

Le dinamiche psicologiche e spirituali della conversione: Tra consapevolezza e grazia divina

Wenceslao Vial

Dipartimento di Teologia Spirituale
 Facoltà di Teologia
 Pontificia Università della Santa Croce
 vial@pusc.it

DOI: 10.17421/2498-9746-02-03

Sommario

Nell'intero universo è presente un ordine coerente. Regole precise si scoprono dalle stelle ai pianeti, dal movimento degli oceani all'attività vulcanica, dalle abitudini degli animali alla crescita delle foglie sugli alberi... Vi sono regole anche nei processi mentali dell'essere umano. I nostri pensieri, la memoria, il mondo affettivo, le reazioni emotive, i fattori di crescita della personalità e perfino i disturbi mentali, si presentano con una grande somiglianza in diverse culture. A differenza di altri esseri animati, la donna e l'uomo possono sottrarsi all'influsso dei meccanismi abituali: possono, cioè, agire liberamente, bene o male. Questo articolo ha lo scopo di sottolineare il ruolo della coerenza delle dinamiche psicologiche e spirituali per l'armonia della personalità, che va oltre il semplice equilibrio. La conoscenza della legge naturale è un segno in più della misericordia di Dio. Agire con coerenza in tutti gli ambiti della nostra esistenza, in famiglia, nella ricerca scientifica universitaria, nella preghiera, nell'aiuto ai più bisognosi è la chiave per costruire la pace personale e dell'umanità, e per prevenire patologie mentali. Il processo di conversione, come la maturità, ci spinge a uscire da noi stessi. I concetti classici di virtù e la nozione di unità di vita daranno particolare luce alla questione.

INDICE

1	Introduzione	36
---	--------------	----

2	Ordine dei processi mentali	37
3	Armonia consapevole	39
4	Coerenza e grazia	42
5	Conclusioni	44
	Note	44

1 INTRODUZIONE

Qualche settimana fa ho ricevuto la lettera di una ragazza che si lamentava di non riuscire a trovare sacerdoti che sapessero unire gli aspetti psicologici a quelli spirituali. Sarebbe utile — scriveva —, perché *gli aspetti psicologici possono corrompere la vita spirituale, togliendo la pace e la gioia*. E aggiungeva: *tante volte facciamo il contrario di quanto pensiamo sia giusto*. Si vedono già in queste parole alcuni elementi propri delle *dinamiche psicologiche e spirituali in stretto rapporto tra di loro*: le emozioni (la pace e la gioia), i pensieri e i giudizi razionali che ci mettono davanti la verità, il bene, la giustizia; e la capacità di agire contro quello che pensiamo sia giusto. Non agire secondo il proprio pensiero, gli ideali o i valori di riferimento provocano un danno alla persona nella sua *unità fisica, psichica e spirituale*. Questa unità spiega l'altro risvolto dell'affermazione iniziale: *i problemi spirituali possono togliere la pace e la gioia, inondare la serenità psichica*. La crescita della personalità segue un *processo coerente*, con delle regole intrecciate in ogni dimensione¹.

La parola dinamica indica movimento o processo. È proprio così che si presentano la crescita psicologica, come processo di maturità, e la crescita spirituale della conversione. Cercheremo di vedere se in tutto questo esiste soltanto *l'equilibrio oppure un'armonia*, e i mezzi per raggiungerla.

I processi dinamici impliciti nella conversione sono molti: si può far riferimento al *flusso di idee, emozioni, sentimenti, ecc., tra la coscienza e l'inconscio*; al rapporto tra fantasia e preghiera indirizzata ad un *Tu*; alle virtù umane quali forze che facilitano l'agire bene della persona, e alle virtù soprannaturali, cioè le medesime forze rivestite dalla grazia; alla libertà e la grazia: grazia che può agire senza la nostra consapevolezza, come nei bambini, o giungere a noi come frutto delle nostre scelte libere e consapevoli; il rimorso e il pentimento; e, infine, la nostra concezione globale dell'esistenza, sia che pensiamo di essere soltanto spinti dagli istinti e dalle forze cieche, o invece attirati dagli ideali, dai valori, da Dio.

