

## Troppa anima, troppa psiche

Giambattista Torelló

Trascrizione dell'articolo:

Giambattista Torelló; Troppa anima, troppa psiche pubblicato in Studi Cattolici, ottobre 1980, Nr. 236, Milano 1980, p. 603-608

**G. Torelló / Per un'interiorità oblativa**  
**TROPPI ANIMA, TROPPI PSICHE**

**Con l'esperienza scientifica e clinica acquisita quando era psichiatra, e con la successiva esperienza di pastore di anime come sacerdote, Giambattista Torelló – noto fra l'altro per un prezioso libro intitolato "È meglio il confessore o lo psicanalista?" – è in grado di percepire con particolare chiarezza i pericoli dello psicologismo attuale, specie nei suoi riflessi sulla vita spirituale. La volgarizzazione delle teorie sulla psiche ha creato un alibi per l'eterna tendenza dell'uomo a contemplare se stesso perdendo di vista tutto il resto, Dio compreso. Torelló smaschera l'egocentrismo che si manifesta nei cristiani troppo preoccupati di sé, malati di perfezionismo pseudospirituale, di attivismo narcisista o di scrupoli: l'importante – dice con molta efficacia l'autore – è pensare a Dio, fare la sua volontà, aprirgli il cuore, lasciarlo agire nell'anima, gioire della sua amicizia dimenticando sempre di più se stessi e la propria miseria. L'interiorità cristiana non è intimismo, non è autoanalisi o introspezione, ma ricerca dell'Amore che abita la nostra anima.**

C'era una volta... l'anima, tutta vaghezza e preziosità d'adrianesca memoria (*animula vagula blandula*<sup>1</sup>), poi rugiadosa d'idealismo tedesco, d'illuminismo francese, di romanticismo alquanto roboante ma altrettanto tisichello: l'anima sottile, per una breve stagione incatenata nel carcere del

---

<sup>1</sup> *Animula vagula blandula, / hospes comesque corporis, / quae nunc abitis in loca / pallidula rigida nudula / nec ut soles dabis iocos.* (Piccola anima, dolce e vagabonda, / ospite e compagna del corpo, / dove andrai ora / palliada gelida e nuda, / non giocherai più secondo il tuo costume). ADRIANO IMPERATORE, *Ad animam suam* (N.d.R.).

corpo, sempre Sospirosa e nostalgica nell'attesa della morte liberatrice che doveva darle accesso alla pienezza del suo splendore proprio. Era l'anima favoleggiata dai filosofi, dagli intellettuali leziosi, dai poeti scapigliati e persino rivoluzionari, da Cartesio a Kant, da Mendelsohn a Fichte, da Tiedge a Robespierre. L'animagioiello, incastonata al riparo d'ogni carnalità e passione, costretta all'uso del corpo durante il viaggio terrestre, ma che poi un giorno sarebbe riuscita ad abbandonare questo corpo come il marinaio la barca o la farfalla il bruco, attraverso un muro d'ombra che non la può neanche sfiorare...

Attorno a questo balenio di sublimità schizzinose spesso, talvolta chiaramente spiritate, alita un pietismo edulcorato, una virtuosità intesa come agghindamento dell'anima, una premura di portare l'anima oltre l'ambascia del tempo laido, al porto radioso e astrale della salvezza. Una pietà votata allo scrupolo, alla trepida autosservazione senza fine, all'ossessione che fa vedere pericoli dappertutto, al crampo perfezionista dell'attivismo interiore a caccia di raffinatezze e trasparenze mai raggiunte. Un culto dell'anima, Insomma, che non di rado dimentica il rapporto d'amore con Dio e con il prossimo, tanto è dedite all'autopulitura e all'autoassicurazione. Si tratta d'una spiritualità che, benché diffusa in ambienti cristiani e persino in circoli cattolici più o meno vasti, ben poco ha a che fare con il realismo dell'incarnazione, secondo il quale l'anima giunge alla sua pienezza soltanto se unita al corpo, arriva alla sua beatitudine senza fine solo se ben avvinghiata a quel preciso organismo fisico cui sin dal suo nascere è stata destinata (*anima nata est ad habendum esse cum materia*), perché l'anima non è l'uomo. ed è l'uomo tutt'intero che è simile a Dio, non l'anima separata che dopo il grande strazio della morte sopravvive e riesce a conservare le proprie funzioni nella misura soltanto in cui mantiene il suo rapporto trascendentale con il corpo. Queste asserzioni, così poco "sublimi", le dobbiamo letteralmente al mistico d'A quino, al Dottore comune della teologia cattolica (probabilmente non molto lieto di sentirsi chiamare l'Angelico). E la teologia cattolica poggia tutta quanta sul fatto storico dell'incarnazione del Figlio di Dio.

