

L'INFLUENZA SOCIALE

“L'uomo può essere nel suo intimo più forte del destino che gli viene imposto dall'esterno.” (Viktor E. Frankl)

L'influenza sociale è la pressione che il gruppo esercita sui singoli alterandone percezioni, opinioni, atteggiamenti e comportamenti. Noi possiamo farci travolgere dalle circostanze e lasciare che i condizionamenti esterni ci plasmino e ci trasformino, ma abbiamo sempre una scelta. Se vogliamo, possiamo opporci alle influenze sociali ed essere così padroni di noi stessi e della nostra vita.

Nella Bibbia ci sono due passi molto importanti, che ci esortano a resistere alle pressioni e alle imposizioni del gruppo, in modo da non essere forgiati dal mondo, ma trasformati secondo l'insegnamento di Dio:

📖 “Non conformatevi a questo mondo, ma siate trasformati mediante il rinnovamento della vostra mente, affinché possiate discernere quale sia la volontà di Dio, la buona, gradita e perfetta volontà” (Romani 12:2);

📖 “Non seguire la maggioranza per fare il male” (Esodo 23:2); questo versetto indica che, quando facciamo parte di un gruppo, siamo portati ad assumerne i comportamenti, giungendo persino a fare cose che, se fossimo da soli, non faremmo mai. Chi fa parte di un gruppo spesso giustifica le proprie azioni dicendo: “Veramente io non sono colpevole di ciò, perché lo abbiamo fatto tutti!”

La Bibbia dunque afferma che noi abbiamo la possibilità di resistere alle influenze sociali, e possiamo agire in modo ben diverso da come agisce la maggioranza delle persone.

LA PERDITA DEL SENSO DEL SACRO – Albert C. Outler (1908-1989), già professore emerito di teologia presso la *Southern Methodist University* di Dallas, ha scritto che la perdita del senso del sacro e l'exasperazione del senso di autosufficienza che caratterizzano la nostra epoca sono i fattori responsabili dell'immoralità dilagante e di una sempre più profonda disperazione. “Chi può percorrere la strada di una qualsiasi città secolare – osserva Outler – senza sentirsi il cuore di piombo o provare una paura fisica?” Egli sostiene che la barbarie inaudita e le continue aggressioni alla dignità umana, di cui siamo spettatori, sono semplicemente i sintomi della crisi

spirituale che la nostra epoca sta attraversando. E la causa fondamentale di tutto ciò – egli dice – “è la scomparsa quasi totale, nella coscienza collettiva dell’uomo moderno di [...] qualsiasi chiara percettibilità di quella presenza del sacro nel quale viviamo, ci muoviamo ed esistiamo.”¹

Outler afferma che, in tutta la creazione, “l’essere umano è l’unico a portare l’immagine di Dio”, e “per essere del tutto umano deve avere un qualche senso di trascendenza”. Egli aggiunge che la perdita del senso del sacro ha prodotto “un raccolto eccezionale di profeti di sventura e truffatori di speranza”, dominati da un “secolarismo quasi religioso”.²

Quanto affermato da Outler corrisponde a ciò che Martin Buber³ ha denominato “*L’eclissi di Dio*”: Dio è scomparso dall’orizzonte dell’uomo moderno; c’è qualcosa nella vita sociale che copre Dio, lo nasconde, in modo che la Sua influenza sia quasi negata.

Dunque, è opinione di molti che abbiamo perduto il senso del sacro, il senso della presenza di Dio, l’idea che esista un ordine sacro da rispettare. All’opposto, nella società, ci sono altre cose che ci vengono presentate come ‘sostituti’ del sacro: le false dottrine della scienza, le quali dicono che la scienza può tutto, può risolvere tutti i nostri problemi, può rispondere a tutti i nostri quesiti. Ora è innegabile che dobbiamo molto alla scienza, ma soprattutto quelli che la praticano sanno quanto siano limitate le conoscenze degli scienziati, quante cose essi non sappiano fare, e quante cose essi non abbiano la speranza di poter fare mai. Perciò questa fiducia che abbiamo nella scienza è davvero mal riposta, infondata e stolta.

La società odierna ci presenta una immoralità straripante, ormai senza argini. La corruzione di minorenni è imposta per legge. L’esercizio di ogni forma di male è possibile, basta trasformare quel male in un ‘diritto’. Tutto viene messo in dubbio. Ci dicono che non esistono verità assolute, che non possiamo essere sicuri di nulla, che tutto è relativo. E non è solo il senso del sacro che abbiamo perduto, ma anche il senso dell’uomo. L’essere umano è diventato qualcosa da manipolare sotto l’aspetto

¹ “Egli [Dio] ha tratto da uno solo tutte le nazioni degli uomini perché abitino su tutta la faccia della terra, avendo determinato le epoche loro assegnate, e i confini della loro abitazione, affinché cerchino Dio, se mai giungano a trovarlo, come a tastonari, benché Egli non sia lontano da ciascuno di noi. Difatti, in Lui viviamo, ci muoviamo, e siamo [...]” (Atti 17:26-28)

²<http://news.google.com/newspapers?nid=1129&dat=19810124&id=5-sNAAAIBAJ&sjid=8G0DAAAIBAJ&pg=6927,3631343>

³ Martin Mordechai Buber (1878-1965), filosofo, teologo e pedagogista austriaco naturalizzato israeliano.

scientifico-tecnologico, sessuale e commerciale. Questi sviluppi hanno portato a concludere che l'uomo è soltanto un essere materiale, e che esiste per consumare. La dottrina del consumismo afferma che è proprio per questo che esistiamo.

