



TESTO PROVVISORIO

Distinzione e complementarità tra accompagnamento spirituale e psicologia

S.E.R. Mons. Carlo Bresciani, Vescovo di San Benedetto del Tronto-Ripatransone-Montalto

1. Accompagnamento spirituale

La direzione spirituale è tema da lungo tempo studiato e di fatto da sempre praticato nella pastorale della Chiesa, è pratica consigliata caldamente dalla Chiesa e richiesta obbligatoriamente per coloro che si preparano a ricevere gli ordini sacri.

In tempi recenti è entrato l'uso del termine 'accompagnamento spirituale' al posto di 'direzione spirituale', in quanto ritenuto termine troppo 'direttivo' e certamente meno consono alla mentalità corrente, molto attenta all'autonomia del soggetto. Dietro sta una concezione diversa del rapporto interpersonale che introduce nella vita cristiana, ci sta un senso diverso del rispetto del cammino del singolo e della sua autonomia di decisione anche in campo spirituale.

Così lo definisce il *Dizionario di Pastorale Vocazionale*: «L'accompagnamento è un servizio proposto a chi si domanda come scoprire dentro la propria storia personale il piano di Dio, i segni che avviano verso un certo orientamento e con quali mezzi poter attuare la chiamata, una volta intuita e accolta come via per la propria felicità».¹

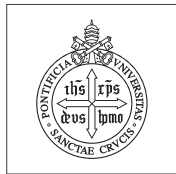
Questa definizione indica alcuni elementi che mi paiono molto importanti da tener presenti in ogni accompagnamento spirituale: 'scoperta', 'dentro la propria storia personale', 'piano di Dio', 'segni', 'mezzi di attuazione'. Si noterà che al centro di tutto il processo sta la persona di colui che viene accompagnato, colui che va alla scoperta del piano di Dio su di sé: è lui che deve scoprire la propria vocazione (nessuno gliela può imporre); è nella sua storia personalissima che tale scoperta deve essere fatta, è in questa sua storia che deve scoprirne i segni, ed è dentro di sé che deve trovare i mezzi per attuare la risposta adeguata alla vocazione che ritiene di aver scoperta. Come si noterà immediatamente non è affatto possibile prescindere dalla storia personale di colui che viene accompagnato, storia che è sempre unica e irripetibile e di cui è impastata la sua personalità nella quale deve trovare i mezzi per attuare la propria personalissima vocazione.

Il termine 'accompagnamento' dice che tutto questo la persona non lo può, e forse non lo deve neppure fare da sola, ma con un 'compagno' che la guida dentro di sé a leggere la sua storia umana e cristiana. Nessuno è necessariamente buon giudice della sua vita e di se stesso.

2. Accompagnamento spirituale e psicologia

È all'interno di una cammino spirituale in tal modo compreso, che -ripeto- non può che essere fatto dentro la propria storia personale, che si pone la questione del rapporto tra accompagnamento spirituale e psicologia. Ciò che infatti può stupire, e che, di fatto, suscita ancora in qualcuno perplessità (in un recente passato certo molto di più), è proprio il richiamo dello psicologico accanto allo spirituale. I timori non troppo velati sono quelli di una contaminazione dello spirituale con lo psicologico o addirittura di forme di psicologismo con la conseguente riduzione della spiritualità alle dinamiche umane, perdendo la dimensione trascendente della spiritualità che si fonda più che sulle opere umane sull'azione dello Spirito nella persona umana. Ovvio sottolineare che, se questo fosse l'esito, una tale riduzione non sarebbe accettabile.

¹ O. CANTONI, "Accompagnamento vocazionale personale", in *Dizionario di Pastorale Vocazionale*, a cura del Centro Internazionale Vocazionale Rogate, Editrice Rogate, Roma 2002, p. 8.



TESTO PROVVISORIO

Occorre, quindi, evitare qualsiasi forma di psicologismo, ridurre cioè i problemi spirituali a problemi psicologici o, comunque, a porre la psicologia a fondamento della spiritualità. La psicologia verrebbe ad assumere una dimensione quasi religiosa.² Certamente la concezione cattolica della spiritualità ha poco a che vedere con una tale prospettiva. Si tratta di due diverse dimensioni dell'umano che si collocano su due piani diversi e distinti, ma non completamente separati.

