

Cap 02

SPUNTI DOTTRINALI E CONSEGUENZE

Che cos'è il peccato?

“Il peccato è la violazione della Legge”. 1Giov 3.4

Nessuno può leggere a lungo la bibbia senza rendersi conto della grande importanza che in essa viene data alla questione del peccato, alla sua causa ed al suo rimedio.

Spesso all'idea del peccato uniamo quella del crimine o dell'assassinio, ma nella Bibbia viene considerata come peccato ogni cosa diversa dalla perfezione di Dio...

In Romani 3:23 leggiamo che **«tutti hanno peccato e sono privi della gloria di Dio»**: la «gloria di Dio» include l'idea dell'assoluta perfezione di Dio.

Il peccato è, dunque, qualunque cosa che differisca dal sublime modello e tutti gli uomini sono colpevoli sotto questo punto di vista.

Nella Bibbia, inoltre, si parla del peccato nei modi seguenti:

1. Trasgressione della Legge di Dio (Rom 4:15).
2. Ribellione contro Dio o violazione della Legge (1Giov 3:4).
3. Impurità morale (Sal 32:5).
4. I pensieri malvagi sono peccato, esattamente come peccato sono le azioni malvagie (Mat 5:28).

L'origine del peccato

È scritto che il peccato fu commesso per la prima volta in cielo (il luogo eterno di Dio): l'angelo Lucifero ebbe l'ambizione di divenire uguale a Dio (Is 14:12-15: ambizione con cui in seguito fece peccare anche Adamo ed Eva illudendoli che sarebbero diventati come Dio!).

Per questo peccato di orgoglio, fu gettato (cacciato: come furono cacciati anche Adamo ed Eva!) fuori dal cielo e divenne colui che la Bibbia altrove chiama diavolo o satana.

Il primo peccato commesso sulla terra, invece, costituisce il soggetto di questa lezione.

Esso ebbe luogo nel giardino di Eden: Dio proibì ad “Adamo ed Eva” di mangiare del frutto dell'albero della conoscenza del bene e del male, ma essi disubbidirono, mangiarono del frutto proibito e divennero peccatori. Accadde perché trasgredirono la Legge...

I risultati del peccato

1. Appena i progenitori della razza umana ebbero peccato, **si resero conto di essere nudi**, e cercarono di nascondersi dalla presenza di Dio (Gen 3:10).

2. La pena che il peccato produce è **la morte: Adamo divenne spiritualmente morto nel momento che peccò**. Con questo si vuole intendere che egli fu spiritualmente separato da Dio e bandito dalla Sua presenza.

Egli fu anche sottoposto alla morte fisica: da quello stesso momento il suo corpo cominciò a morire inesorabilmente (le sue cellule!). Fino alla “dipartita e alla decomposizione!”

Sebbene “la dipartita” non sia avvenuta immediatamente, il suo corpo fu soggetto ad una morte futura (separazione del corpo dall'anima) e ad una rovina (tormento) eterna detta “morte eterna o morte seconda” (separazione eterna da Dio).

La natura peccaminosa di Adamo fu trasmessa a tutta l'umanità (l'intera creazione ne venne inquinata!): ogni bambino, nato da genitori peccatori, possiede una natura peccatrice. Fu per questo che il figlio maggiore di Adamo divenne un assassino.

Siccome tutti gli uomini nascono nel peccato (con i geni del peccato che generano in essi la tendenza a peccare!), essi sono tutti spiritualmente morti (privi e mancanti di vita spirituale: gloria di Dio), tutti condannati a morire fisicamente e ad essere tormentati eternamente. (leggere attentamente Rom 5:12,18).

Il peccato è come <una radice> che dona linfa infetta e velenosa all'albero che, a sua volta, fa frutti velenosi!

3. Il peccato dell'uomo provocò la maledizione di Dio su tutta la creazione e “le spine e i triboli” ne sono la dimostrazione. Altre prove che confermano questo fatto si trovano in Gen 3:4-19. Il peccato non ha bisogno di essere dimostrato: le prigioni, gli ospedali e i funerali ne sono prove abbastanza eloquenti.

