo, oppure felicitarsi della novità del presente. Ma anche –e questa è la terza modalità- si può guardare avanti per scoprire come ci si stava e ci si sta preparando al futuro. Quando ci rivolgiamo indietro, l'oggi è il risultato di un passato. Quando guardiamo all'oggi, l'oggi è lasciato a se stesso. Quando guardiamo anche avanti, vogliamo garantire quello che succederà da oggi in poi. Sono tre modi di trattare il presente: come effetto del passato, come organizzazione dell'oggi, come progettazione del futuro.

Questo terza modalità vede la novità del presente che assume la forma di nuove speranze e desideri, ma non lo isola in se stesso perché se il presente non rimanda alle puntate precedenti non è detto che sia anticipo di un futuro migliore. Ma guarda anche al passato per recuperare la memoria affettiva da immettere in un presente che sfidi il tempo nel segno della perseveranza.

### *Usare bene il proprio passato*

Questa terza –e più soddisfacente- modalità di relazionarsi al proprio passato come garanzia di futuro, a livello operativo consiglia di muoversi secondo una triplice direttrice<sup>vi</sup>.

#### *Accettazione*

In primo luogo si deve lavorare per saper accogliere la propria storia. Il che non è scontato perché accettare non significa prendere atto («è andata così!»), subire l'ineluttabilità del dato («non ci posso fare niente!»), la sua insignificanza («non importa, non è nulla!») e neppure rassegnarsi («pazienza!»), quanto piuttosto lasciare che la nostra storia parli con informazioni utili ad aprire nuovi orizzonti. Non è facile, soprattutto se si tratta di un passato che in prima battuta parla solo in negativo, che ha fatto male e continua a ferire anche a distanza di tempo<sup>vii</sup>. Lasciare che esprima parole di saggezza per l'oggi e per domani non è facile neanche se è un

passato positivo perché in questo caso, se non offre parole di rabbia o di colpa, può fermarsi a quelle della nostalgia, neanche loro capaci, come abbiamo visto, di superare il lutto. Perché escano parole di saggezza occorre passare attraverso l'elaborazione del lutto e, come dicevamo prima, attraverso il dilemma della separazione-individuazione.

Il passato di Luca è importante affinché non gli succeda di costruire la casa sulla sabbia. Lo deve indagare per trovarvi le linee di fragilità e di forza, le situazioni annodate che hanno bisogno di un paziente lavoro di semplificazione, le potenzialità avvertite ma lasciate in sospeso o le risposte sbagliate a domande giuste... Sarebbe pertanto consigliabile avere notizie più approfondite sull'impegno universitario di Luca, su come lui ha vissuto la ricchezza economica della famiglia o su cosa intenda quando parla della sua «confusione di prima». L'intento non è gettare un'ombra di sospetto sulla nuova scoperta di Luca ma aiutarlo a fare i conti con la sua storia come una storia che, nel suo complesso e anche con le sue contraddizioni, lo ha portato a quell'esperienza di volontariato e alle domande di senso connesse. Il passato non è qualcosa da dimenticare, perché proprio in quel passato c'erano degli appelli, magari espressi anche solo come ferita, desiderio o omissioni, che hanno spinto Luca a mettersi in movimento. E forse, nel suo passato, di questi appelli ce ne sono altri che aspettano di trovare voce!

Accettare il passato è, allora, vivere un atteggiamento di continua e progressiva rielaborazione della propria storia perché sia una storia *parlante* del mistero della vita. Fatti che in un primo momento sembra che sia meglio dimenticare il prima possibile perché pesanti o inutili sono spesso le prime vere tappe di una storia vocazionale. Riprendendo l'immagine grafica della linea della vita ricordata prima, nella scansione temporale ci sarà sempre un momento di svolta, un cambio di livello, ma non si tratterà di un cambio netto e preciso quanto piuttosto di un andamento più lineare che riconosce come alcuni elementi della vita di prima fossero carichi di possibilità che un po' alla volta stanno trovando esplicitazione.

### *Responsabilità*

Luca nella novità dell'oggi deve assumersi la paternità anche del suo passato. L'andare a parlare con il proprio parroco va già in questa direzione. Il tema interessante da approfondire potrebbe essere quello del suo antico modo di mettersi in relazione con stile della sfida e cocciutaggine tanto noto anche agli amici, per evitare il rischio che la chiesa e la fame nel mondo diventino il suo nuovo campo di battaglia da cui prima o poi uscire deluso alla ricerca di nuove e ulteriori sfide. Se Luca riconosce, anche oggi e come suo, quel suo vecchio stile abbandonando l'illusione che si sia sciolto come neve al sole, sarà maggiormente tutelato a non riattivarlo con contenuti nuovi ma vecchi nella sostanza.

Il passato accettato non è più coazione a ripeterlo ma scuola di libertà da rigiocarsi nella quotidianità del presente. Un tipo di «pensiero responsabile» di Luca potrebbe essere questo: «Visto che ho riconosciuto nella mia storia la tendenza allo scontro e alle sfide anche se in nome di grandi ideali, come posso ora, dopo l'esperienza in missione, vivere il mio ritorno in Italia? Faccio una nuova battaglia alla *no global* o attivo un pensiero critico e propositivo che si prende le proprie responsabilità, iniziando per esempio a mettermi in regola con l'università e a fare un po' meno il figlio di papà danaroso?».

## *Appello al futuro*

Accettazione e responsabilità preparano la terza direttrice, quella della chiamata o appello al futuro. Dal «ricordo quel che ero», attraverso il «sono anche quel che ero», si giunge -quasi per inerzia- al «...e adesso, come mi muovo?». Questa terza direttrice è come lo squillo di tromba che incita a disfare l'accampamento, il fischio che annuncia la ripartenza del treno.