L'argomento presenta quindi diverse domande: c'è qualche ordine prestabilito nelle dinamiche psicologiche e spirituali? Come agiscono l'intelli-

genza e la volontà? È presente Dio nell'inconscio? Lo scopo della mia vita è soltanto *l'equilibrio*?

Le risposte sono differenti a seconda delle teorie: *equilibrio e armonia sono due segni diversi che possono imprimersi nel nostro modo di essere*. Autori come Abraham Maslow vedono la meta nell'autorealizzazione, intesa come equilibrio di una natura umana essenzialmente buona, che deve *impegnarsi nell'essere quello che è*, senza i pregiudizi delle religioni o delle leggi morali, e senza l'assurda invenzione — dice lui — del peccato originale². Per altri, come Gordon Allport, c'è un processo autotrascendente che porta ad una *concezione unificatrice della vita*, ad una comprensione della finalità e del significato dell'esistenza, che permette di organizzarla in armonia³.

All'interno di questo quadro, farò riferimento all'ordine dei processi mentali che fungono da base alle dinamiche spirituali e devono essere rispettati per raggiungere un buon fine; vedremo poi come la conversione richieda la ricerca di una armonia consapevole. Accennerò, infine, a qualcosa che va oltre la natura umana: la piena coerenza con l'aiuto della grazia e delle virtù soprannaturali.

2 ORDINE DEI PROCESSI MENTALI

Nell'intero universo esiste un ordine coerente e regole precise. Il corpo umano si presenta come *un sistema ordinato*, e anche la psiche e i processi mentali hanno un ordine. Lo possiamo vedere anche in alcuni film, come *Inside Out*, girato con la supervisione tecnico-scientifica di due psicologi dell'Università della California, che mostra in un'allegoria visuale la mente di Riely, una bambina di 11 anni⁴. Nelle prime scene è rappresentato l'interno della mente di Riely, appena nata, come un meccanismo di ingranaggi, lampade, console, ecc. Appaiono cinque emozioni: la gioia, la tristezza, la paura, il disgusto e la rabbia. Tutte "lavorano" per il bene della persona, anche del pensiero razionale e della vita sociale. Si vede che il mondo affettivo non è negativo, come accade anche nella vita reale.

I processi mentali e le emozioni funzionano secondo un certo ordine, che aumenterà man mano che cresce l'individuo. Quando siamo piccoli, c'è meno autoconsapevolezza e la grazia agisce in modo misterioso, senza il concorso della volontà. Non si può però dimenticare che esiste il peccato originale. Quindi l'ordine non è perfetto. Con la crescita, si sviluppano le potenze, e *l'essere umano, a differenza di altri animali, può sottrarsi all'influsso dei meccanismi abituali*: può agire liberamente, bene o male, secondo le rego-

le o contro di esse. Se negli ingranaggi o sistemi psicologici si introducesse un palo, tutto potrebbe distruggersi.

Tra gli psicologi alla ricerca di un ordine mentale c'è Robert Cloninger, che parla del *sentiero della psiche*, e propone una *terapia della coerenza* intesa come autoconsapevolezza. Lo raffigura graficamente come una spirale che è ascendente nella crescita o discendente nella manifestazione di disturbi quali l'ansia o le dipendenze patologiche. La crescita porta verso *l'autoconsapevolezza* e raggiunge la contemplazione. Fa riferimento alla sequenza numerica di Fibonacci, che spiega le spirali conosciute: dalla conchiglia di una lumaca al movimento delle galassie. Il matematico pisano, nel tredicesimo secolo, voleva trovare un modo per predire la crescita dei conigli in un allevamento. Arrivò così ad una formula nella quale ogni termine della successione numerica è la somma dei due che lo precedono (1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21...). Sicuramente non immaginava che molti secoli dopo gli psicologi avrebbero provato ad applicare questo ordine matematico al complesso fenomeno della psiche.

Interessante, anche se impregnata di idealismo hegeliano, la conclusione di Cloninger: «suggerisco che un modello adeguato della natura umana debba riconoscere che *ogni persona è un insieme unificato di corpo, mente e spirito* e che ogni persona è una parte inseparabile di un ordine cosmico onnicomprensivo»⁵.