### **Il corposo realismo dei simboli**

La vita cristiana non sopporta idealismi o esistenzialismi che svaporino il suo corposo realismo in simboli, forze ideali o esperienze soggettive (da Lessing a Schelling, a Bultmann e Tillich e alcuni teologi cattolici odierni che tengono dietro alla moda) tanto da fare a me no della fattualità storica della persona di Gesù, dei suoi discorsi, delle sue azioni, dei suoi miracoli, della sua passione, morte, risurrezione e ascensione

corporale in cielo. La salvezza, che è Dio stesso, viene dalle profondità della vita divina trinitaria tramite una reale incarnazione del Figlio, che l'introduce nella storia umana e resta in codesta storia ben radicata, visibile, afferrabile, attuale nel corpo della Chiesa, che la trasmette ai suoi membri sacramentalmente, cioè tramite segni sensibili sette sacramenti), che culminano nel sacramento Corpo del Sangue di Cristo. È il Corpo di Cristo che "custodisce l'anima fino alla vita eterna", come diceva fino a poco fa il sacerdote nel momento di amministrare l'Eucaristia. Ci voleva tutto il coraggio di un Josemaría Escrivá - pioniere della spiritualità dei semplici fedeli – per chiedere ad essi una quotidiana materializzazione della fede, per osare l'espressione "materialismo cristiano". Non l'allontanamento dal mondo conduce alla salvezza dell'anima, bensì la partecipazione alla discesa di Dio nella terrenalità, nella temporalità, nella corporeità, pur senza dissolversi in esse.

Ma all'inizio del nostro secolo, ubriacato dal pensiero scientifico naturale, l'"anima" scompare quasi ad un tratto dalla nostra cultura occidentale e viene alla luce in un laboratorio centroeuropeo di neurofisiologia la "psiche", e con essa la cosiddetta "psicologia", più o meno dinamica, più o meno profonda. Questa nuova baldanzosa investigazione però, a furia di voler essere schiettamente scientifica, non poteva andare oltre al calcolo e alle misurazioni, cosicché ben presto inabissò la neonata psiche nel profondo d'una istintività tutta meccanica e idraulica. L'antica "anima bella", diventata "apparecchio psichico", soggetta a una spietata analisi disumanizzante, ammalata d'un male inesorabile (l'egocentrismo), si scopre ai frugatori dell'Acheronte melmoso d'inconscia tribalità come una topaia d'inganni, come un bandolo d'oscure e malsane pulsioni o di primitivi singulti, con grande scandalo per il bravo cittadino del mondo del progresso e del benessere. Nasce così il narcisismo arzigogolato che caratterizza l'uomo di oggi. la sua diffidenza di fronte al proprio io. la sua perdita della spontaneità, la sua angoscia, la sua perplessità dinanzi a una interiorità che non sarebbe che ombrosa libidine priva di vera libertà. La psiche diviene oggetto di preoccupazione costante, e allo stesso tempo alibi universale. Il direttore spirituale è sostituito dallo psicoterapista, la salvezza dell'anima è intesa come mera capacità di prestazioni e di godimenti, la cura d'anime si tra sforma in psicoigiene. Dea lucente o idolo tenebroso, l'anima attiva e avvince l'uomo, il quale, ora abbacinato ora impaurito, si osserva, si studia e si sviscera senza posa e senza pace. Karl Jaspers, in una acuta analisi della psicoterapia, scrisse parecchi anni fa: «Chi fa della propria anima un dio, perdo via Dio che il mondo, e si pone perciò di fronte al nulla». Ed è questa la triste fine della mania psicologica di molti