Bisogna, però, riconoscere che nella vita di ogni persona c'è una dimensione psicologica che non è riducibile semplicemente alla dimensione spirituale. Se non si deve ridurre lo spirituale allo psicologico, non si può ridurre lo psicologico allo spirituale. Se è un errore lo psicologismo, altrettanto lo è lo spiritualismo che rifiuta di fare i conti con la realtà umana e la sua complessità. Nell'un caso e nell'altro, si perde una dimensione fondamentale dell'esistenza umana.

Occorre, quindi, avere una corretta concezione della spiritualità, o meglio della vita spirituale. Nella concezione cristiana della vita il primato non può che essere dato all'azione di Dio attraverso lo Spirito, dono del Risorto, nella vita del credente. Non si tratta, quindi, di alimentare soltanto sentimenti affettivo-emotivi più o meno vaghi. La vita spirituale è una relazione vissuta con il Dio di Gesù Cristo attraverso l'azione dello Spirito nel cuore dell'uomo (cfr. Rom 5,5), relazione che porta ad imitarne lo stile di vita. In quanto relazione con una persona concreta, Gesù Cristo, la vita spirituale cristiana ha un riferimento concreto e oggettivo che non può essere il risultato di una costruzione soggettiva o semplicemente ideale. Essa è relazione vissuta nella quotidianità della vita con quel Gesù che ci è presentato dalla Scrittura e predicato dalla Chiesa, quindi assunzione del suo stile di vita dentro la propria storia concreta fatta di relazioni anche umane. Ne deriva che la spiritualità cristiana ha un elemento di verità che è trans-soggettivo.

Come qualsiasi altra relazione umana, è vissuta secondo modalità soggettive. "La verità cresce sull'albero del soggetto" affermava B. Lonergan.³ Se il 'tu' di Gesù Cristo è lo stesso ieri, oggi e sempre, è lo stesso e identico per tutti, ognuno di noi, come per ogni altra relazione, vive la relazione con lui modulata sulla propria sensibilità, sulla propria emotività, sul proprio modo di percepirlo, a partire dal filtro delle proprie esperienze pregresse di relazione. Se è vero che Gesù è lo stesso e identico per tutti, non è vero che suscita in tutti gli stessi sentimenti, le stesse emozioni, le stesse reazioni. Ognuno di noi può percepire e vivere la stessa e identica realtà in modalità diverse. Le diverse spiritualità delle congregazioni religiose, e oggi dei diversi movimenti ecclesiali, sarebbero incomprensibili senza rifarsi alla storia personale dei fondatori, alla loro sensibilità, al loro carattere e alle specifiche doti di cui è caratterizzata la loro personalità umana.

Alcune di queste peculiarità personali possono facilitare la relazione e permettere di approfondirla, alcune la rendono più laboriosa, altre la possono addirittura impedire. Tutto ciò non dipende ovviamente dallo Spirito di Dio, ma da colui che si mette in relazione con Lui. Vivere una relazione totale con una persona e fidarsi di essa fino al punto da affidare ad essa la propria vita è molto diverso dal semplice conoscere ciò che di quella persona altri comunicano, ammesso che la comunicazione sia data e percepita correttamente, ma neppure questo è scontato.

Tutto ciò significa, da una parte, che la relazione con Gesù, quindi la vita spirituale come sua

² Cfr. D.S. BROWNING, *Religious Thought and the Modern Psychologies. A Critical Conversation in the Theology of Culture*, Fortress Press, Philadelphia 1988.

³ Affermava in una conferenza sul soggetto nel 1968: «Il frutto della verità deve crescere e maturare sull'albero del soggetto prima di poter essere colto e posto nel suo ambito assoluto» (B.J. LONERGAN, *The subject*, in W.F.J. Ryan - B.J. Tyrrel (eds.), *A Second Collection* by B.J.F. Lonergan, The Westminster Press, Philadelphia 1974, pp. 70-71). Cfr. anche B.J. LONERGAN, *Il metodo in teologia*, Biblioteca di Teologia contemporanea 24, Queriniana, Brescia 1975.



TESTO PROVVISORIO

sequela vivendo il suo stesso stile di vita, non è riducibile ai dinamismi psicologici del soggetto (essa ha un elemento insuperabile di verità: la persona stessa di Cristo), dall'altra parte, significa che essa è certamente influenzata dai soggettivi dinamismi psicologici fino al punto da esserne anche travisata. Determinante è sempre ciò che uno vive dentro quella relazione.