Lacrime, malattie, dolori, sofferenze e morte sono alcuni risultati evidenti e incontutabili del peccato.

La pena del peccato

Il peccato è nella natura genetica (il seme del DNA) tramandatici da Adamo, mentre i peccati sono i risultati di questa natura (i frutti dell'albero): una inevitabile tendenza alla trasgressione che si può dominare ma mai annullare!

«il salario del peccato è la morte». (Rom 6:23).

La morte è inevitabile proprio allo stesso modo del peccato che la determina perché Dio ha stabilito che la morte fosse la pena che il peccato meritava.

Abbiamo già visto che questo vuol dire tanto morte fisica quanto morte spirituale: la condanna deve essere considerata inevitabile: **Dio deve punire il peccato** (se non lo facesse cesserebbe di essere giusto: dunque, non può evitare di condannarlo!).

Finché un uomo vive nella sua "NATURA DI PECCATO" è morto spiritualmente e si avvia verso la "morte eterna": se fosse ancora "nei suoi peccati" al momento della morte fisica sarebbe condannato alla morte eterna.

Solo la <nuova nascita> ci toglie da questa situazione, dai nostri peccati: con la nuova nascita restiamo peccatori, ma non più "nei nostri peccati"!

Questo significa che <irrigenerato> sarà separato per sempre da Dio e soffrirà la condanna dei suoi peccati nello stagno di fuoco: questa è la morte seconda di cui si parla in apocalisse 20:14.

Il rimedio per il peccato

Dio ha provveduto un rimedio in modo che l'uomo non debba subire una punizione eterna per i suoi peccati.

Egli venne nel mondo e si fece "figliolo" (uomo e servo) per offrire la via della salvezza: il Signore Gesù nacque dalla vergine Maria, ma NON era stato concepito tramite un rapporto sessuale.

Per tale ragione Egli non ereditò la natura peccaminosa di Adamo e, restando Dio nonostante l'enorme "compressione" che per un tempo "Lo ridusse" ad un piccolo embrione, fu l'unico uomo che sia mai vissuto senza peccare.

Sulla croce del calvario subì volontariamente la condanna del peccato e soddisfò tutte le esigenze della santità di Dio.

Poiché la condanna del peccato è stata scontata da Cristo (espiata), Dio può ora dare la Vita eterna ad ogni peccatore che si riconosce tale ricevendo il Signore Gesù come suo Salvatore e Signore (Vita eterna non significa "esistenza eterna", ma esistenza eterna nella gloria: tutti vivranno eternamente, ma non tutti nella gloria di Dio!).

Quando una persona crede in Cristo (nel senso biblico), è salvata dalla condanna e dalla potenza del peccato: questo non significa che essa non commetta più peccati, ma che tutti i suoi peccati passati, presenti e futuri sono stati perdonati.

Il perdono lo si realizza e si vive solo col Ravvedimento.

Il vero Convertito non sarà mai giudicato a causa dei peccati commessi ed avrà anche la potenza di vivere per Dio anziché per soddisfare la sua natura di peccato.

Il modus del peccato: Gn. 3

1. La tentazione e il fatto, Ez. 28:13-17; Is. 14:12-15; cfr. Mt. 16:22-23; cfr. Il serpente e Pietro come agenti di satana!

- a) Mt. 10:16 ci annuncia che la tentazione "entra" in maniera "sottile". Impariamo la lezione, dunque: siamo prudenti.
- b) "come?!". "Dio vi priva di alcune benedizioni proibendovi..."
- c) "voi non morrete"
- d) "il frutto non vi farà del male, ma Dio è geloso e non vuole che diventiate come Lui"!
- e) il fatto. v. 6

2. La colpevolezza, Gn. 3

- A) "allora si apersero gli occhi e si videro nudi" (sentimento di colpa!) Rom. 7:14-21: conflitto
- B) "cucirono foglie di fico per coprirsi" (sentimento di occultare, vergogna) v. 21: solo Dio copre veramente!

