

## *Convivere con le tensioni*

Hans Zollner\*

**S***econd Life* è il sito Internet che ti offre una vita alternativa: nuova identità, fisico migliore, niente vicini indesiderati, amici da sogno, desideri senza confini... Una vita alternativa ideale, ma noiosa da morire. Infatti, non prevede tensioni. Se ne rimane qualcuna, basta un clic sul computer e tutto scompare.

Alla vita reale e autentica appartengono le *sane* tensioni fra (almeno) due forze o due realtà: sane perché rendono possibile un autentico sviluppo di maturità. Anche la teologia ha a lungo studiato le tensioni fra i grandi poli del vivere: Dio e l'uomo, l'umanità caduta e redenta, la chiesa dei santi e quella dei peccatori...; là dove crolla la tensione fra questi poli lo spazio si fa stretto e può nascere l'eresia. Anche la psicologia ha dato un nome alle normali tensioni del vivere: istinto di morte e istinto di vita (Freud), Io ideale e Io reale (psicologia dell'Io), orientamento ai bisogni e quello ai valori (psicologia della motivazione)...; là dove cessa la tensione fra questi poli e uno di essi diventa assoluto, nasce il disturbo e la malattia.

Le tensioni non sono solo inevitabili ma stimolo di vita: senza di esse non c'è corrente, nulla si muove. Se però sono eccessive, creano esplosione e rottura e innescano il miraggio della *second life*.

Anche la vita in Cristo non esonera dalle tensioni. Le affronta sotto una luce diversa, ma rimangono: quelle fra la grandezza di Dio e la piccolezza umana, fra gli entusiasmi dell'inizio e il quotidiano della sequela, fra le aspettative e le prestazioni, fra la comunità che mi aspettavo e quella reale...

L'articolo presenta alcune tensioni tipiche della vita del prete e del consacrato/a<sup>1</sup>. Riguardano l'ambito della consacrazione personale (chi sono io, in un mondo spesso estraneo?), quello comunitaria (come viviamo insieme?) e quello della missione (le nostre iniziative sono ancora efficaci o una palla al piede?). Offre anche alcuni suggerimenti per viverle in modo che siano stimolo alla maturità, il che è possibile quando ci abituiamo a *percepirle, accettarle ed elaborarle*.

---

\* Docente all'Istituto di Psicologia della Pontificia Università Gregoriana di Roma.

## **Il significato di tensione**

Nell'arco del suo sviluppo, la persona umana attraversa degli stadi ben specifici, segnati da corrispondenti crisi e conflitti. La nota teoria di Erikson ne ha identificati otto, ognuno per ogni età della vita, fra loro in sequenza necessaria (per esempio, lo stadio 3 segue lo stadio 1 e 2)<sup>ii</sup>. Ogni stadio è segnato da un'antinomia (o conflitto) fra due polarità: *fiducia-sfiducia* (primo anno di vita), *autonomia-vergogna e dubbio* (2-3 anni), *iniziativa-colpa* (4-5 anni), *applicazione-inferiorità* (da 6 anni alla pubertà), *identità-diffusione del ruolo* (adolescenza), *intimità-isolamento* (età adulta), *fecondità-stagnazione* (età di mezzo), *integrità personale-disperazione* (terza età). Ogni stadio è costituito da un polo positivo (ad esempio, fiducia) e uno negativo (ad esempio, sfiducia). Il polo negativo non scompare completamente e la tensione inerente rimane per la vita. La soluzione, cioè, come la tensione viene ad ogni stadio vissuta, influisce anche sugli stadi seguenti. Così, se lo stadio 1 (fiducia – sfiducia) non è stato risolto sufficientemente bene, la tensione si ripresenterà nel corso della vita successiva. Risolvere bene il problema posto da ogni stadio non significa annullare il polo negativo della sfiducia, vergogna, disperazione... in favore di quello positivo della fiducia, autonomia, integrità...., quasi che crescere bene significhi cancellare la mancanza e lasciare solo la pienezza; anche la persona matura mantiene una certa dose di sfiducia, colpa, disperazione, isolamento... La gestione degli otto stadi è matura se rispetta l'antinomia dei due elementi che li compongono.