Un'altra conseguenza della influenza sociale è l'idea che l'uomo sia forgiato dalle condizioni presenti nell'ambiente, nella famiglia, nella società, nella natura; che l'uomo non sia libero di decidere, e che non abbia la capacità di scegliere liberamente, essendo del tutto plasmato e conformato da queste forze esterne.

Riguardo alle malattie mentali, per esempio, abbiamo concluso che i problemi psicologici ci assalgono nella stessa maniera in cui germi o virus ci aggreiscono. Molti psichiatri e psicologi affrontano i problemi mentali rimuovendo del tutto il pensiero che l'individuo abbia una qualche responsabilità e possa darsi da fare in proprio per recuperare la salute mentale; eppure molto spesso è il malato a poter fare qualcosa per sé stesso, più di quanto lo psichiatra o lo psicologo sarebbero in grado di fare. Ora è sicuramente vero che i condizionamenti esterni esistono e hanno molta influenza su di noi; ma, se vogliamo, possiamo opporci a queste pressioni.

Dal convincimento che l'uomo non possa forgiare il proprio destino, a causa delle forze ambientali e sociali che agiscono su di lui, deriva il pensiero che egli non sia responsabile delle sue azioni e dei suoi comportamenti. Di solito non vogliamo essere ritenuti responsabili del danno che abbiamo provocato ad altri, e siamo pronti a dire che sono state le circostanze a spingerci ad agire in un determinato modo; ma se qualcuno procura un danno a noi, non facciamo lo stesso tipo di ragionamento, vogliamo che chi ci ha danneggiato sia ritenuto responsabile, e non siamo pronti a dire: "Sono soltanto le circostanze della vita che hanno spinto quella persona ad agire in quel modo."

È evidente che subiamo condizionamenti, ma abbiamo dentro di noi la capacità di reagire contro le influenze sociali, perché siamo liberi di decidere e di scegliere. Possiamo arrenderci, ma non è necessario. Possiamo scegliere di andare contro corrente; nella vita abbiamo esempi di persone che lo hanno fatto. È vero che molti scelgono di lasciarsi trasportare dalla corrente, tuttavia nessuno è obbligato ad agire così. Andare contro corrente può costare molto, ma ne vale la pena, e chi lo fa è veramente beato.

«CHI HA UN PERCHÉ PER VIVERE, SOPPORTA QUASI OGNI COME»

Lo psichiatra austriaco Viktor Emil Frankl (1905-1997) è stato uno dei fondatori dell'analisi esistenziale e della logoterapia.⁴ Egli notò come alcuni prigionieri internati in campi di concentramento seppero resistere in condizioni disumane, mentre altri si arresero, morendo entro breve tempo oppure collaborando con i loro nemici. Frankl cercò di capire quali fossero i principi che permettevano ad alcuni prigionieri di resistere a forti pressioni sociali, senza essere da queste trasformati o uccisi.

Lo psichiatra austriaco scrisse molti libri sulla ricerca di senso nella vita, e in questi egli si propose di mostrare come l'uomo possa vivere pienamente anche in condizioni molto difficili, anzi proprio attraverso esse.

Citando l'aforisma di Nietzsche: “Chi ha un perché per vivere, sopporta quasi ogni come”, Frankl nota che ciò che induce l'internato a scegliere di lasciarsi morire o a decidere di non darsi per vinto è la sua capacità di scorgere ancora uno scopo che dia valore alla sua esistenza. Egli trae spunto dalla considerazione che la parola latina ‘scopo’ (*finis*) ha anche il significato di ‘fine’, per chiarire i due modi opposti di reagire alla prigionia in base alla struttura temporale dell'essere umano. Se la peculiarità dell'uomo risiede nel fatto che egli “può esistere solo nella visuale del futuro”, il modo più efficace per troncare l'esistenza umana è privarla di una dimensione temporale successiva al presente, ovvero lasciare indefinita la ‘fine’ del presente. Ciò accade in un campo di concentramento, in cui il prigioniero è tenuto all'oscuro riguardo alla data del suo rilascio. Giorno dopo giorno, egli si convince che non rimarrà vivo tanto a lungo da tornare libero.⁵

Frankl descrive due possibilità di fronte alle quali si trova il prigioniero: decidere di farsi vincere dalla fame, dal freddo e dalla mancanza di sonno, lasciando che la sua vita si svilisca fino a un livello infimo, divenendo apatico e irritabile, rinunciando persino a lottare per la mera sopravvivenza; oppure sperimentare quella ‘creatività’ della sofferenza di cui parlava Rilke,⁶ accettando il proprio destino come un'occasione per elevarsi interiormente. L'unica possibilità di salvezza risiede nel

⁴ Logoterapia, cura attraverso la riscoperta del significato della esistenza e dei suoi valori fondamentali.

⁵ Viktor E. Frankl, “Uno psicologo nei lager”, Edizioni Ares, Milano, 2013, p. 121.

⁶ Rainer Maria Rilke (1875-1926), scrittore, poeta e drammaturgo austriaco di origine boema.

prendere consapevolezza che la sofferenza e la morte, facendo parte dell'esistenza, non sono prive di significato.⁷

NOVE PRINCIPI PER RESISTERE AI CONDIZIONAMENTI SOCIALI

“Tutto può essere tolto a un uomo, a eccezione di una cosa: l'ultima delle libertà umane – poter scegliere il proprio atteggiamento in ogni determinata situazione, anche se solo per pochi secondi.” (Viktor E. Frankl)

Frankl ha indicato nove principi che possono metterci in condizione di scegliere il nostro atteggiamento in ogni situazione, di decidere che cosa ci accadrà e chi saremo, di resistere alle influenze esterne che potrebbero farci diventare delle persone che non vorremmo mai essere. I principi presentati da Frankl saranno esaminati qui di seguito da un punto di vista Cristiano.