Tali dinamismi psicologici entrano anche nella relazione con l'accompagnatore, fino al punto da diventare determinanti nella stessa relazione, fino al punto da sovrapporsi e diventare più importanti della relazione stessa con Cristo. Ciò è tanto più vero quanto più l'accompagnatore non è sufficientemente avvertito di questa possibilità, non conosce se stesso o non sa percepire adeguatamente ciò che sta avvenendo nel processo di accompagnamento.

Anche l'accompagnatore ha un suo modo personalissimo di relazionarsi a Cristo e alla Chiesa, oltre che alla persona che accompagna. Anche lui deve fare i conti con i suoi propri dinamismi psicologici che influenzano la relazione con colui che sta accompagnando, e talora la influenzano in modo talmente decisivo da finire per essere una vera e propria manipolazione: ne conseguono abusi della libertà, quando purtroppo qualcosa di molto peggiore. Sappiamo che sono possibili abusi di coscienza e di potere, quando non addirittura abusi affettivo-sessuali.

Ne consegue che non basta conoscere bene la spiritualità cristiana per essere un buon accompagnatore nella vita spirituale; è necessario conoscere bene la persona umana, non in astratto, ma in concreto: *questa* persona umana (quella dell'accompagnatore e quella dell'accompagnato) con i suoi propri modi di percepire, di relazionarsi, con la sua storia concreta. Non sono i dinamismi relazionali del singolo che dicono della verità di Cristo, ma essi condizionano la relazione con la sua verità.

Non spetta alla psicologia dire della verità di Cristo, ma essa può dire molto delle distorsioni percettive e relazionali dell'accompagnatore e dell'accompagnato, dei dinamismi che si inseriscono in quell'accompagnamento specifico; può aiutare a capire da dove provengono (educazione, esperienze fatte, relazioni parentali del passato, bisogni particolari ...) e, se ne ha i mezzi, può aiutare a correggere tali distorsioni.

Sono convinto che i grandi padri spirituali del passato abbiano avuto capacità psicologiche sorprendenti di intuizione e le abbiano usate a beneficio delle persone che accompagnavano sulla via di Cristo. Chi non ha queste capacità psicologiche di intuizione per natura, le può acquisire o approfondire attraverso lo studio della personalità umana alla luce dell'antropologia cristiana e attraverso un adeguato esercizio. Certo, non basta dirsi accompagnatore spirituale per esserlo veramente.

3. Interazione tra spiritualità e psicologia

È corretto allora sostenere una prospettiva interazionista tra spiritualità e psicologia, se teniamo al centro la persona concreta e non soltanto le discipline in sé, le quali studiano aspetti e dimensioni particolari, separandoli metodologicamente.

La psiche del singolo influenza il modo e il sentire della relazione con l'altro/Altro e ne condiziona i modi (emotivi e comportamentali) in cui è vissuta; dall'altra parte, l'altro/Altro con la sua oggettività, che non si lascia ridurre al modo in cui viene percepito, mantiene potenzialità correttive nei confronti di percezioni distorte. È la verità che ci libera (cfr. Gv 8,32), ma ciò non è da intendere in modo magico, a prescindere cioè dalle persone concrete che si relazionano con quella verità che è Gesù Cristo.

Secondo l'antico adagio *gratia non destruit, sed perficit naturam*, la grazia non agisce indipendentemente dalla natura, ma *nella* e *attraverso* la realtà umana: ciò include anche la realtà



TESTO PROVVISORIO

psichica dell'essere umano con la complessità dei suoi dinamismi. Non siamo di fronte a un “*aut-aut*”, ma a un “*et-et*”: il divario critico tra spiritualità e psicologia comunque resta.