- C) "si nascosero" (sentimento di paura: fuggire la presenza di Dio)
3. Il giudizio (verdetto, sentenza) Gen. 3
 - A. Il giudizio sul serpente (strumento di satana): "camminerai sul tuo ventre...)"
 - B. Il giudizio sul diavolo "...ti schiaccerà il capo" cfr. Apoc. 20:10
 - C. Il giudizio sulla donna "...**con dolore partorirai...**" ("**l'uomo ti dominerà e i tuoi desideri si volgeranno verso di lui sono la profezia del maschilismo, non la licenza divina di esso!**")
 - D. Il giudizio sull'uomo "...**col sudore...**, **con affanni**" anche sulla terra da cui veniva! Cfr. Rm. 8:19-23; Is. 11:1-9; 65:17-25;
 4. La morte:
 - A. Spirituale (separazione da Dio prima sulla terra e poi nel cielo per l'eternità): "Egli (dio) scacciò l'uomo dalla Sua presenza"
 - B. Fisica (separazione dal corpo): "sei polvere e in polvere ritornerai"
 5. La redenzione
 - A. Vi sarà un combattimento tra l'uomo e satana: "lo porrò inimicizia tra te e la progenie della donna"
 - B. Satana perderà: "la progenie ti schiaccerà il capo". cfr. Gesù Cristo, Gl. 4:4 e Col. 2:15 ecc.
 - C. La vittoria comporterà sofferenza: "tu le ferirai il calcagno (alla progenie della donna)" Gv. 12:31-32
 - D. La vittoria comporterà una vittima "...delle tuniche di pelle" (figura del sacrificio di cristo) 1Pt. 1:18-20.

Appendice sulle conseguenze del peccato:

1. Il peccatore attira su di sé il male (conseguenza materiale): sofferenze fisiche e morte.
2. Il peccatore incorre nella colpa agli occhi di Dio (conseguenza spirituale): sofferenze spirituali che si protrarranno nell'inferno eterno.
 - A. Col peccato l'uomo non perde l'immagine di Dio, cfr. Gn. 9:6; Gc. 3:9; ma essa si sbiadisce.
 - B. Il peccato originale (il primo peccato di Adamo) fu trasmesso a tutti gli uomini come una "inclinazione a peccare" ("natura del peccato": l'eredità adamitica!) Cfr. Rm. 5:12-21; Rm. 3:9; Gl. 3:10; 1Cor. 2:14; Ger. 17:9; Gn. 6:5; Rm 1:19:31; Ef. 2: 1-3; ecc.

Precisazioni

Quando Dio creò, tutto era buono, molto buono: Gn.1:31

Dio stesso dichiarò "tutto molto buono!"

Oggi non è più così: perché? Dovunque guardiamo vediamo il male.

Come entrò il male nella creazione? Da dove viene il male?

Viene da satana che, però, strumentalizza coloro che rifiutano la Conversione a Cristo!

Il fatto chiamato peccato alla luce di 5 filosofie

1. **L'ateismo** (si sostiene che non c'è Dio), negando Dio nega pure il peccato (se non c'è Dio, non c'è Legge e non c'è peccato!)
2. **Il determinismo** afferma che non esiste "il libero arbitrio": l'uomo non è libero anche se lo pensa... e tutto ciò che pensa, dice e fa, è dettato dal suo "essere uomo". Non esiste un auto-controllo: tutto è regolato da leggi inesorabili e determinato prima; l'uomo non può cambiare nulla! Chi pecca deve essere solo compatito e non punito.
3. **L'edonismo** (dal greco: "piacere") afferma che il massimo bene è assicurarsi il piacere e rifiutare il dolore. **Il peccato, che dà piacere, è buono: è bene!**
L'uomo non deve reprimere gli istinti e le pulsioni, deve cedere alla tentazione: la repressione è contraria alla salute (sic!).
Ovviamente, così si giustificano le varie immoralità o altri eccessi! Cfr. Is. 5:20
4. **La scienza "cristiana"** nega la realtà del peccato!
L'uomo pensa che esista il peccato, ma pensa male e deve essere corretto.
 Il peccato non è il peccato inteso biblicamente, ma il pensare male credendo al peccato: liberarsi del peccato non è liberarsi del peccato inteso biblicamente, ma dal pensiero del peccato.