Nel desiderio di capire la vulnerabilità e la potenzialità della mente umana, altri studiosi si concentrano su vie di accesso più precise all'inconscio o si affidano alla neuroscienza con le sue importanti scoperte, come il neurone specchio (*Mirror neurons*), studiato dal gruppo di ricerca guidato da Rizzolatti. La *psicologia positiva*, inaugurata Seligman e Csikszentmihalyi, nel suo tentativo di sviluppare la parte migliore di ogni persona, è particolarmente interessata a questo ordine, a prestare attenzione allo sviluppo delle potenzialità, della creatività, delle relazioni interpersonali e delle virtù⁶.

Sembra però chiaro che non tutto potrà essere spiegato con formule. Si sa molto della localizzazione nel cervello delle funzioni psicologiche e dei predisponenti genetici. Tuttavia, siamo ancora lontani dalla verità tutta intera⁷. Non si riesce a identificare, in un solo gruppo di neuroni o circuiti interneuronali, costrutti psicologici come la percezione dei volti, le emozioni o i giudizi morali. Pure il determinismo genetico si è dimostrato inadeguato: non è stato trovato nessun gene in chiaro rapporto con un elemento della personalità, tratto psicopatologico o stato dell'umore.

L'immaterialità della psiche si presenta quindi come un dato. Le emozioni che abbiamo visto non sono in realtà materiali, anche se si manifestano nel-

l'organismo e si mostrano attraverso un ordine sorprendente. Non sembra azzardato dire che questo ordine sia *riflesso di un disegno intelligente*.

Sono parte dell'ordine dei nostri processi mentali la repressione inconscia di alcuni contenuti e i meccanismi di difesa dell'*Io* (Sigmund Freud), la ricerca innata di un senso della vita (Viktor Frankl) e il flusso cosciente dei nostri pensieri (Aaron Beck). *La scienza deve guardare i dati senza pregiudizi*, senza escludere a priori le ipotesi coerenti e utili che accrescono il sapere. Parte dell'ordine mentale non potrà essere verificabile con il metodo sperimentale per l'immaterialità dello spirito. Non c'è bisogno comunque di una fede per riconoscere aspetti che vanno oltre il misurabile. *L'esistenza di una legge naturale scritta nel cuore* di ogni uomo o donna può anche essere oggetto di studio scientifico, come pure i processi spirituali.

Cristo ci dà un consiglio metaforico: *costruire sulla roccia*. Soltanto la casa che poggia su un terreno forte è in grado di sopportare la pioggia, i fiumi e i venti (cfr. *Mt 7, 24-27*). Avere in mente delle regole psicologiche ci aiuterà a capire meglio lo sviluppo delle dinamiche spirituali e sicuramente a vivere più felici e con meno disturbi mentali.

3 ARMONIA CONSAPEVOLE

Nel dilemma equilibrio-armonia, sembra che il polo più adeguato sia l'armonia. La persona umana è segnata dalla sua libera e consapevole capacità di uscire da sé, di amare, di darsi. L'equilibrio totale non è possibile e risulta pericoloso. *Ogni persona che ama si troverà prima o poi in tensione*. Ed è questa tensione quella che la fa crescere anche spiritualmente secondo il suo progetto personale. L'ordine affettivo è differente in un bambino, un adulto, un maschio o una femmina...

Per arrivare ad una pacificazione, per così dire, dei processi mentali, c'è *bisogno di un aiuto esterno*: l'educazione, principalmente in famiglia. Come sottolinea Papa Francesco, la maturità non è solo «lo sviluppo di qualcosa che è già contenuto nel codice genetico (...); la prudenza, il buon giudizio e il buon senso non dipendono da fattori puramente quantitativi di crescita, ma da tutta una catena di elementi che si sintetizzano nell'interiorità della persona; per essere più precisi, al centro della sua libertà»⁸.

Vediamo adesso alcuni *segni della personalità armonica*, presentati in ordine alfabetico. Sono note che, come tali, *devono essere affinate per poter suonare bene nell'insieme*. Ognuna, come una corda, deve avere *la tensione giusta*, per dare il suono migliore⁹.

Autonomia e giusta dipendenza, che ci fa sentire liberi e responsabili, con una missione o un progetto, e con la capacità di rispondere a qualcuno che ci ha assegnato questa missione. Non c'è un'autonomia assoluta, perché tutti abbiamo una certa dipendenza dagli altri (in famiglia, nel lavoro, ecc.); e, per i credenti, una dipendenza da Dio. Questo porta ad essere pure attenti ai bisogni del prossimo e a rispettare le loro dimensioni di autonomia.