La relazione con Dio, se Dio è compreso realmente ed esistenzialmente per quello che è, cioè Amore vero, ha riflessi terapeutici sulla psiche e sulle ferite relazionali che la persona nella sua storia ha collezionato. Esse, in fondo, sono ferite nella relazione d'amore, vale a dire ferite profonde, se è vero che il desiderio più grande di ciascuno è quello di essere amato gratuitamente per quello che è e non per altro. “Senza amore non possiamo vivere”⁴. La relazione donata da Dio è l'unica veramente e assolutamente sanante, perché il suo amore è l'unico che può essere assolutamente gratuito. Egli, infatti, non ha bisogno di nulla, il suo amore è puro dono.⁵

Qui la psicologia trova il suo limite insuperabile: può aiutare a comprendere i dinamismi che nella relazione concreta facilitano, ostacolano o rendono di fatto impossibile la relazione, ma non può dare ciò che alla fine dona la libertà piena, cioè l'amore assolutamente gratuito che è il desiderio più profondo di ogni persona e che solo Dio può dare, non avendo egli bisogno di nulla. La psicologia può descrivere solo una parte importante della realtà umana, ma non è in grado di dare ad essa l'orizzonte ultimo, ciò che riguarda il 'da dove vengo', 'dove vado', 'per che cosa vivo?', 'chi me lo fa fare?', cioè il senso e la motivazione ultima della libertà umana con i limiti che inevitabilmente la connotano, non essendo libertà assoluta, limiti che rivelano che ogni sforzo umano è radicalmente insufficiente a realizzare quel desiderio di infinito che lo abita. Limiti che riguardano anche qualsiasi amore umano ricevuto, in quanto ricevuto da esseri umani, quindi limitati e incapaci di un amore assolutamente gratuito: ciò che è desiderato e cercato, ma non può essere imposto a nessuno.

Solo la spiritualità dà alle domande sopra poste una risposta adeguata. Essa non toglie l'impegno della libertà umana, ma permette ad essa di vivere il limite che intrinsecamente la connota senza negarlo con fughe in idee di illusoria onnipotenza o cadere in un pessimismo rinunciatario. La spiritualità cristiana permette di vivere la tensione tra il desiderio e il limite umano, permette di tenere insieme entrambi in una feconda tensione che genera la creatività umana, confidando nella grazia che sola può portare a quel compimento che il limite umano non potrà mai permettere di raggiungere.

La libertà umana ha bisogno, tuttavia, di essere per quanto possibile liberata dai condizionamenti in cui è necessariamente posta, tra questi quelli di natura psicologica, affinché possa essere allargato lo spazio del suo esercizio concreto. Alcuni condizionamenti con l'aiuto della psicologia potranno essere superati, altri ridotti, altri non potranno che essere accettati, essendo libertà umana e, quindi, non assoluta. Nell'accettazione della finitezza umana ha un ruolo fondamentale la spiritualità in quanto offre all'essere umano un orizzonte di senso e un compimento della vita che va oltre le realizzazioni possibili alla libertà umana.

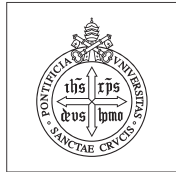
4. Quale psicologia?

È necessario tuttavia che la psicologia non si ponga come chiusura preconcepita e ingiustificata ad ogni trascendenza, mortificando in tal modo l'umano e chiudendolo in un orizzonte troppo ristretto. Più la psicologia chiude l'umano su se stesso, più induce in una forma di volontarismo alla fine umanamente insostenibile in quanto la volontà umana non può tutto, non può decidere dell'altro/Altro, per esempio.⁶

⁴ GIOVANNI PAOLO II, Lettera enciclica *Redemptor Hominis*, 10.

⁵ Cfr. C.S. LEWIS, *I quattro amori: affetto, amicizia, amore e carità*, Jaka Book, Milano 1990².

⁶ Cfr. P.C. VITZ, *Psychology as Religion: The Cult of Self-Worship*, Grand Rapids (Michigan) Eerdmans 1977. Egli



TESTO PROVVISORIO

Non esiste una psicologia che non sottenda una ben precisa concezione antropologica, che riguarda in modo particolare il fine della vita e della relazione interpersonale.⁷ Altro è una psicologia che imposti tutta la sua interpretazione dell'umano sulla esclusiva realizzazione di sé, altro è una psicologia che dia pieno senso alla dedizione di sé agli altri, magari con sacrificio di sé. Altro è “io vivo per me stesso”, altro è “il mio vivere è Cristo” (Gal 2, 20).