5. **L'evoluzionismo** afferma che il male che i Cristiani chiamano peccato e una reminiscenza (una rimanenza ereditaria) dell'animale da cui proviene per evoluzione.
Se peccato c'è, non è l'uomo a peccare, ma l'animale..., quindi l'uomo non deve essere punito.

SENSO DI COLPA PER IL PECCATO

- **E Dio disse: «Facciamo l'uomo a nostra immagine, a nostra somiglianza».**
- **Dio creò l'uomo a Sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò. Dio li benedisse e disse loro: «Siate fecondi e moltiplicatevi» (Genesi 1, 26-28).**

E' solo nella relazione con Dio che può trovare soluzione l'esistenziale inquietudine dell'uomo. Creato ad immagine e somiglianza di Dio per vivere una piena esperienza di relazione con Lui e con l'altro simile – nell'Amore –, mantenendo viva la coscienza delle proprie origini e della relazione con Dio: questo il vero senso della vita!

Tre sono i concetti base per la visione generale dell'uomo e soprattutto del Credente: relazione (io-me, io-tu, io-Dio), esperienza, coscienza.

RELAZIONE – ESPERIENZA – COSCIENZA

Relazione.

Legame tra due soggetti (io-tu), rapporto interpersonale significativo, in cui i due partners sono "protesi" l'uno verso l'altro.

La relazionalità interattiva – dimensione fondante della vita mentale – è **l'insopprimibile tendenza verso l'altro, l'altro innanzitutto come oggetto di bisogno, desiderio e passione.**

Ma anche l'altro con cui ci completiamo, l'altro per cui proviamo amicizia o amore disinteressato.

Per il Credente, l'Altro per eccellenza è il Dio della Bibbia, Gesù Cristo, l'incarnato, il Dio personale.

Ovviamente, l'esperienza spirituale, in qualche modo, ricalca l'esperienza di relazione umana. E così, mentre "il tu" può risultare padre, amico, sposo, "l'io" potrà viverci come figlio, amico, sposa. Ed anche le emozioni nei confronti di Dio ricalcheranno gli schemi emotivi delle relazioni umane.

Esperienza.

Il latino "experientia" comporta i significati di provare, sperimentare, tentare, ricercare, imparare a conoscere.

Il termine richiama anche l'idea di "movimento attraverso" (per). In greco abbiamo il significato di prova, tentativo, pratica, cognizione di, abilità.

L'esperienza è innanzitutto un fenomeno neuropsicologico complesso, base di tutta la vita mentale.

Qui ci interessa la dimensione affettiva, personale e dinamica del fenomeno, ed il senso che questo assume per il soggetto.

L'esperienza umana è fondamentalmente esperienza di relazione.

In questa sede ci interessano soprattutto le difficoltà nella esperienza spirituale del Credente, la sua "esperienza vissuta", il "vissuto" del Credente peccatore.

L'esperienza spirituale Cristiana è "pratica" di relazione con un Dio personale, il Dio della rivelazione Cristiana.

E visto che in fondo è esperienza di Amore, allora il peccato è esperienza di rifiuto di questo Amore.

Coscienza.

La coscienza non va intesa come una sostanza o come una ben delimitata area cerebrale.

Invece, è un processo: un procedimento, un metodo di proseguimento dettato da un tribunale interno e invisibile.

Il concetto di coscienza è correlato soprattutto a quello di vigilanza, presenza alla realtà: in questo senso la coscienza è presente anche in gran parte del mondo animale, ma in tal caso si parla di "coscienza primaria". E' "cosciente", significa è "vigile"!

Oltre alla vigilanza, il concetto di coscienza richiama quello di conoscenza, e soprattutto di consapevolezza.

Questa coscienza – detta “superiore” – è specifica dell’uomo: e la “coscienza della coscienza” propria e altrui.

Nella visione della mente relazionale la coscienza è relazionale: è l’atto mentale con cui un soggetto – l’io – si rende conto di, conosce se stesso, è consapevole, conosce l’altro e la loro relazione.