Sulla base di questi stadi di Erikson si possono anche interpretare le tensioni *spirituali, comunitarie e psichiche* inerenti alla vita vocazionale nei suoi ambiti della *consacrazione - comunità - missione*.

## **Il versante spirituale: le tensioni della consacrazione**

### *Fiducia - sfiducia*

Anche nella relazione con Dio viviamo delle tensioni: fra affidarci a lui nella preghiera e contare sul nostro lavoro, fra basarci su di Lui e fidarci di più dei nostri talenti, fra accettarlo così come Lui è e volere che Lui sia come noi vogliamo... Seguendo la griglia di Erikson, nell'esempio che segue si può notare l'attivazione del conflitto fiducia – sfiducia.

Sr. Elisabetta, 53 anni, suora da 30, dopo il noviziato e una specializzazione in ragioneria, fu destinata all'amministrazione della sua congregazione. È una donna cortese, paziente ma anche un po' sfuggente e qualche volta permalosa. Ogni tanto si sente triste, cosa che tiene per sé e che scompare spontaneamente nel giro di 2 giorni. In quei giorni, però, è irrequieta e nervosa: pregare le sembra come parlare al muro e le vengono «strani»pensieri, del tipo «amo veramente Dio o sto solo ripetendo un gioco spietato?». Da circa una decina d'anni ha la sensazione che Dio la possa abbandonare: lei crede, ma sente anche che in una parte del suo cuore non si è lasciata andare a Dio. Scoprirlo le fa male.

Dietro all'apparente dubbio di fede emergono alcune domande: Io, posso essere? Io, posso stare davanti a Dio? Posso mantenere la fiducia in Dio anche quando mi sembra lontano e un po' capriccioso? Per Elisabetta, il Dio che opera secondo la sua propria decisione e potenza, conducendo anche in «valli» tenebrose, è come un buco nero dal quale ritirarsi per non affogare. È proprio ciò che le succede anche con gli altri: se loro le vengono troppo vicino ma non come lei vuole, lei li respinge ma poi ci sta male perché vorrebbe lasciarsi andare con loro. Io, sono degna? Posso reggere al confronto e restare viva? Sono capace di dare stabile amicizia anche quando siamo e dobbiamo restare diversi e lontani?..., sono tutte domande che stanno venendo a galla e che permettono ad Elisabetta di dare un nome alla tensione che finora si è tenuta dentro, tutta per sé.

*Passaggio determinante:* perché la tensione, da semplice nervosismo, diventi passaggio ad una più profonda fiducia, occorre che Elisabetta venga aiutata ad esprimere (anziché comprimere) in modo consapevole e davanti a Dio la sua tristezza e collera. Va, inoltre, sostenuta per attraversare (anziché fuggire) la sua tristezza e ricordarsi in modo cauto nel momento dello smarrimento (e non solo dopo) della persistente amorevolezza di Dio.

#### *Integrità - stagnazione*

L'età media della vita si allunga e diventiamo sempre più vecchi. Da noi, in Germania, il 76% delle suore supera i 65 anni di età e in molte comunità la media è di 75 anni. Qui c'è anche una sfida spirituale che attiva la tensione tipica dello stadio 8 di Erikson, integrità – stagnazione. So prendere commiato senza per questo sentirmi inutile? Come affronto il sopraggiungere degli acciacchi? Come vivo il fatto che sempre più spesso dipendo da mani estranee? Che cosa mi insegnano gli alti e bassi della mia vita, anche in rapporto a Dio? Con il tempo che passa, sto diventando saggio o scettico? Alla fine, che cosa conta? Se questi dilemmi rimangono inevasi, si diventa duri e amari («stagnanti»).

P. Andrea, 77 anni, religioso da 60, per 30 anni è stato parroco e poi aiutante in una parrocchia della congregazione. I frequentanti i sacramenti sono diminuiti e i suoi più stretti collaboratori invecchiati con lui. Lui stesso sente che le sue forze sono diminuite. Ritirarsi lo spaventa: tutti i suoi conoscenti sono della parrocchia. Se si trasferisce, chi verrà a visitarlo? Qui ha avuto tante consolazioni e conosce tutti i figli dei ragazzi che lui aveva battezzato. Non ha amici. Per tutta la vita ha solo lavorato. Non gli resta che aspettare la morte?