Nella realtà di un essere umano non ancora totalmente redento e in se stesso diviso (cfr. GS 10) esiste una tensione tra motivi egocentrici e motivi altruistici e talora quelli egocentrici sono giustificati, attraverso razionalizzazioni più o meno consce, con quelli altruistici. Una psicologia che metta in luce questa tensione e queste possibili razionalizzazioni è di grande aiuto per un autentico cammino spirituale in quanto aiuta a purificare le motivazioni dell'agire e pone il soggetto di fronte alle scelte fondamentali che devono orientare la sua vita.

H. Zollner, riflettendo sul contributo che la psicologia può dare alla spiritualità, afferma: “Dal punto di vista cristiano si deve perciò accogliere con favore tutto ciò che aiuta l'uomo a diventare veramente uomo. Ma, d'altra parte, resta anche da chiedersi se e in che misura la psicologia aiuti l'uomo a cogliere tutta la sua realtà e a capire se stesso come creatura di Dio e aperto agli altri. In questo senso ci si deve chiedere seriamente se le diverse scuole psicologiche siano conciliabili con la concezione biblico-teologica dell'uomo e con la scopo della sua vita”.⁸ Di fatto, è un mito quello della psicologia neutra rispetto ai valori.

B. Forte, riflettendo sul contributo che la teologia può dare alla psicologia, afferma: “La teologia [spiritualità] può offrire a una tale psicologia l'orizzonte ultimo di senso che attinge a Dio, mistero del mondo, quale è stato rivelato in Gesù Cristo: in tal modo, nell'immagine del Dio Trinità Amore essa riconosce la vocazione ultima dell'uomo e del mondo, in rapporto alla quale l'uomo può realizzarsi in una vita buona, sana e felice, anche quando dovesse essere chiamato a testimoniare nel dolore l'amore più grande, che lo sostiene e dà senso alla vita”.⁹

Entrambi gli autori concordano su una possibile complementarità tra spiritualità e psicologia, ma a precise condizioni.

Mente la spiritualità offre l'ultimo orizzonte di senso, la psicologia offre alla spiritualità quel realismo e concretezza della situazione umana e della relazione che spinge a farsi coscienza critica della prassi concreta dell'accompagnamento.

Lo spirituale non può che integrare l'umano. Se c'è interazione tra psiche e spiritualità, ne viene che un accompagnamento spirituale, attento alla singola persona, non può non conoscere, in quanto possibile e usando le conoscenze scientifiche a sua disposizione, le sensibilità psico-relazionali dell'accompagnato, i suoi punti di forza e i suoi punti deboli, le sue fragilità e le sue ricchezze. Ciò proprio perché la sua vita spirituale non può che crescere *dentro* la sua storia concreta, facendosene carico fino in fondo. “Se con i metodi della psicologia si può aiutare qualcuno a raggiungere una maggiore libertà concreta e una maggiore disponibilità a seguire Gesù,

mostra come una psicologia che chiude l'essere umano su se stesso, diventando una specie di nuova religione, non fa altro che provocare gravi danni.

⁷ L'antropologia sottesa alla psicologia di C. Rogers è certamente diversa dall'antropologia sottesa alla psicologia di V. Frankl, per esempio. È nota la resistenza della Chiesa ad accettare la psicologia del profondo che, ai suoi inizi si ispirava a concezioni positivistiche e meccanicistiche dell'essere umano, quelle che erano tipiche della medicina di quel tempo. Sul rapporto tra antropologia teologica e psicologia si può vedere l'interessante articolo di Repole: R. REPOLE, “Antropologia teologica e psicologia della personalità umana: incontri suggestivi”, in *Tredimensioni* 4(2007)234-248.

⁸ H. ZOLLNER, “Fede cristiana e psicologia”, in *La Civiltà Cattolica*, quaderno 3689, 2004/1, p. 457.

⁹ B. FORTE, “Il mistero e l'inconscio. L'uomo tra teologia e psicologia”, in *Il Sole 24 Ore*, 4 maggio 2014.



TESTO PROVVISORIO

la fede cristiana non può che trarne vantaggio".¹⁰

5. Il contributo della psicologia all'accompagnamento spirituale

Solo una psicologia aperta e accogliente nei confronti della Trascendenza può costituire l'orizzonte comune che permette una proficua integrazione, e non una insanabile conflittualità di cui ne farebbero le spese solo le persone implicate nell'accompagnamento. L'accompagnamento spirituale ha come meta quella di introdurre al rapporto personale con il Dio Trinità Amore nei cui confronti non ha senso alcuna difesa, solo la piena fiducia e il totale abbandono. L'accompagnamento psicologico ambisce a liberare lo spazio interiore umano per una sempre più profonda e libera relazione libertà con l'Amore liberante di Dio.