PRIMO PRINCIPIO – Secondo Frankl, la prima cosa che ci aiuta a mantenere la padronanza della nostra vita, permettendoci di resistere alle influenze sociali e di decidere chi siamo e chi saremo, consiste nel cancellare il passato. Frankl ha detto che spesso ci troviamo in trappola perché siamo troppo legati al passato, sia alle cose positive che a quelle negative. Il fatto di pensare sempre al passato ci priva della possibilità di diventare ciò che potremmo essere.

Molte persone, che hanno avuto delle brutte esperienze quando erano bambini o adolescenti, continuano a richiamarle alla mente, e ciò rappresenta per loro un ostacolo che non riescono mai a superare. Possiamo continuare a tenere sul nostro cammino queste esperienze negative del passato, e in questo modo le avremo sempre davanti a noi; ma, se vogliamo, possiamo anche decidere di rimuoverle; è una scelta che abbiamo il diritto di fare.

In Filippesi 3:13-14, l'apostolo Paolo dice: “[...] dimenticando le cose che stanno dietro e protendomi verso quelle che stanno davanti, corro verso la mèta per ottenere il premio della celeste vocazione di Dio in Cristo Gesù”. Nella vita arriva il momento di dimenticare le cose che stanno dietro e di guardare avanti, in modo da non rimanere intralciati o frenati dalle esperienze negative del passato.

⁷ http://it.wikipedia.org/wiki/Uno_psicologo_nei_lager

Ci sono giovani così arrabbiati verso i propri genitori da non poter fare altro che ripensare sempre a questi padri e madri che li hanno danneggiati e hanno fatto loro chissà che cosa. Ora, se questi ragazzi vogliono continuare a rimanere sotto la ‘dittatura’ dei loro genitori, devono semplicemente continuare a fare quello che stanno facendo, in modo che dovunque guardino, vedranno sempre i loro genitori pronti a ostacolarli. Potranno continuare così anche per tutta la vita, se scelgono questa soluzione. Ma se essi sono pronti a perdonare i loro genitori, possono levarseli dalla mente, in modo da avere via libera per dedicarsi ad altre cose, e guardare avanti senza la paura di essere intralciati.

SECONDO PRINCIPIO – Frankl, descrivendo la situazione di prigionieri ammassati, privati di tutto e impossibilitati a chiedere aiuto, ritiene che la loro sopravvivenza possa e debba avvenire unicamente con la loro “esistenza nuda”.

Quante volte diciamo: “Se le cose stessero diversamente, farei questo o quest’altro; Se avessi in mano ciò che mi serve, potrei fare chissà che cosa.” Tutti pensieri che non servono a nulla. Dobbiamo essere pronti ad andare avanti con quello che abbiamo. Frankl dice che è possibile andare avanti anche avendo soltanto la propria “esistenza nuda” tra le mani. Siamo responsabili riguardo a ciò che abbiamo, non a quello che non abbiamo.

In 2Corinzi 8:12, l’apostolo Paolo scrive: “La buona volontà, quando c’è, è gradita in ragione di quello che uno ha e non di quello che non ha.” Dio ci ritiene responsabili per ciò che abbiamo, non per ciò che non abbiamo. E non abbiamo il diritto di lamentarci riguardo a quello che ci manca, né possiamo usare questo argomento come scusante quando ci viene rimproverato il fatto di non mettere in opera le risorse, anche minime, di cui disponiamo.

TERZO PRINCIPIO – Il terzo principio che Frankl ha presentato come elemento di vitale importanza per chi vuole sopravvivere in situazioni difficili ed è risoluto a non lasciarsi forgiare né trasformare dalle condizioni esterne, consiste nell’acceptare ciò che Frankl ha definito una “esistenza provvisoria”. Ciò significa accettare la propria situazione com’è ora, in questo momento, ma avendo la capacità di pensare che essa

non rimarrà sempre così. Frankl ha scritto che “l’uomo, durante un periodo bellico, è costretto a vivere alla giornata, non sapendo mai se l’indomani sarà ancora in vita.”⁸

Nelle consulenze psicologiche, gli specialisti si trovano spesso di fronte persone disperate che, nel loro pessimismo, guardando al domani, ai mesi e agli anni avvenire, sono convinte che la loro condizione andrà sempre peggiorando, e non riescono a vedere uno spiraglio di luce da nessuna parte. Frankl suggerisce a queste persone di dire a sé stesse: “La mia situazione attuale è pessima, ma non durerà per sempre; se io riesco oggi a resistere, a non lasciare che questa condizione mi trasformi in ciò che non voglio essere, allora non devo preoccuparmi di domani, né di dopodomani, né di quello che succederà fra un anno; ho unicamente la responsabilità di fare oggi ciò che mi è possibile per sopravvivere.” Il fatto è che non possiamo risolvere i problemi che si presenteranno domani.

In Matteo 6:34, Gesù ha detto: “Non siate dunque in ansia per il domani, perché il domani si preoccuperà di sé stesso. Basta a ciascun giorno il suo affanno.” Quando incominciamo a pensare al domani, la nostra attenzione viene distolta da ciò che possiamo fare oggi. E chi cerca di lavorare guardando al domani e agli anni futuri, diviene sempre meno efficiente in quello che fa al momento. Invece, dobbiamo sviluppare una mentalità che ci porti a dire: “Bene, io farò del mio meglio per resistere, per reagire in questo momento, in questo giorno”; e una volta arrivati alla fine di questo giorno, disporremo già di una base su cui costruire un po’ di ottimismo per domani.