contemporanei, che lo scrittore austriaco Elias Canetti nella sua *Commedia della vanità* ironicamente descrive: «Lo specchio, questo arnese della vita professionale femminile, ha preso possesso letteralmente di tutti noi, anche di noi maschi. Non ci slanciamo più come prima sull'avvenire: una buona parte del nostro tempo spendiamo nello specchiarci attentamente, come se dovessimo farci un autoritratto, amorevolmente, come se dovessimo sposare noi stessi. La cosa si spinge così in là che ognuno di noi prima o poi risulta effettivamente sposa con sé stesso. Ogni uomo conclude un vero matrimonio con la sua immagine speculare. Ma il cristiano deve chiedersi che cosa ne dice il Vangelo. Il Nuovo Testamento fa dell'anima il più grande tesoro dell'uomo: «Che giova mai all'uomo guadagnare tutto il mondo. se poi perde l'anima? O cosa darà un uomo in cambio della sua anima?» (Mt 16, 26); ed ancora: l'anima è più preziosa del nutrimento, poiché nessuno può distruggerla (M: 6, 25 e 10, 28): e si tratta di parole dello stesso Gesù. San Paolo si dichiara perciò disposto a sacrificare sé stesso in favore dell'anima dei fratelli (2 Cor 12, 15), il che giustifica tutte le premure per l'anima. Ma d'altra parte Gesù ha detto pure: «Chi vorrà salvare la propria anima, la perderà, e chi per me perde la sua anima la salverà» (Lc 9, 24), giungendo persino al divieto d'amarla: «Chi ama la propria anima, la smarrirà, e chi la odia in questo mondo la salverà per la vita eterna» (Gv 12, 25). Proprio questo fa il buon pastore per le sue pecore: «Il buon pastore dà la sua vita per le pecore» (Gv 15, 13), perché in ciò consiste il vero amore al prossimo: «Nessuno ha un amore più grande di questo, di uno che consegna la propria anima per l'amico» (Gv 15, 13), secondo il modello di Gesù stesso: «Egli sacrificò la sua anima per noi, e noi dobbiamo per tanto donarla per i fratelli» (1 Gv 3, 16). Soltanto coloro che prendono su di sé la croce del rinnegamento di sé stessi ottengono la pace: «Prendete il mio giogo su di voi [...] e avrete la pace dell'anima» (M 11, 29).

### **Non impantanarsi nel narcisismo**

Stando così le cose, non fa meraviglia che il vero predicatore del Vangelo, oltre agli inviti all'interiorizzazione e al raccoglimento, gridi a squarciagola: via dall'anima! Smettetela con il narcisismo, non frugate nelle vostre ferite, finitela con tanto pulire e ripulire l'io! La *salus* (salute e salvezza, sanità e santità) esige l'apertura, l'oblio di sé stesso, lo sguardo franco verso l'Altro, l'ascolto e l'obbedienza fino alla morte del dono assoluto di sé. Certamente sono necessari l'accorta conoscenza di sé stessi, gli esami di coscienza e una ascetica paziente per riformare e migliorare il proprio carattere, ma con gli occhi verso Iddio: *oculi mei semper ad Dominum!* (Sal 24, 15). Chi guarda troppo sé stesso, chi insegue

accanitamente la propria miseria, chi è tutto preso dal perfezionamento delle proprie azioni e dalla purificazione del proprio cuore invece di essere trascinato fuori di sé dall'amore del fine, dalla ricerca della presenza di Dio, verrà attanagliato dal crampo egocentrico che paralizza le qualità affettive, intellettuali e spirituali più preziose. La sanità psichica e la pienezza di vita cristiana (santità) si risolvono nella perfezione dell'amore, e l'amore produce l'estasi – *Amor extasim facit!* (san Bernardo) –, cioè un reale spostarsi aldilà dell'io in quell'Altro che è il Tutto. Soltanto coloro che l'Amore stana da sé e aliena raggiungono la purezza. Soltanto il perdersi e rinnegarsi che Gesù esige alleggerisce l'io di piombo: non il frenetico tormentarsi fino all'esaurimento.