Autostima di chi percepisce realisticamente i limiti e i talenti, sa tollerare i fallimenti e gestire il successo, si sente bene con se stesso e con gli altri. Nella tensione, va unita all'umiltà e al servizio.

Bontà nella vita di colui che *agisce bene attraverso l'esercizio delle virtù* in senso aristotelico. Le virtù, o forze che facilitano l'agire ordinato delle potenze, hanno in se stesse la tensione del giusto medio, tranne che nella virtù della giustizia, nella quale il tono più adeguato è al di sopra della semplice media, perché si misura con la carità. Anche per questo Karol Wojtyła scrisse: «solo nel bene morale la persona si realizza, il male è sempre una non realizzazione»¹⁰.

Coerenza riguardo il progetto personale. Agire secondo i propri valori, secondo la propria identità. Una crepa può far crollare l'intero palazzo. La tensione porta all'*unità di vita*, a non trascurare nessun aspetto della giornata, a cominciare tutto pensando alla meta, ad agire con compattezza nella vita familiare, lavorativa, pubblica, religiosa, curando le cose piccole di ogni momento. Si unisce alla semplicità e alla sincerità.

Capacità di *Dialogo* e di mantenere rapporti cordiali con tutti, uscendo da sé e non cercando un semplice equilibrio dell'*Io*, ma vivendo alla ricerca del significato della vita, in una sana tensione verso gli altri e verso Dio, nel caso dei credenti.

Empatia o saper entrare in sintonia con gli altri, comprenderli, compatire. La tensione sta nell'ascoltare, condividere le loro sofferenze, cogliere i messaggi che arrivano dal loro cuore affettivo con un *linguaggio diverso dal nostro*. È accompagnata da rispetto e tolleranza.

Appartenere ad una *Famiglia* e pensare ad essa con spirito di collaborazione e sacrificio. La famiglia sana rispetta ogni membro, l'autorità appartiene ai genitori, ma non in modo dispotico. La tensione sta nell'identificare le priorità giuste nel comandare o nell'obbedire, e nel servire gli altri membri.

Sapersi parte di un *Gruppo*, il proprio paese, città, scuola o università, senza escludere gli interessi nobili e buoni di tanti altri. In tensione per riconoscere il valore di ogni altro essere umano e *rispettare la casa comune*.

Infine, *Identità*: sapere chi siamo, conoscere il progetto della propria vita e cercare di identificarsi con esso. È in certo modo la fine del cammino ma anche l'inizio: è una nota importante all'interno di tutta la sinfonia.

Per il cristiano, queste caratteristiche si possono riassumere così: *Amare il Bene in Cristo*. Il progetto diventa lotta e sforzo per essere santi: amore autentico, che non è, come scrisse san Josemaría, «una semplice risorsa per completare egoisticamente la propria personalità (...), (ma) è un uscire da se stessi, è un darsi»¹¹. Si cerca di dare la tensione giusta ad ogni nota della maturità e alle Beatitudini che il Signore ci ha rivelato, e che, come dice Pinckaers, «fanno sempre vibrare una corda gioiosa nel cuore»¹².

E questo processo è libero e cosciente. Lo sforzo e la tensione sono auto-consapevoli. Sappiamo di poter scegliere il bene o il male, di poter suonare con più armonia o distruggerla. La crescita umana è accompagnata da un aumento della capacità di sacrificio, di impegno, non soltanto di equilibrio. Esiste una *tensione fondamentale verso la scoperta di un senso della vita*, verso l'assoluto, verso Dio.

Questa *ricerca del senso è il primo passo della conversione*. L'essere umano cerca il significato di tutto quanto accade, delle sue emozioni, della sua sofferenza, dell'insieme della vita, e risveglia così un'altra sua capacità: *la libertà positiva o di fare qualcosa, anche detta responsabilità*. Poi, con l'aiuto della grazia, si riesce a trovare Dio e amarlo.