QUARTO PRINCIPIO – Frankl ha detto: quanto più conosciamo i limiti dello spazio che occupiamo nella vita, tanto più siamo liberi di muoverci in quello spazio. Gli antichi Greci sostenevano che non siamo mai liberi finché non conosciamo i limiti della nostra realtà. Un esempio può chiarire questo concetto.

La fortezza di Masada è situata su una rocca a 400 metri di altitudine rispetto al Mar Morto, a circa 100 km a sud-est di Gerusalemme. Nel I secolo a.C., questa fortezza era il palazzo di Erode il Grande,⁹ che fra il 37 e il 31 a.C. la fece fortificare.

⁸ Viktor E. Frankl, “*Homo Patiens. Soffrire con dignità*”, Editrice Queriniana, 1998, p. 62.

⁹ Erode il Grande (73 a.C. - 4 a.C.) fu re della Giudea sotto il protettorato romano dal 37 a.C. alla morte. Fece costruire le città di Cesarea marittima, di Sebaste e le possenti fortezze di Masada, Macheronte e l’Herodion, oltre

La cittadina era arroccata su tre diversi livelli verso lo strapiombo sul lato nord della rupe. Nel 66 d.C. fu conquistata da un migliaio di *Sicarii* (fazione estremistica del partito giudaico degli Zeloti), che vi si insediarono con donne e bambini. Nel 70 d.C., dopo la caduta di Gerusalemme e la distruzione del Secondo Tempio per opera delle legioni romane comandate dal generale Tito, vi trovarono rifugio gli ultimi ribelli non ancora disposti a darsi per vinti. Dopo un lungo assedio, i Romani riuscirono alla fine a costruire un'imponente rampa di accesso (ancora oggi visibile) (**Figure 1 e 2**), che consentì alle torri di assedio di arrivare fin sotto le mura per sgretolarle con gli arieti. Tuttavia, poco prima che ciò avvenisse, nell'anno 74 d.C., gli assediati misero in atto un'azione rimasta nella storia. Quando i soldati romani entrarono nella fortezza senza trovare resistenza, davanti ai loro occhi si presentò il macabro spettacolo del suicidio collettivo attuato dalla comunità dei *Sicarii* che avevano resistito al potere di Roma.



Fig. 1 - Il pianoro-fortezza di Masada. Sulla destra è chiaramente visibile l'imponente rampa di accesso costruita dai Romani (indicata dalla freccia).

Guardando la rocca su cui sorgeva la possente fortezza di Masada, si comprende facilmente che, se uno volesse uscire di notte per fare una corsa sul pianoro di

all'ingrandimento e all'abbellimento della stessa città di Gerusalemme, con rifacimento e ampliamento del Tempio di Gerusalemme, che venne perciò chiamato 'Tempio di Erode'. Fu autore della strage degli infanti maschi dall'età di due anni in giù, perpetrato allo scopo di uccidere Gesù.

Masada, dovrebbe essere molto bene informato su questo spazio; diversamente, facendo un passo in più, cadrebbe nel vuoto da 400 metri, e senz'altro si ucciderebbe. Dunque, chi è veramente libero di fare una corsa di notte su Masada? Chi conosce perfettamente le misure di quello spazio.



Fig. 2 - Masada. A lato, rampa di accesso costruita dai Romani. Sopra, grossi blocchi di pietra che gli assediati facevano cadere sugli eserciti nemici. (© Foto proprie)

Se conosciamo esattamente i parametri dello spazio che occupiamo nella nostra realtà, possiamo ottenere il massimo possibile di libertà nella nostra vita. Se andiamo oltre quello spazio, lo facciamo a nostro danno o a danno di qualcun altro. E allora dobbiamo fare molta attenzione a noi stessi, alle nostre condizioni di vita, per sapere fin dove possiamo arrivare, e fino a che punto la nostra libertà ci permetterà di spingerci.

In Giovanni 8:31-32, Gesù, rivolgendosi ai Giudei che avevano creduto in Lui, disse: **“Se perseverate nella mia parola, siete veramente miei discepoli; e conoscerete la verità e la verità vi farà liberi.”** Gesù spiega che per la libertà spirituale che Egli è pronto a offrire sono indispensabili due condizioni: la perseveranza nella Sua Parola e la conseguente conoscenza della verità. A questo scopo era necessario che quegli aspiranti discepoli passassero da una effimera simpatia per la Sua persona a fatti concreti di ‘liberazione’ spirituale. Essi avevano ancora molta strada da percorrere nel cammino della conoscenza. Mentre si accontentavano di ciò che sapevano, Gesù

non se ne mostrava per nulla soddisfatto. Ciò che conoscevano di Lui era ancora insufficiente. E come il seguito della discussione dimostra, era ancora insufficiente anche ciò che conoscevano di sé stessi: “Essi gli risposero: «Noi siamo progenie di Abramo e non siamo mai stati schiavi di nessuno; come puoi tu dire: Diventerete liberi?»” (Giovanni 8:33). Questo era il problema: gli interlocutori di Gesù non avevano consapevolezza della propria schiavitù; si sentivano pertanto umiliati e profondamente offesi dalle parole di Gesù. Ma Cristo non parlava di schiavitù politica, economica o sociale, bensì di schiavitù spirituale indotta dalla pratica del peccato: “Gesù rispose loro: «In verità, in verità vi dico che chi commette il peccato è schiavo del peccato. [...] Se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete veramente liberi” (Giovanni 8:34, 36).