*Passaggio determinante.* Il superiore, in dialogo con p. Andrea, non dovrebbe affrontare la questione come un problema tecnico da risolvere ma come una persona da onorare per il servizio di una vita e con la quale cercare una soluzione di cui anche p. Andrea sia convinto. Quanto e come rimanere in parrocchia? Quali alternative di abitazione e di interessi prospettargli?

L'essersi donati per una vita intera comporta delle tensioni in cui entra anche la dimensione istituzionale/comunitaria e non solo quella individuale e/o spirituale. Un'associazione di uomini/donne che vuole diventare una comunità secondo lo spirito di Gesù vive in sé la tensione inerente a questo traguardo mai completato, e

tale tensione s'intreccia con la tensione dei suoi singoli membri, che nel caso di p. Andrea si concretizza nella non facile conciliabilità dei due poli: le esigenze comunitarie/istituzionali e quelle sue personali.

## **Il versante comunitario. Le tensioni inerenti alla comunità**

### *Autonomia – vergogna e dubbio*

Il particolare modo con cui una comunità organizza il suo stile di relazionarsi, di influenzarsi e aiutarsi, plasma le persone che la abitano, con conseguenti tensioni più o meno forti.

Ursula, 34 anni, ha finora condotto una vita autonoma: lavoro, automobile, amici, tempo libero, sport e viaggi. Tutto ciò non lo sentiva come sufficiente e, dopo qualche indugio, entrò in una congregazione di suore, decisione che dai suoi amici non fu capita e a volte derisa. Dopo qualche tempo, incominciò a sentire che le mancavano la sua auto, il suo computer, i suoi libri... ma soprattutto sentiva di essere trattata dalle suore come una bambina. Per ogni cosa doveva chiedere il permesso e alle sue molte domande riceveva sempre la stessa risposta: «qui si è sempre fatto così; tu capirai più avanti». Allora, alla mente, le ritornavano le parole degli amici: «dalle suore, dovrei rinunciare alla tua volontà».

Qui, la tensione riguarda il dilemma autonomia – vergogna dubbio (2): fino a che punto sono pronta a pagare per la perla preziosa? Che cosa significa barattare la libertà di prima con quella dei figli di Dio, dato che in convento le sembra di aver trovato solo regole e precetti? La tensione attuale le apre una nuova domanda: circa la mia decisione posso ancora dire che l'ho voluta e la voglio io?.

*Passaggio determinante.* L'ideale sarebbe affrontare questa tensione con un educatore. Da soli è difficile darle il suo vero nome e potrebbe erroneamente essere presa come crisi vocazionale. Si tratta, invece, di capire quanto c'è di ansia e resistenza a confermare la scelta fatta e quanto, invece, di lagnanze legittime su ostacoli che rallentano una scelta autentica. Nel dialogo, Ursula può imparare a governare anziché subire il suo dubbio e la comunità a relazionarsi meglio con le giovani senza trattarle da bambine.

### *Intimità - isolamento*

Questo conflitto (il sesto di Erikson) gioca un ruolo decisivo nell'età adulta. La sua tensione ha risvolti sia umani che spirituali. Circa il lavoro pone la domanda se compierlo in modo convinto e dedicato oppure formale. Nelle relazioni, mette alla prova la capacità di rispettare la libertà altrui e con altrettanta libertà legarsi e lasciarsi prendere; sentire l'altro come un alleato oppure come una minaccia; saper regolare il gioco della distanza e vicinanza interpersonale; curare il rapporto o romperlo quando delude; rimanere cordiali anche nel momento della critica. Nell'ambito spirituale, la tensione si ripresenta nella capacità di mantenere la

familiarità con Dio anziché viverlo come un concorrente o, all'eccesso opposto, a Lui legarsi in un nodo simbiotico. È dunque un conflitto che riguarda il rapporto con l'«oggetto»: amare le persone come Cristo sarebbe più facile se quelle persone non fossero proprio quelle con cui dobbiamo convivere gomito a gomito.