Non tutta l’esperienza è oggetto di elaborazione da parte della coscienza: da qui deriva il concetto di inconscio, come l’insieme di quei processi implicati in molti comportamenti, pensieri, emozioni di cui, appunto, non siamo consapevoli (non ne siamo coscienti).

Modalità della “coscienza generale” (del tutto) è la coscienza spirituale, ossia quel processo di conoscenza complessa ed esplicita che ha come sua specificazione l’esperienza di sé-con-Dio. È ad essa che appartiene la coscienza del peccato.

Il Credente: “essere” (soggetto) in relazione con l’uomo e con Dio

L’uomo, nella sua relazione con Dio e con gli altri uomini non vive più la realtà ideale – spirituale– descritta in Genesi 1.

Deve fare i conti con la caduta e le sue conseguenze, descritte in Genesi 3.

E così, ai dati originari ideali (relazione, esperienza e coscienza), si aggiungono tutte le fragilità neuropsicologiche della vita ordinaria.

In definitiva l’uomo –soprattutto il Credente– è un essere relazionale, orientato alla relazione, ed è un essere che diviene grande attraverso l’esperienza, la coscienza, l’inconscio.

Fin dalla nascita è dotato di sistemi motivazionali che lo inducono ad una forma specifica di “attaccamento” che è la relazione uomo-Dio, non riducibile ad altre variabili.

Il corredo genetico deve fare i conti con la realtà psicologica delle relazioni nel gruppo originario di appartenenza, a cominciare dalla famiglia: tale interazione dà forma a diversi tipi di attaccamento.

Nel Credente – partner della relazione con Dio – alla dimensione neuropsicologica si aggiunge la dimensione spirituale: così, non esiste una vita spirituale del tutto libera dalla neuropsicologia del soggetto.

Di conseguenza, non è sempre facile distinguere ciò che appartiene alla psicanalisi (al campo della psiche) da ciò che appartiene a Dio (al campo dello Spirito).

Questo è particolarmente vero nel caso del senso di colpa e del senso di peccato.

La colpa psicologica ed il peccato spirituale, infatti, possono intrecciarsi e condizionarsi reciprocamente in vari modi.

Restando nell’ambito neuropsicologico – diciamo delle relazioni io-me, io-altro – accenniamo al senso di colpa ed alla coscienza di colpa.

Senso di colpa e coscienza della colpa

SENSO DI COLPA.

Componente fondamentale dell’inconscio psicologico, è un’emozione negativa/spiacevole (disagio, malessere, inadeguatezza, frustrazione...), imprevedibile e fluttuante nell’intensità.

È come la sensazione di dover pagare per la violazione di una norma (sociale o anche solo personale), per aver provato desideri inaccettabili, per non aver fatto il proprio dovere, per aver deluso qualcuno...

Ma tale norma non è individuabile a livello di coscienza (per questo è opportuno distinguere il “senso” di colpa dalla “coscienza” di colpa).

In genere, la sensazione di malessere insorge quando il proprio comportamento non corrisponde a quello dovuto o desiderato (Ideale dell’Io): maggiore è la differenza tra essere e dover/voler essere, maggiore è il senso di colpa

Il senso di colpa ha sempre a che fare con una distorsione della realtà: dalla semplice esagerazione fino alla invenzione delle cause e delle conseguenze, queste ultime ritenute perlopiù catastrofiche.

Il senso di colpa, anche se si origina nell’ambito delle relazioni, rimane un’esperienza prettamente autoreferenziale, **riferita al rapporto personale con noi stessi.**

È prettamente legato all’inconscio: normalmente, infatti, il soggetto non riesce ad individuarne i motivi reali e le cause psicologiche sfuggono alla sua ricerca.

Ma poiché il cervello è cognitivo, cioè ha bisogno di comprendere il mondo esterno e quello interno fornendosi spiegazioni dei fatti e delle emozioni, **di solito il soggetto cerca interpretazioni razionali del proprio malessere.**

Senza un aiuto esterno, cioè di una coscienza esterna (es.: psicoterapia, o direzione spirituale, o consulenza terapeutica psico-pastorale), è difficile individuare il suo meccanismo e le sue cause profonde.