La condizione di peccatore è quella di un prigioniero o schiavo del peccato, che serve e ubbidisce ai dettami di un cuore malvagio e ai suggerimenti di una coscienza “marchiata da un ferro rovente” (1Timoteo 4:2), ossia divenuta insensibile al peccato. Ciò che Cristo chiede a tutti coloro che vogliono diventare Suoi discepoli è di spezzare le catene dell’asservimento al peccato mediante la conoscenza della verità, cioè di Cristo stesso (2Corinzi 5:16; Giovanni 14:6) e della Sua Parola (Giovanni 17:17). Infatti, soltanto Cristo può liberare l’uomo dalla schiavitù delle passioni disordinate, delle attitudini corrotte, dei vizi degradanti, delle inclinazioni carnali, dei pensieri malvagi: “Non sapete voi che se vi offrite a qualcuno come schiavi per ubbidirgli, siete schiavi di colui a cui ubbidite: o del peccato che conduce alla morte o dell’ubbidienza che conduce alla giustizia? Ma sia ringraziato Dio perché eravate schiavi del peccato, ma avete ubbidito di cuore a quella forma d’insegnamento che vi è stata trasmessa; e, liberati dal peccato, siete diventati servi della giustizia.” (Romani 6:16-18)

La compiuta conoscenza della verità di Cristo produce l’effetto di rompere il duro giogo del peccato e offrire all’uomo l’unica vera, perfetta libertà (Giacomo 1:21-25).

QUINTO PRINCIPIO – Il quinto suggerimento che Frankl dà a tutti quelli che non vogliono essere forgiati o trasformati dalle influenze sociali, consiste nel mantenere il senso dell’umorismo. “L’umorismo – scrive Frankl – è una facoltà specificamente

umana proprio perché presuppone che l'uomo possa ridere, e possa ridere anche di sé stesso, delle sue angosce.”¹⁰

Quando un individuo incomincia ad ammalarsi mentalmente, nella quasi totalità dei casi perde il senso dell'umorismo, smarrisce cioè la capacità di vedere, interpretare e presentare la realtà ponendone in risalto gli aspetti più curiosi e divertenti. L'umorismo è molto importante, perché è un segno di salute mentale. Non dobbiamo mai diventare così seri da non poter cogliere l'aspetto umoristico che esiste nel mondo circostante, nelle persone, e in noi stessi.



La capacità di ridere è un dono di Dio. Quando Dio ha creato gli animali, aveva il senso dell'umorismo. Se guardiamo un cammello, per esempio, Dio deve aver riso non appena questa buffa creatura ha incominciato a camminare.

Per verificare se siamo provvisti o meno di senso dell'umorismo, basta guardarci allo specchio e possiamo vederlo subito. Siamo dei Cristiani felici? Abbiamo imparato a sorridere, nonostante ciò che

sta accadendo nella nostra vita? I Cristiani possono essere “**afflitti, eppure sempre gioiosi**” (2Corinzi 6:10). Sotto il sole e la pioggia dell'esistenza, non siamo mai soli... il Padre è sempre lì.

SESTO PRINCIPIO – Frankl ha detto di aver scoperto che la cosa più importante nella vita è l'amore: chi ama riceve dal fatto di amare una forza del tutto straordinaria, che gli consente di andare avanti e di conquistare il proprio posto nella vita.

Chi ama, ha uno scopo nella vita. L'amore consente all'essere umano di attraversare il deserto della sofferenza e di innalzarsi al di sopra dei suoi istinti più brutali, sconfiggendoli. Se a una persona che si trova in un campo di concentramento non resta più nulla, ha l'ancora dell'amore cui aggrapparsi, per salvarsi dalla palude della disperazione.

¹⁰ Viktor E. Frankl e Franz Kreuzer, *“In principio era il senso. Dalla psicoanalisi alla logoterapia”*, Editrice Queriniana, Brescia, 1995, p. 36.

Nella prima epistola ai Cristiani in Corinto, l'apostolo Paolo ha indicato tre cose che valgono veramente nella vita: fede, speranza e amore, ma la più grande di tutte è l'amore: **“Ora dunque queste tre cose durano: fede, speranza, amore; ma la più grande di esse è l'amore”** (1Corinzi 13:13); ed egli ha aggiunto che l'amore sopravvive a ogni altra cosa: **“L'amore non verrà mai meno”** (1Corinzi 13:8). Quando saremo al cospetto di Dio, la fede verrà meno perché non avrà più ragione di essere (infatti la fede è **“garanzia delle cose che si sperano, prova delle cose che non si vedono”** Ebrei 11:1); la speranza si estinguerà (giacché **“la speranza di ciò che si vede, non è speranza; difatti, quello che uno vede, perché lo spererebbe ancora?”** Romani 8:24); rimarrà l'amore (**“L'amore non verrà mai meno”** 1Corinzi 13:8).

Il seguente episodio illustra l'importanza dell'amore e quali conseguenze la sua mancanza comporti. Un uomo sposato, vedendo che sua moglie diveniva ogni giorno sempre più depressa, decise di portarla da uno psichiatra per farla curare. Lo psichiatra accolse i due coniugi nel suo studio, e chiese alla signora di alzarsi in piedi, quindi si avvicinò a lei e la abbracciò. In un primo momento la donna, colta di sorpresa, rimase interdetta, ma poi restituì l'abbraccio allo psichiatra. Allora lo psichiatra fece un passo indietro e disse al marito: **“Vede, è solo di questo che sua moglie ha bisogno; poi non sarà più depressa.”** L'uomo guardò il suo orologio e rispose: **“Bene, porterò qui mia moglie il martedì e il giovedì.”**

Il marito era pronto a portare la moglie per farla abbracciare dallo psichiatra, mentre quest'ultimo voleva fargli capire che era lui a dover abbracciare la propria moglie per farla ritornare in salute.