La conversione, come la maturità, è un processo che dura tutta la vita e si deve fare passo dopo passo. Così la lotta, la tensione verso Dio risulta serena, piacevole, gioiosa. *Beppo, lo spazzino amico di Momo, la ragazzina del romanzo di Michael Ende*, riceve ogni giorno una scopa e una strada da spazzare. E così racconta il suo lavoro a Momo: hai davanti una lunga strada da spazzare, la guardi e pensi che non ce la farai mai ad arrivare alla fine, e cominci a lavorare più in fretta, ma guardi avanti e ti sembra che manca tanto da spazzare come all'inizio. Allora cominci ad angosciarti e provi a spazzare ancora più velocemente, finché sei sfinito, senza fiato. Devi fermarti e hai davanti ancora una lunga strada. Ma questo, continua Beppo, non è il modo di fare. Tu non devi pensare a tutta la strada in un solo momento; tu devi concentrarti soltanto sul passo successivo, sul respiro seguente, sul colpo di scopa che viene dopo, e dopo ancora... In questo modo ti diverti nel tuo lavoro, cosa molto importante, perché così lo fai meglio ed è questo quanto si deve fare¹³.

La parabola del buon samaritano ci presenta due tipi di personaggi: quelli che forse cercano l'equilibrio, come il sacerdote e il levita che davanti alla sofferenza di un povero rimasto ferito nelle mani dei ladri, non vogliono prendersi cura di lui. E, quella del buon samaritano, che possiamo vedere in rapporto all'armonia: *lui sa mettersi in tensione*, si ferma perché sa qual è la sua meta, accompagna lo sventurato e lo serve: è la sana tensione dell'amore (cfr. *Lc 10, 25-37*).

4 COERENZA E GRAZIA

L'identità e la coerenza sono molto legate tra di loro. *Quando si perde una, si perde l'altra*. Non è possibile agire coerentemente se uno non sa chi sia; non è possibile costruire un'identità adeguata se non siamo coerenti con le norme di costruzione. Per le imperfezioni della nostra natura ferita, a causa del peccato originale, *abbiamo bisogno della grazia per arrivare alla piena armonia*, e sempre siamo in grado di romperla, per il peccato o la mancanza di coerenza. Quando si va contro i valori, gli ideali, l'ordine scritto nel cuore dell'essere umano, nel mondo psichico avviene anche una commozione. Si vede anche in un momento del film *Inside out*: la mancanza di coerenza, esemplificata in un piccolo furto di Riley a sua mamma, provoca grandi danni nel suo mondo interiore. Deraglia perfino quello che viene chiamato *il treno del pensiero*.

Ogni persona è in grado di agire liberamente secondo il suo progetto. Ma anche, con la nostra libertà possiamo agire contro l'ordine della nostra natura e renderci schiavi. Così, se Riley continuasse a rubare, si trasformerebbe in una ladra, avrebbe i dinamismi psicologici di una ladra. Abbiamo qui un elemento chiave dei dinamismi psicologici e spirituali insieme: *la virtù che ci fa liberi*, che ci aiuta a scoprire la verità e ci conduce al bene; *il vizio, al quale si arriva per ripetizione di atti cattivi, ci fa invece schiavi*¹⁴, ed è legato alla menzogna e al male. È sempre importante sapere chi siamo e agire con coerenza. In particolare i bambini devono essere rafforzati nella loro identità, a partire dalla distinzione tra maschi e femmine, come ha ribadito recentemente il Collegio Americano dei Pediatri¹⁵ e *il dossier Mayer sulla Sessualità e il Gender*¹⁶, pubblicato ad agosto 2016. Si dovrebbe anche avvertire del rischio per l'identità e la coerenza costituito da molte attività a volte presentate come innocue, ad esempio la pornografia.

Sul terreno spirituale, la coerenza è in rapporto all'*unità di vita*. Vuol dire agire guardando gli ideali, con un concetto chiaro di identità. Significa porsi domande sul senso della vita, avere gli occhi al cielo e i piedi per terra in ogni attività. Implica una formazione per *imparare a vivere* secondo la propria identità, saper puntare al centro del bersaglio, avere in mente il progetto quando si comincia un'attività (*beginning with the end in mind*), e avere cura della propria salute, anche spirituale (*sharpening the Saw*)¹⁷.