La domanda che si pone la psicologia è: ci sono ostacoli (nell'accompagnato e nell'accompagnatore), più o meno gravi, che si frappongono allo sviluppo di questa relazione veritiera con Dio Trinità Amore, relazione che è l'unica veramente liberante per il soggetto? Si apre qui lo spazio per il possibile aiuto psicologico prezioso per l'accompagnamento spirituale. Come conoscere questi ostacoli? Quali possibilità ci sono per aiutare la persona a rimuoverli o ad alleggerirli e con quali mezzi? Quale vita spirituale è possibile dentro la situazione concreta che la persona accompagnata si trova di fatto a vivere?

Queste domande valgono anche nei confronti di colui che si pone come accompagnatore: non è detto che sia persona completamente libera dovendo essa stessa fare i conti con i suoi propri dinamismi psicologici e con quelli la relazione concreta con l'accompagnato ridesta dentro di lui, dinamismi tanto più insidiosi quanto più sono inconsci.¹¹

Bisogna tener presente che ogni accompagnamento spirituale comprende sempre la contemporanea relazione tra tre persone: accompagnatore, accompagnato e Dio/Gesù Cristo, relazioni che si influenzano reciprocamente.¹² Bisogna tenere conto che non si è di fronte soltanto a una relazione binaria, ma alla persona concreta; all'accompagnatore con la sua specifica personalità e alla relazione specifica che i due hanno con Gesù.

L'interazione dei vari elementi nel concreto delle singole persone dà origine a un *unicum*, per cui nessuna persona è identica all'altra. Ciò dice che l'accompagnamento, essendo rivolto alla persona concreta, si avvale della comprensione generale dei dinamismi psico-spirituali, ma deve rimanere sempre aperto a quell'*unicum* personale che è il risultato della storia, delle esperienze e dei mezzi che ciascuna persona ha, di fatto, nel suo bagaglio esistenziale. Il concreto supera sempre qualsiasi sua teorizzazione. La persona concreta nel suo mistero supera sempre qualsiasi teoria su di essa.

¹⁰ H. ZOLLNER, *op. cit.*, p. 459.

¹¹ Si pensi per esempio, ai bisogni affettivi dell'accompagnatore e dell'accompagnato che si intrecciano tra di loro e che entrano inevitabilmente in gioco in ogni relazione personale, tanto più fortemente quanto più la relazione diventa intima. E la relazione di accompagnamento spirituale lo è! Se non si è consapevoli di questo e si lascia a questi bisogni lo spazio per agire inconsciamente nella relazione, il risultato può essere dannoso non solo per l'accompagnato, ma anche per l'accompagnatore e la relazione può avvitarci su se stessa, con gravi conseguenze relazionali.

¹² L'Istituto Superiore per Formatori (collegato con la Pontificia Università Gregoriana) in questi anni ha approfondito molto le dinamiche implicate in un accompagnamento psico-spirituale, coinvolgendo la riflessione di esperti non solo in psicologia, ma anche in teologia e in spiritualità, stimolati anche dagli studenti provenienti da studi specialistici in diritto canonico, in sacra Scrittura, in teologia dogmatica, in teologia morale, in spiritualità.



Pontificia
Università
della
**SANTA
CROCE**

**SETTIMANA DI STUDIO SULL'ACCOMPAGNAMENTO
SPIRITUALE NEI MOVIMENTI E NUOVE COMUNITÀ**
Roma, 30 gennaio - 3 febbraio 2023

TESTO PROVVISORIO

6. Conclusione

Un accompagnamento psico-spirituale così inteso, mentre si fa carico del cuore diviso e della storia concreta della persona, l'aiuta anche a trovare la propria identità, la propria verità, che non può che essere scoperta nella duplice e inscindibile relazione: con Dio e con i fratelli. Una relazione che deve modularsi sull'amore come *caritas*, che ha, quindi, il *Deus caritas* come principio e fondamento. Accompagnare a comprendere tutto ciò significa ridare la vera libertà alla persona.