I guasti della famiglia e della società attuali sono dovuti proprio alla mancanza di amore. Per dare un senso di rinascita alla nostra agonizzante società, occorre rimettere in campo l'amore che manca.

Erich Fromm (1900-1980), psicoanalista e sociologo tedesco, durante un'intervista realizzata dieci giorni prima della sua morte, alla domanda **“L'uomo di oggi parla spesso di amore, ma sa amare?”**, rispose così: **“Non si direbbe. L'amore è raro. L'uomo è piuttosto egoista, e questo è l'opposto dell'amore. L'amore si rivolge all'altro, si interessa dell'altro [...]. Si potrebbe dire: chi ama uno soltanto, non ama nessuno. Il Cristianesimo ha formulato questo in modo tanto radicale che l'amore**

comprende anche l'amore del proprio nemico, perché anche il nemico è un uomo. Aggiungerei anche l'amore di sé stessi, perché anch'io sono un uomo.¹¹ Ma spesso si confonde l'amore di sé con l'egoismo. [...] L'amore non ha limiti. Come è scritto nel Cantico dei Cantici: «Nemmeno le acque del mare possono spegnere l'amore».¹² L'amore è la forza che unisce tutto, che dà la vita; ma deve essere amore, e non celato egoismo o, ciò che è frequente, un egoismo a due, come c'è una follia a due, cioè un egoismo tra due persone che loro chiamano 'amore', ma che li esclude dagli altri.»¹³

L'apostolo Paolo, divinamente ispirato, ha composto un sublime inno all'amore, che è contenuto nella prima epistola ai Cristiani in Corinto.

“Se parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi amore [greco: ἀγάπη, agapē], sarei un rame risonante o uno squillante cembalo. Se avessi il dono di profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza e avessi tutta la fede in modo da spostare i monti, ma non avessi amore, non sarei nulla. Se distribuissi tutti i miei beni per nutrire i poveri, se dessi il mio corpo per essere arso, e non avessi amore, non mi gioverebbe a niente. L'amore è paziente, è benevolo; l'amore non invidia; l'amore non si vanta, non si gonfia, non si comporta in modo sconveniente, non cerca il proprio interesse, non si adira, non addebita il male, non gode dell'ingiustizia, ma gioisce con la verità; soffre ogni cosa, crede ogni cosa, spera ogni cosa, sopporta ogni cosa. L'amore non verrà mai meno. [...]

Ora dunque queste tre cose durano: fede, speranza, amore; ma la più grande di esse è l'amore.” (1Corinzi 13:1-8, 13)

Gli uomini possono essere salvati mediante la fede operante (Giacomo 2:26; Atti 2:37-38; 8:35-38) e la speranza del Vangelo (Colossesi 1:22-23), ma tutto il regno eterno di Dio dipende dall'amore.

L'amore entra nella natura stessa del regno di Dio; ha il potere di tenere insieme l'umanità; unisce il Creatore alla creatura umana e la creatura umana al suo Creatore; fonde gli interessi di tutti i redenti, degli angeli e di Dio in uno solo.

¹¹ “Non ti vendicherai e non serberai rancore contro i figli del tuo popolo, ma amerai il prossimo tuo come te stesso. Io sono il Signore.” (Levitico 19:18) [NdR]

¹² “Le grandi acque non potrebbero spegnere l'amore, i fiumi non potrebbero sommergerlo.” (Cantico dei Cantici 8:7) [NdR]

¹³ Intervista a Erich Fromm: *Può una intera società essere malata?* In: http://www.youtube.com/watch?v=79Zp_XG0wmE

SETTIMO PRINCIPIO – Per riuscire a essere padroni di noi stessi e della nostra esistenza, Frankl suggerisce di imparare a trovare gioia nella vita di tutti i giorni. Egli afferma che anche nelle cose più piccole c'è la possibilità di trovare gioia. Se guardiamo bene, se facciamo attenzione, possiamo scorgere la gioia in ogni luogo e in ogni situazione della vita. Molte volte pensiamo di poter essere felici solo andando in posti lontani e facendo cose veramente speciali, ma alla fine rimaniamo delusi e non ci sentiamo contenti come avremmo sperato. Bisogna imparare a trovare gioia nelle piccole cose della vita, benché tutto intorno a noi sembri convincerci che occorre farne di grandi per essere felici. È importante imparare a gioire di una bella giornata di sole, della vista di un fiore, di un piccolo passero, di un insetto leggiadro.



La gioia è parte del frutto dello Spirito: “**Il frutto dello Spirito è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mansuetudine, temperanza**” (Galati 5:22). Occorre ritornare a essere un po' come i bambini, cui non servono cose costose o esagerate per essere contenti; a loro basta stare bene in salute, avere attorno genitori e nonni che li amano, e così trovano gioia anche nelle cose più semplici. In Filippesi 4:11, l'apostolo Paolo scrive: “**ho imparato a essere contento nello stato in cui mi trovo**”. È molto importante sviluppare in noi questa capacità.