Otto monaci di diverse età si chiedono che cosa fare insieme nel tempo di Avvento. Le proposte vanno dal recitare comunitariamente il rosario alla lettura dei testi del loro ordine, alla condivisione del loro cammino vocazionale. Per tutti è chiaro che un loro confratello non parteciperà, qualunque sia la cosa che si decide di fare. Ciò fa discutere molto: che senso ha fare qualcosa insieme se ciò comporta un più grande isolamento di qualcuno?

*Passaggio determinante:* il banco di prova non è soltanto il confratello che si isola, ma la capacità comunitaria di salvaguardare una «intimità» realista, con una decisione che non sia né imposta né troppo opzionale. I monaci potrebbero iniziare a riunirsi una volta alla settimana e fare la condivisione della lettura del giorno. Il superiore potrebbe informare di ciò il monaco isolato, invitarlo con atteggiamento di attesa, senza insistere che deve assolutamente essere presente.

La tensione fra intimità ed isolamento attraversa anche il legame che unisce fra loro la comunità e la missione. La missione non è mai qualcosa di individuale; oggi, poi, si è molto sensibili al fatto che essa sia espressione della comunità *in quanto tale*. La stessa tensione riappare nel rapporto reciproco fra i membri di una comunità, nel rapporto di ciascuno di essi con Gesù e nel legame mutuo fra relazione comunitaria ed esperienza spirituale personale. La buona gestione dell'intimità va a beneficio di tutte queste aree.

## **Il versante psichico: le tensioni inerenti alla missione**

### *Iniziativa - colpa*

L'intensità con cui si risponde alla chiamata di Dio dipende anche dalla disponibilità ad osare e a prendere iniziative per un ideale radicale e nuovo, che supera gli abituali (e abitudinari) orizzonti di vita. Questo «esodo» attiva la tensione inerente al conflitto iniziativa – colpa (3). Essa comporta la capacità di bilanciare la costanza nei propositi con il tatto e la discrezione, la fermezza della decisione con l'empatia, la perseveranza con l'errore. Quando ho perso e ho fallito, sono ancora capace di guardare gli altri negli occhi? Nella colpa, Dio rimane un padre pronto a perdonarmi o diventa un giudice severo di fronte al quale è meglio non rischiare troppo?

Sr. Monica, 32 anni, terminati gli studi di teologia è destinata alla casa madre dove, da anni, nulla è cambiato se non l'invecchiamento delle consorelle. Dovrebbe sostituire la superiora ormai settantenne e su di lei ci sono molte aspettative. Monica vorrebbe un servizio pastorale più vicino ai poveri, anche secondo il carisma originario della congregazione: in proposito ha anche un progetto pensato negli anni

di studio. È in dubbio. «È giusto lasciare a loro stesse le consorelle della mia comunità?», «il mio progetto con i poveri è autentico o sto inseguendo soltanto un mio interesse personale?», «davanti a Dio che cosa dovrei scegliere?».

*Passaggio determinante.* Bisognerebbe aiutare Monica a trovare il suo posto nella vita, quello che maggiormente le permette di amare con tutto il cuore, al di là che il posto sia in comunità con le suore o nel servizio ai poveri. Se, invece, si fa della questione un problema di posto da occupare, in Monica rimane irrisolta la tensione fra il seguire la propria ricerca ma sentendosi in colpa, oppure adattarsi ma senza spirito di iniziativa.

### *Identità – diffusione del ruolo*

Questo conflitto (5) riguarda la capacità di mantenere -e ricuperare nello smarrimento- una stabile identità di sé, senza la quale non c'è evoluzione dell'io ma estraniamento da se stessi. La lotta per l'identità propone varie domande: come rimanere «uno e unito» nella dispersione della vita? Faccio ciò che conta e rimane, o ciò che piace e passa? Attiro le persone per quello che io sono o perché fingo? In prospettiva cristiana, mi sento diviso fra l'essere cristiano e l'essere uomo/donna, oppure sento che la mia realizzazione deriva dall'aver saputo creare un circolo virtuoso fra il processo del perdersi e quello del ritrovarsi?