Lo stesso arrovellamento per controllare il proprio progresso spirituale, l'exasperato tentati vo diagnostico in ogni fase della vita interiore, la curiosità morbosa circa lo stato reale dell'anima in cammino (se si è o non si è veramente puri, se si avanza o non si avanza, se ogni resto di egoismo, di vanità o d'amor proprio è stato eliminato, se la mia fede è assolutamente soprannaturale, se la mia speranza non sa minimamente di interesse, se le mie azioni aderiscono con assoluta sicurezza al volere di Dio), tutta questa fissazione sul proprio cuore, sul proprio pensare e pregare, questo cupo ripiegamento su di sé è stato sempre decisamente combattuto e condannato dai santi, da tutti i maestri dell'ascetica e della spiritualità. «La lotta contro le passioni può diventare essa stessa una passione» (Origene). «Va', rinnega te stesso, vendi tutto quanto possiedi, prendi la tua croce... e non avrai distrazioni nella tua preghiera» (san Nilo). «Non chiederti più se questa oblazione o questa buona azione è da Dio veramente voluta. Realizzala! e spera che Egli la benedica. Non perdere il tuo tempo prezioso con queste domande» (Tommaso da Kempis). Bisogna fare, fare le opere della carità – che sgorgano da ogni vera vita interiore, da ogni preghiera autentica, e garantiscono la serietà del nostro amor di Dio (santa Teresa di Gesù) ma senza voler continuamente rassicurarsi sulla bontà del nostro agire, perché "questo dimostra piuttosto una certa infedeltà alla chiamata della grazia alla fede pura. Noi vorremmo scandagliare fino in fondo quel che facciamo, benché per disposizione divina non possiamo mai arrivare a questa certezza assoluta sul suo Volere, e così ci trastulliamo nel cammino, ragionando sul cammino stesso. La via più sicura e più breve consiste invece nella rinuncia, nell'oblio di sé, nella dedizione che pensa a sé soltanto per fedeltà al Signore. Tutta la religione si riassume nell'abbandono del proprio io e dell'amor di sé, per slanciarci verso Iddio" (Fénélon).

Chi non si trascende resta impantanato nel narcisismo. L'uomo è uomo proprio per questa sua capacità di trascendersi: «*L'homme dépasse l'homme*», disse Pascal anticipando acquisti della più moderna psicologia, che non è più "psicologia del profondo" bensì psicologia delle altezze, riscoprendo l'autotrascendenza che caratterizza l'essere umano spirituale (Viktor E. Frankl). L'anima non è soltanto coscienza. La coscienza è sempre limitata. L'anima spirituale è invece immensa: essa è, come dicevano gli antichi, in qualche do tutto: *anima est quodammodo omnia!* Da qui il bisogno che abbiamo di aprirci, di uscire da noi, di trascenderci: verso *fuori* (il mondo, le cose, il prossimo) e verso *dentro*, aldilà della coscienza psicologica.

### **Oltre l'anima**

Ma qualcuno dirà – non bisogna soprattutto crescere verso l'interno? Non necessitiamo soprattutto di raccoglimento? Non dobbiamo preoccuparci soprattutto della purificazione del cuore, visto che soltanto i puri di cuore vedranno Iddio? Senz'altro! Ma appunto per *andare* oltre, oltre l'anima; per trascenderla, alla ricerca di Dio che la abita. Lui dobbiamo cercare, non la sua immagine. Attorno a Lui dobbiamo raccoglierci, non attorno all'io. È per arrivare a intravederlo che puliamo lo specchio, non per contemplare noi stessi. Sant'Agostino affermava energicamente che l'anima non può conoscere se stessa perché è immagine di Dio, e colui che si guarda vede qualcosa di più di se stesso: vede anche Iddio, come in uno specchio: «Perciò, chi guarda la propria anima e non si accorge che essa è un'immagine di Dio, vede uno specchio ma non ciò che esso riflette; peggio ancora, non si accorge nemmeno che è uno specchio».

La grande mistica tedesca Mechtilde von Magdeburg poteva scrivere: «Ho visto con assoluta certezza che è più facile pervenire alla conoscenza di Dio che alla conoscenza della propria anima. Perché l'anima è radicata così profondamente in Dio [...] che non possiamo arrivare alla sua conoscenza se prima non conosciamo Dio, che è il suo Creatore e al quale essa è simile. Di che sei fatta tu, anima, che sali così in alto sopra ogni altra creatura e ti unisci alla Trinità, pur rimanendo in te stessa? E il Signore aprì il mio occhio spirituale e mi mostrò nel centro del mio cuore l'anima mia, e vidi l'anima così vasta, come un mondo infinito, come un regno benedetto».