OTTAVO PRINCIPIO – Frankl afferma che è possibile conseguire la vittoria in qualunque situazione ci troviamo a vivere, senza cambiare nulla della nostra realtà. Ma di quale vittoria sta parlando? Non della vittoria che consiste nell'uscire fuori da una situazione contrassegnata da negatività, bensì della vittoria che consiste nel non essere 'formati' da quella condizione. È la vittoria che otteniamo quando rimaniamo

padroni di noi stessi e della nostra vita, nonostante la situazione sfavorevole che stiamo attraversando; quando riusciamo a non diventare avviliti o esasperati; quando la nostra condizione attuale, pur difficile e dolorosa, è per noi un gradino che ci fa elevare, anziché un ostacolo che ci fa inciampare. E di solito tocca a noi decidere se quel gradino ci farà arrivare più in alto o ci farà cadere.

Frankl dice che l'uomo “è un essere che si decide, che decide in ogni istante, in ogni momento, e la sua decisione riguarda ciò che deve essere nel momento successivo”.¹⁴ “Nessuna situazione della vita – scrive Frankl – è realmente priva di significato. Questo vuol dire che gli stessi elementi che apparentemente sembrano segnati dalla negatività [...] possono essere sempre trasformati in una conquista, in un'autentica prestazione, a patto che si assumano nei loro confronti un atteggiamento e un'impostazione giusti.”¹⁵

Sappiamo che il cancro può uccidere, ma non deve distruggere. Molte persone sono state uccise dal cancro, ma non sono state distrutte dal cancro; esse hanno ottenuto la vittoria perché non sono state cambiate dalla malattia, non si sono lasciate plasmare dal cancro. Fino alla fine hanno potuto decidere che tipo di persone sarebbero state, e quali sarebbero stati i loro comportamenti. Un giovane Cristiano, la cui vita è stata prematuramente interrotta dal cancro, ha lasciato un biglietto che è stato trovato soltanto dopo la sua morte e sul quale aveva scritto: “**Rimango meravigliato di quale strana serenità e allegria continui a pervadermi, nonostante le avversità.**” Così deve essere. In Romani 8:37, l'apostolo Paolo scrive: “**Ma, in tutte queste cose, noi siamo più che vincitori, in virtù di Colui che ci ha amati.**” Avere fede in Dio ci dà quel potere di essere più che vincitori, qualunque sia la condizione in cui ci troviamo.

NONO PRINCIPIO – Per realizzare i principi sopra descritti, è necessario trovare uno scopo nella vita che abbia più forza della sofferenza che si deve abbracciare nel corso dell'esistenza. Quando abbiamo una ragione di vivere che vale più della sofferenza che dobbiamo affrontare, continueremo ad andare avanti, avremo il potere di diventare le persone che desideriamo essere, e non saremo plasmati dalle circostanze. In questo modo, non arriveremo mai al punto di arrenderci davanti ai

¹⁴ Viktor E. Frankl, *Homo Patiens*, op. cit., p. 67.

¹⁵ Viktor E. Frankl, *Dio nell'inconscio*, Editrice Morcelliana, Brescia, 1975, p. 109.

condizionamenti esterni, lasciando che questi ci padroneggino per farci diventare ciò che non vorremmo mai essere.

Frankl scrive: “Pensiamo a una situazione estrema quale la prigionia durante la guerra o la detenzione in un campo di concentramento: in tale situazione l’uomo si trova al limite della dipendenza da condizioni che si impongono, da circostanze che lo sovrastano. È chiaro, però, che tali condizioni e circostanze ambientali rappresentano una dipendenza soltanto per ciò che riguarda il suo agire e il suo sperimentare (l’unica attività da svolgere è quella di scavare e l’unica esperienza è quella di ricevere bastonate, di sopportare fame e freddo). Eppure, tali condizionamenti lo lasciano libero di prendere un atteggiamento nei confronti di questa situazione di estrema dipendenza. Ciò vuol dire che l’uomo [...] è libero nella realizzazione dei valori di atteggiamento, libero da ogni condizionamento e da ogni influsso ambientale, libero per dominare interiormente il destino, libero per una sofferenza autentica. Una tale libertà non conosce condizionamenti, è libertà in ogni caso e fino all’ultimo respiro. Le situazioni estreme, pertanto, fanno sì che l’uomo non solo pervenga a una libertà interiore, ma raggiunga la maturità interiore.”¹⁶

Secondo Frankl ci sono tre cose che ci aiutano a trovare nella vita uno scopo così importante che siamo pronti a dire: “Per la mia ragione di esistere posso abbracciare tutte le sofferenze possibili, anche la morte, continuando a dire che la vita è una cosa bella e importante.” E queste tre cose sono: le azioni che compiamo; le emozioni che investiamo in ciò che facciamo; la sofferenza. Frankl dice che quest’ultima è la più importante di tutte. Quando una cosa ci costa sofferenza, essa diviene molto importante per noi proprio per questo fatto. Le madri che per tutta la vita hanno dovuto curare un figlio ammalato, alla fine dei loro giorni, guardando indietro, devono riconoscere che la loro esistenza ha avuto molta importanza, proprio per la sofferenza che hanno dovuto abbracciare, dando sé stesse alla cura di qualcun altro.

Grazie alla sofferenza è possibile scoprire il significato della vita.

“Non è facile esporre la ricchezza di senso contenuta nella sofferenza. – scrive Frankl – Le possibilità [...] insite nella sofferenza non hanno alcun limite. [...] L’uomo non ha tale capacità [di soffrire]: nessuno gliel’ha posta nella culla. Si possiedono gli

¹⁶ Viktor E. Frankl, *Homo Patiens*, op. cit., p. 83.

organi e si possono indubbiamente possedere dei talenti; la capacità di soffrire, invece, l'uomo deve acquistarsela, deve guadagnarsela: se la deve soffrire.