P. Riccardo, 45 anni, da 7 è rettore di un santuario. Amato e ricercato dalla gente, sa ascoltarla e consigliarla, a volte fino a tarda sera. Da tempo non ha più spazi per sé o per la preghiera personale. Incomincia a sentirsi vuoto. Ha l'impressione di vivere di rendita ma si sta accorgendo che ormai le scorte si sono esaurite. Non «sente» più come prima ciò che sta facendo. «Mi sembra di essere come un attore che ripete a memoria la parte. Non so più dove sono».

*Passaggio determinante.* P. Riccardo ha bisogno di prendere distanza dal suo lavoro, non perché è esaurito o in crisi, ma per aprire un ulteriore stadio di vita, quello di trovare una nuova e più profonda circolarità fra il perdersi e il ritrovarsi. Dopo anni di lavoro non è facile scoprire un nuovo modo di essere davanti a se stessi e a Dio. Più che di ricuperare le forze e riposarsi, per p. Riccardo si tratta di imparare che cosa egli può dare come persona e non come rettore di un santuario, l'instancabile rettore.

## **Gestire le tensioni**

La vocazione non è l'ingresso ad una *second life* ma alla vita reale. Per rimanere in essa, affrontare le tensioni spirituali, comunitarie e psichiche significa cogliere, accettare, elaborare. Gli esempi hanno già illustrato il senso di questi tre verbi. Qualche stimolo conclusivo.

- ✓ In ogni tensione si agitano elementi psichici, comunitari e spirituali. Ogni persona deve individuare la sua capacità di sopportazione, fra un «troppo» e un «troppo poco».
- ✓ Scansare le tensioni significa perdere una opportunità. Fuggire da persone che ci stanno sui nervi, rimandare all'infinito delle decisioni sentite come importanti, trascinarsi delle ansie... congela la crescita e l'apprendimento. Quando c'è una tensione è utile ricordare che davanti a noi non c'è solo una situazione difficile ma l'apparire di un orizzonte di significato nuovo o da approfondire ulteriormente.
- ✓ Rimuovere le tensioni o spostarle su un altro oggetto mescola irrimediabilmente le loro componenti spirituali, comunitarie, psichiche. Non si riesce più a dare un nome a ciò che sta succedendo. E poi, non si possono impunemente negare: ritorneranno in forma accentuata e come fonte di amarezza, private della loro opportunità di allagare il cuore e renderlo più amante.
- ✓ Per integrare il polo «negativo» (dei dilemmi di Erikson) e non cadere nella delusione, occorre accettare la crisi come componente del vivere, senza aggiungere immediatamente l'automatica previsione di dover soccombere. Restare anche davanti al polo negativo offre l'avvincente scoperta che ciò che sembrava una disfatta si è rivelato anche una scoperta a vivere in modo più libero con se stessi e con gli altri. C'è, qui, quella interessante connessione fra salute e religione che molti studi hanno evidenziato e di cui la vita vocazionale è un eccellente palestra.
- ✓ Reggere le tensioni non è solo una questione di resistenza psicologica. Ci vuole una motivazione che ci permette di *tollerare* di riconoscerci contemporaneamente sicuri e dubbiosi, competenti e in colpa, uniti e separati.... Ultimamente è una motivazione religiosa. I consacrati hanno davanti a sé una vetta: Dio. Se non sanno quale è la vetta, già il mettersi in marcia è faticoso e il primo ostacolo mette la voglia di ritornare indietro. E a questa vetta ci conduce una Guida che ci ha dimostrato, con la sua morte e risurrezione, come affrontare le tensioni del cammino.

---

<sup>i</sup> Su questo tema vedi anche E. Parolari, *Vivere le prove con sincerità di cuore*, in «Tredimensioni», 2/2006 207-211: [www.isfo.it/files/File/Educatori%203D/Parolari062.pdf](http://www.isfo.it/files/File/Educatori%203D/Parolari062.pdf) e F. Brovelli, *Vivere le prove con sapienza di cuore*, in «Tredimensioni», 2/2006 212-214: [www.isfo.it/files/File/Educatori%203D/Brovelli06.pdf](http://www.isfo.it/files/File/Educatori%203D/Brovelli06.pdf)

<sup>ii</sup> E. Erikson, *Introspezione e responsabilità*, Armando, Roma, 1972, pp. 115-136.