La crescita armonica di un cristiano tiene conto di tutti gli elementi della dimensione psicologica, e aggiunge i fattori soprannaturali. Si può rappresentare graficamente con una piramide. Alla base troviamo l'identità: la persona con la luce della fede vede con più chiarezza i suoi limiti e si conosce come creatura. Poi, nel blocco centrale della piramide, si trova l'autonomia

con le caratteristiche già menzionate, che non essendo assoluta ci permette, tramite la speranza, di scegliere i mezzi per arrivare ad un fine, di proseguire verso la meta senza rimanere nel passato. In cima alla piramide, scopriamo l'autostima che, legata alla carità, ci porta ad amare noi stessi e il prossimo. Dalla cuspide si sale verso gli altri e verso Dio, e si guarda anche all'interno della nostra vita. Si scopre come aiutare e come migliorare.

Con la fede, la speranza e la carità siamo in grado di ricostruire una struttura mentale forse danneggiata dall'incoerenza. Dio ci offre il perdono e *nuovi materiali di costruzione* nel suo sacramento della misericordia, la confessione. La *personalità è sempre in fieri*, e si può ricominciare ogni giorno. Prima però il creatore ci ha dato delle *regole morali* come *manuale di istruzioni* per sbagliare di meno, come *partitura per suonare la migliore delle sinfonie*. Queste indicazioni ci aiutano a prevenire o almeno a riconoscere le note sbagliate o senza armonia. Lui ci accompagna sempre anche dall'interno del nostro essere, dal nostro cuore, dove abita. Anche in questo disegno Dio dimostra la sua misericordia.

A volte, per sottolineare la libertà dell'essere umano, è stato detto che esiste un Inconscio psicologico dove non entra nemmeno lo Spirito Santo. Sappiamo però che siamo «tempio di Dio, e che lo Spirito di Dio abita in noi» (1 Cor 3,16). *Dio abita in noi*, e quindi non esiste un luogo chiuso dove non entri. Resta senz'altro vero che rispetta la nostra libertà e possiamo chiudergli la porta, ma lo possiamo pure chiamare, parlare con Lui. *La preghiera diventa un meccanismo assai salubre*, evita i monologhi con noi stessi, ci aiuta a risolvere i problemi. Per questo si dice: *beati quelli che pensano prima di agire, e ancor più beati quelli che pregano prima di pensare*.

Nelle dinamiche della conversione particolarmente importante è il passaggio *dal rimorso al pentimento*. Nel primo sono i meccanismi psicologici a dare l'allarme: disturbano perché si è agito senza coerenza. Nel secondo, nel pentimento, si ammette di avere sbagliato e c'è qualcuno al quale si può chiedere perdono: Dio e gli altri esseri umani. Soltanto il pentimento è fonte di pace.

In tutto il *percorso di conversione* è necessario un *direttore d'orchestra*: lo Spirito Santo, e anche quelli che lo aiutano come i direttori spirituali. *La vita armonica si scopre come missione*: dar «ragione (λόγος) della speranza che è in noi» (1 Pt 3, 15), far sì che questo *Logos*, che significa Verbo, ma anche senso e valori, sia conosciuto ed amato sempre di più¹⁸.

La parabola del figliol prodigo ci riempie particolarmente di speranza e ci invita alla conversione. Il più piccolo di due fratelli, dopo aver perso tutta l'eredità di suo padre, decide di tornare da lui; il suo malessere gli serve da campanello d'allarme. E il Padre non soltanto lo perdona ma si rallegra e fa

fiesta. Dio offre dei materiali di costruzione nuovi, si ordinano ancora una volta i processi (cfr. *Lc* 15, 11-32).

5 CONCLUSIONI

Si presenta spesso l'immagine dell'iceberg per indicare quanto sia grande e importante l'inconscio, la parte sommersa del nostro mondo psichico. Si può sperare che, se la luce è sufficientemente forte, quella parte sommersa si faccia più visibile. La grazia di Dio illumina l'intero essere umano, come lo splendore della Verità. L'inconscio non è un luogo sempre buio e inospitale. Su questa base possiamo trarre tre conclusioni:

1. I dinamismi psicologici e spirituali sani guardano verso l'armonia, più che all'equilibrio: amare implica sempre una certa tensione.

2. I dinamismi psicologici e spirituali sani favoriscono una Buona vita: la vita virtuosa, che ha bisogno per essere piena della grazia di Dio.