Se l'uomo portasse con sé la capacità di soffrire, se l'avesse ricevuta lungo il cammino della vita, essa rappresenterebbe una proprietà caratteriale e, come tale, non sarebbe acquisita, ma innata. In tal senso sarebbe una realtà apatica, che non permetterebbe il sorgere di una sofferenza. L'apatia è l'incapacità di soffrire ed esclude la possibilità di realizzare i valori di atteggiamento attraverso e nella sofferenza.

Chi non può forgiare il suo destino [...] può sottometterlo e dominarlo in altro modo, mediante la realizzazione di valori di atteggiamento, prendendo un giusto atteggiamento di fronte a un destino segnato da un'autentica sofferenza. Ciò presuppone una previa acquisizione della capacità di soffrire. [...]

Jaspers,¹⁷ con una fortunata espressione, ha definito l'uomo come «l'essere che decide», l'essere cioè che non 'è' semplicemente, ma decide ciò che egli è. [...] E se l'essere della persona è un essere che decide, il carattere è un essere divenuto. Tale essere è 'divenuto' non solo in quanto, mediante l'eredità e l'ambiente circostante, viene portato a ciò che egli è, ma [...] accanto all'eredità e all'ambiente c'è qualche altra cosa che forma l'uomo ed è ciò che l'uomo fa di sé stesso [...]. Finché la persona che si 'è' si contrappone al carattere che si 'ha', finché essa prende posizione nei suoi confronti, le è possibile trasformare il carattere e sé stessa e 'diventare' una personalità. Quindi, non solo io agisco conformemente a ciò che sono, ma divento conformemente a come agisco.

L'uomo 'si' decide: come essere che decide ciò che è, egli non si limita a decidere qualcosa, ma decide anche sé stesso. [...] E mentre configuro il destino, la persona che io sono forma il carattere che io ho: in tal modo 'si' forma la personalità che io divento. La realizzazione dei valori di atteggiamento [...] presuppone la sofferenza e la capacità di soffrire.”¹⁸

Così l'uomo sofferente, vivendo in maniera significativa la propria sofferenza, può trasformarla in un'azione piena di senso. Chi è riuscito a sopravvivere, a non lasciarsi

¹⁷ Karl Theodor Jaspers (1883-1969) è stato un filosofo e psichiatra tedesco. Ha dato un notevole impulso alle riflessioni nel campo della psichiatria, della filosofia, ma anche della teologia e della politica.

¹⁸ Viktor E. Frankl, *Homo Patiens*, op. cit., pp. 77-78.

forgiare dalle condizioni esterne, e a decidere chi essere e come essere in circostanze dolorose e di privazione della libertà, nel giorno della sua liberazione dalla prigionia, prova il sentimento che Frankl ha così ben descritto: “Questa esperienza dell’uomo tornato a casa sarà coronata dalla splendida sensazione che, dopo quanto ha sofferto, non deve temere più nulla al mondo – tranne il suo Dio.”¹⁹

IL SENSO DELLA VITA – Secondo Frankl, viviamo in un mondo nel quale è difficile trovare un senso alla vita, in primo luogo perché la scuola, la famiglia e la società non ci hanno insegnato a ricercarlo. Avere uno scopo nella vita significa avere un orientamento, delle linee guida, dei riferimenti per il proprio cammino esistenziale capaci di dare un senso alla propria quotidianità, inserendola in un progetto più ampio e complessivo.

Dato che siamo stati creati da Dio, se c’è uno scopo nella vita, Dio ci ha detto qual è. Salomone, terzo re d’Israele, figlio e successore del re David, dopo aver parlato della futilità di una esistenza vissuta come se il mondo e ciò che questo ha da offrire siano tutto quello che esiste, fa una fondamentale considerazione conclusiva nel libro dell’Ecclesiaste: “Ascoltiamo dunque la conclusione di tutto il discorso: Temi Dio e osserva i Suoi comandamenti, perché questo è il tutto per l’uomo” (Ecclesiaste 12:15). E l’apostolo Paolo spiega ancora più chiaramente quale sia il senso e lo scopo della nostra vita: “Nessuno di noi infatti vive per sé stesso, e nessuno muore per sé stesso; perché, se viviamo, viviamo per il Signore; e se moriamo, moriamo per il Signore. Sia dunque che viviamo o che moriamo, siamo del Signore.” (Romani 14:7-8)

LA STATUA DELLA RESPONSABILITÀ – Frankl ha consigliato agli Americani di costruire, sulla costa occidentale degli Stati Uniti, la *statua della responsabilità*, per fare da contrappeso alla *statua della libertà*. Egli infatti deplora che nella civiltà moderna la libertà sia intesa soltanto come autonomia nel prendere decisioni, come arbitrarietà, mentre viene trascurato il legame fra libertà e responsabilità. “Anche se scherzando, – scriveva nel 1946 – spesso faccio una proposta seria agli Americani: dopo aver eretto sulla costa orientale della loro nazione una statua colossale alla

¹⁹ Viktor E. Frankl, “Uno psicologo nei lager”, op. cit., p. 152.

libertà, non pare sia giunta l'ora di erigere sulla costa occidentale qualcosa di analogo, e cioè una statua della responsabilità?"

La *statua della responsabilità* potrebbe essere simile alla scultura che si può ammirare nel Parco di Vigeland a Oslo (Norvegia), e che rappresenta la famiglia unita.



La famiglia unita (Parco di Vigeland, Oslo, Norvegia)



(© Riproduzione riservata - Dr. Orietta Nasini)

<http://www.ilcoraggiodiester.it/public/L'influenza%20sociale.pdf>