È la stessa constatazione di santa Teresa d'Avila: «C'è dentro di noi qualcosa di incomparabilmente più prezioso di tutto quanto è al di fuori di noi. L'anima è un universo interiore con molti spazi stupendi [...] Nel bel mezzo di esso abita il Dio vivente, come un Sole radioso che dà all'uomo luce, calore e illimitate capacità di sviluppo». E quando sant'Agostino dice

che Dio è *intimior intimo meo* (più intimo a me che non lo sia io a me stesso), aggiunge che dobbiamo sorpassarci verso l'interno: se ci fermiamo nella nostra anima, non soltanto non raggiungiamo la nostra realtà più profonda ma ce la precludiamo. Il raccoglimento cristiano, che non è altro che l'amoroso, instancabile volgersi e rivolgersi verso Colui che "sta aldilà del muro, e guarda tra le grate e spia attraverso le finestre" (Ct 2, 9), ci fa scavalcare l'io non soltanto verso l'interno ma anche verso l'esterno, ci butta verso gli altri, ci chiede atti di carità e di misericordia sempre più numerosi e sinceri, che raggiungono pure l'unico Amato lungo queste strade che solo in apparenze sono lunghi giri, perché sempre portano aldilà delle creature, delle sentinelle della città terrestre (Ct 3, 4). Soltanto chi sorpassa la propria anima verso l'interno (raccolto in Dio che ci abita) riesce a sorpassarla verso l'esterno, nel dono all'altro, che finisce nell'incontro con Dio, con questo Dio che è dentro ed è fuori e mai è atmosfera avvolgente ma sempre Persona in dialogo con la persona, Amore personale e personificante. Trascinati da questo amore, eliminiamo ogni timore (Gv 4, 18), cioè ogni angosciata cura dell'anima, così come ogni attivismo autoperfezionista. Chi vive in una vecchia capanna scopre ogni giorno nei muri nuove crepe, attraverso cui si infilano il gelo e il vento del mondo circostante. E si può trascorrere la vita intera a riparare le crepe, senza requie e senza fine; ma si può fare anche un'altra cosa: accendere in mezzo alla misera casupola un gran fuoco, che renda possibile l'esistenza e persino la pienezza della gioia fra tanta povertà! Soltanto la semplicità dei figli di Dio, di coloro che sanno essere bambini, conosce questa furbizia, che è in fondo dedizione d'innamorato. È difficile darsi da fare al proprio perfezionamento con tanto ardore volitivo senza imbrogliare le carte a Dio, che vuole lavorare Lui in noi e fare di noi un'opera sua, un capolavoro suo. È difficile essere presi da Dio se si è troppo presi da sé stessi. È difficile sentir arrivare Dio se la paura e l'impazienza, la preoccupazione e la caparbia fanno troppo rumore. «Geta sul Signore il tuo affanno ed egli ti darà sostegno» (Sal 54, 23).

Diciamolo con le parole pacate, mormorate all'orecchio, di uno dei più bei capitoli di quel libro, Cammino, di Josemaría Escrivá, che tante vite ha sconvolto e allo stesso tempo semplificato: «Non voler essere grande. Bambino, sempre bambino, anche se stessi per morire di vecchiaia. Che un bambino incespichi e cada, non sembra strano a nessuno...: suo padre si affretta a rialzarlo da terra.

Quando colui che inciampa e cade è grande, il primo moto è il riso. A volte, passato quel primo impulso, il ridicolo cede alla pietà. Ma i grandi devono alzarsi da soli.

La tua esperienza triste è piena di inciampi e di cadute. Che sarebbe di te se non fossi sempre più bambino?

Non voler essere grande. Resta bambino: quando inciampi, ti risollevi la mano di Dio tuo Padre» (n. 870).

«Le tue mancanze, le tue imperfezioni, e persino le tue cadute gravi, non ti allontanino da Dio. Il bambino debole, se è giudizioso, cerca di stare vicino a suo Padre» (n. 880).

«Sei pieno di miserie. Le vedi ogni giorno più chiare. Non te ne spaventare. Egli sa bene che non puoi dare di più. Le tue cadute involontarie cadute di bambino fanno sì che tuo Padre, Dio, ti dedichi più attenzione e che tua Madre, Maria, non distolga da te la sua mano amorosa. Approfittane, e quando ogni giorno il Signore ti rialza da terra, abbraccialo con tutte le tue forze e metti il tuo povero capo sul suo petto aperto, perché ti inebbrino i palpiti del suo cuore amabilissimo» (n. 884).

È questo lo scopo di tutto, il fine e la fine di tutti i fini.

**GIAMBATTISTA TORELLÓ**

Fonte: [madurezpsicologica.com](http://madurezpsicologica.com)