3. I dinamismi psicologici e spirituali sani hanno bisogno di Coerenza, che si presenta nelle tre dimensioni dell'essere umano in stretto rapporto con l'identità: risulta molto pericoloso andare contro i principi scritti nel cuore, una legge morale che splende dentro di noi.

È da auspicare, infine, *che le nostre azioni siano sempre coerenti con il nostro pensiero*. La coerenza di qualsiasi persona, di qualsiasi cultura o credenza religiosa, porta ad una vita felice. Migliaia di donne e uomini hanno vissuto in una *sana tensione verso Dio e verso gli altri*. Tra queste, ricordo santa Teresa di Calcutta che seppe mostrare ai più bisognosi il volto misericordioso di Cristo e raggiunse così *l'armonia della santità*. Madre Teresa morì nel 1997. Lo stesso anno, in date vicine, morirono la principessa Diana e Viktor Frankl. Per questo, una giornalista di Oxford fece allora un paragone fra queste tre persone¹⁹: Frankl parlò instancabilmente del senso della vita; Diana lo cercò con tutto il suo cuore; Madre Teresa lo trovò, convinta di vivere per amare ed essere amati.

NOTE

1. Per approfondire i rapporti tra dimensione psicologica e spirituale, si veda Wenceslao Vial, *Psicologia e vita cristiana. Cura della salute mentale e spirituale*, Edusc, Roma 2015.
2. Cfr. Abraham H. Maslow, *Motivazione e personalità*, Armando, Roma 2010, p. 152.
3. Cfr. Gordon Allport, *Psicologia della personalità*, Pas-Verlag, Zürich Roma 1969, pp. 241-260.

4. Cfr. Dacher Keltner e Paul Ekman, *The Science of 'Inside Out'*, in *New York Times*, Sunday Review, 3 Luglio 2015.
5. ROBERT CLONINGER, *Sentirsi bene. La scienza del benessere*, CIC edizioni internazionali, Roma 2006, pp. 337-338.
6. Cfr. Martin E. Seligman, Mihaly Csikszentmihalyi, "Positive Psychology. An Introduction" en *American Psychologist*, 55 (2000), pp. 5-14.
7. Cfr. Jerome Kagan, "A Trio of Concerns", in *Perspectives on Psychological Science* 2 (4), 2007, pp. 361-376
8. Francesco, Ex. Ap. *Amoris Laetitia*, 19-III-2016, n. 262.
9. Cfr. Wenceslao Vial, *Psicologia e vita cristiana*, cit., pp. 122-123.
10. Karol Wojtyła, *Persona e atto*, Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1982, p. 312.
11. Josemaría Escrivá, *E Gesù che passa*, Ares, Milano 2000 (6ª), n. 43.
12. Servais Pinckaers, *La via della felicità. Alla riscoperta del Discorso della montagna*, Ares, Milano 1997, p. 25.
13. Cfr. Michael Ende, *Momo* (opera originale: 1973), Longanesi, 1985.
14. Cfr. Aristotele, *Etica Nicomachea*, Laterza, Roma-Bari 1999, Libro V, 1137a, n. 13, pp. 211-213.
15. Cfr. Michelle A. Cretella et al., *Gender Ideology Harms Children*, American College of Pediatricians, 2016.
16. Cfr. Lawrence S. Mayer, Paul R. McHugh, "Sexuality and Gender. Findings from the Biological, Psychological, and Social Sciences", in *The New Atlantis*, 50, Fall 2016, pp. 4-143.
17. Si vedano il secondo e il settimo abito del noto libro: Stephen Covey, *The Seven Habits of Highly Effective People. Restoring the Character Ethic*, Free Press, New York 2004.
18. Cfr. Wenceslao Vial, *Personalità e Logos*, in A.M. Favorini, F. Russo (a cura di), *Relazioni e legami nell'esistenza umana. La lezione di Viktor E. Frankl*, FrancoAngeli, Milano 2014.
19. Cfr. L. CALDECOTT, "Reign of Flowers. Reflections on saints and goddesses", en *The Chesterton Review*, XXIII/4 (novembre 1997), pp. 475-481.

© 2016 Wenceslao Vial & Forum. Supplement to Acta Philosophica



Quest'opera è distribuita con Licenza [Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

[Testo completo della licenza](#)