Quando Luca dice che «si tratta di capire bene» non dovrebbe riferirsi ad un discorso tecnico (Restare o andare in missione? Laurearsi o dare il tempo agli altri? Riprendere con la ragazza o frequentare il gruppo missionario?...). Dovrebbe spostare l'attenzione dai contenuti (quali azioni adottare?) all'orizzonte di vita (con quale stile vivere?). Dopo l'esperienza forte della missione, ora si prospetta per lui il momento di consegnarsi come persona nella sua integralità e non con dei semplici atti di disponibilità esecutiva e stagionale. Il suo contatto oculare con la povertà dell'America Latina ma, prima ancora, il volto dei suoi genitori che «non capivano il suo non essere contento», le sfide inutili ingaggiate con la ragazza e la sua apatia all'università... sono un appello -oggi nuovo ma allo stesso tempo ben radicato nel suo passato- di massimo e stabile coinvolgimento e la risposta non può semplicemente essere quella di scegliere se fare o no buone azioni. Non si tratta ancora -come giustamente Luca stesso ha intuito- di scegliere a chi donarsi e come donarsi, ma anzitutto e soprattutto se donarsi e senza riserve, di qualsiasi tipo. Poi farà quello che vorrà, ma dentro ad una prospettiva di apertura maggiore alla vita.

## ***La mia vita è cambiata? Meglio dire: continua a scoprire!***

L'intreccio di accettazione-responsabilità-chiamata nei confronti della propria storia opera una vera e propria trasformazione della vita delle persone. Il passato non cambia nei suoi fatti oggettivi ma nel potenziale di sapienza che sa fornire alla persona che lo vive.

Torniamo a Luca e proviamo ad immaginare come avrebbe raccontato la sua vita prima dell'esperienza di volontariato. Più o meno e usando le stesse informazioni che ha dato al parroco, si sarebbe descritto così: «Faccio cose normali. Niente di strano. Con la mia ragazza sto bene anche se è una sfida continua, ma andiamo avanti, anche perché ciò che mi fa colpo è la sua bellezza; in casa ho tutto quello che voglio e i miei genitori non capiscono perché mi lamento; all'università me la cavo; tutto sommato va bene».

Dopo il viaggio, abbiamo visto che nel dialogo con il parroco usa le stesse informazioni ma per descriversi in modo molto diverso: il passato non c'è più.

Proviamo ora ad immaginarci Luca nel futuro, (per quanto questa operazione sia estremamente rischiosa la facciamo per gioco, per un istante). Ci auguriamo una descrizione di sé di questo tipo: «Non mi dilungo su tutte le cose che ho fatto in questi anni, ma sui passaggi che ho attraversato. C'è voluto del tempo, ma ho capito che già prima di fare quell'esperienza missionaria, le mie sfide da ragazzo non erano solo "roba da ragazzi" ma i primi passi -qualche volta un po' sopra le righe- di un sentiero di autenticità da parte di uno che non voleva vivere banalmente. Ho poi pensato che bisognasse fare qualcosa di nuovo e di "forte" e sono andato in America Latina. C'è voluto del tempo per rendermi conto che quel viaggio non era che

un'altra tappa per scoperte ben più profonde e stupefacenti. Non le porto via altro tempo per dirle che cosa, da allora, ho fatto e sto facendo. Volevo solo dirle che ora comprendo sempre meglio quale pienezza racchiude davvero la vita e che di essa le cose che ho fatto prima erano solo un'anticipazione via via sempre meno pallida». Se Luca si descrive più o meno così, vuol dire che i vari passaggi evolutivi che ha vissuto sono un progressivo dispiegarsi del mistero della vita e che lui continua a cambiare.

Chissà che cosa avrà fatto e sta facendo Luca? Ma a questo punto, è davvero importante saperlo?

---

<sup>i</sup> Su questo tema cf F. Imoda, *Sviluppo umano, psicologia e mistero*, EDB, Bologna 2005, pp. 108-123.

<sup>ii</sup> U. Galimberti, *Psichiatria e fenomenologia*, Feltrinelli, Milano 2000, pp. 251-272.

<sup>iii</sup> Cf J. Kleiner, *Solitudine e Nostalgia*, Bollati Boringhieri, Torino 1993, pp. 61-96.

<sup>iv</sup> Certamente tutte le scuole di matrice psicodinamica si ritrovano nell'assunto della necessità di trovare alcune radici psico-genetiche di una situazione più o meno patologica che la persona attualmente vive. Le scuole, invece, di orientamento comportamentista non sono interessate in modo diretto al passato della persona preferendo concentrarsi sul comportamento concreto e presente da modificare con specifiche tecniche. Sfumature diverse le troviamo nelle scuole di impronta cognitivista, dove il passato può essere importante per capire e modificare certe modalità distorte di ragionamento che la persona ha assunto come proprie.

<sup>v</sup> Per il rapporto fra passato e presente in termini di correlazione ma non di causalità, vedi E. Brena, *Di madre in figlio? Cure parentali e sviluppo della personalità*, in «Tredimensioni», 2 (2005), pp. 50-61.

<sup>vi</sup> F. Imoda, *Sviluppo umano; psicologia e mistero*, cit., pp. 113-116.

<sup>vii</sup> Anche nel lavoro più strettamente terapeutico uno degli aspetti importanti che il terapeuta e il cliente devono chiarire è legato all'accettazione di sé, di quello che non può essere cambiato e che il cliente andando in terapia invece si aspetta di cambiare in modo più o meno magico. Cf N. McWilliams, *Il caso clinico*, Raffaello Cortina, Milano 2002, pp. 47-66.