E così, fino al momento in cui non viene individuata la spiegazione “giusta”, il senso di colpa persiste.

COSCIENZA DELLA COLPA (O SENSO DI COLPA CONSCIO).

È la consapevolezza di aver sbagliato, di aver infranto l'ordine morale: è coscienza ed ammissione di una colpa reale ed individuata.

A differenza del senso di colpa, la coscienza di colpa è un processo conscio.

Il disagio interno resta, ma l'lo recupera la libertà di agire consapevolmente rispetto alla sua colpa: può riconoscerla, accettare la punizione, giungere al ravvedimento (il quale, più che sentimento di colpa o proposito di riparazione, è volontà di rinnovamento).

Accettare la giusta punizione in genere libera dal rimorso.

RIMORSO.

Disagio legato alla coscienza di colpa per pensieri o azioni del passato che, riportate e mantenute nella coscienza, generano auto-rimprovero, auto-accusa.

È patologico quando le colpe sono ingigantite, o perfino inesistenti, o quando si traduce in un non perdonarsi mai, in un modo più o meno inconscio come se fosse possibile punirsi per espiare.

In tutti gli altri casi è funzionale alla coscienza di colpa, al senso di realtà, alla prevenzione delle ricadute.

RELAZIONI E SENSO DI COLPA

Come per le altre emozioni, anche il senso di colpa si correla alla qualità delle relazioni primarie, anche se non in modo deterministico ed immodificabile (salvo casi eccezionali).

Il modello interpretativo più diffuso vede il senso di colpa formarsi nella prima infanzia, in modo più visibile a cominciare dai 5/6 anni.

Dopo la relativa iniziale libertà di comportamenti e di esplorazione del mondo (corpo proprio e altrui, ambiente...), aumentano **i freni imposti dagli adulti e la rabbia conseguente del bambino.**

Oltre che con le persone reali, il bambino deve confrontarsi anche con le loro immagini interiorizzate (che agiscono anche in mancanza di presenza fisica, e per questo sono perfino più vincolanti). Anche queste figure interne, note come **Super-io** (super es: giudice comandante), entrando in conflitto con i desideri del bambino, fungono da agenti di controllo.

Possibile esito di questo scontro inconscio è il senso di colpa, un'arma di cui può servirsi il Super-io – una sorta di giudice interno –, per controllare sia i comportamenti non graditi agli adulti, sia i desideri aggressivi nei loro confronti.

Il senso di colpa continuerà ad affiorare anche nell'età adulta e spesso senza riferimenti diretti a persone del proprio attuale ambiente relazionale.

Vuol dire che il proprio giudice interno (super es, super io), privo del senso di realtà, continua ad agire in modo troppo severo.

La liberazione da tale meccanismo è resa difficile perché gran parte di tale controllo interiorizzato rimane a livello inconscio.

PATOLOGIA DEL SENSO DI COLPA

È vero che il senso di colpa causa sofferenza mentale, a sé e/o agli altri.

Si pensi in generale ai due estremi:

1. iper-presenza del senso di colpa fino al delirio di colpa;
2. assenza di senso di colpa (psicopatia).

❖ Nel primo caso non si ha diritto a desiderare, l'aggressività è diretta contro se stessi, fino al suicidio.

❖ Nel secondo non ci sono limiti ai propri desideri e bisogni, e l'aggressività è sempre diretta verso chi diventa un ostacolo, nei casi più gravi fino all'omicidio.

Più in particolare, il senso di colpa assume una connotazione diversa in ognuno dei tipi di personalità.

Ecco alcuni esempi.

- ❖ L'ossessivo si sente in colpa se non corrisponde al suo ideale di perfezione e vive nella paura di poter sbagliare.
- ❖ Il depresso si sente comunque e sempre in colpa; la sua vita, fondata sul dovere, è espiatione/riparazione continua, ma mai completa.
- ❖ Il fobico si sente in colpa se si allontana dalla figura colpevolizzante, quindi vive nella paura, ma si sente in trappola se resta vicino.
- ❖ C'è poi la personalità che si sente in colpa se non è conforme ad un proprio ideale (fisico, prestazionale...); la propria vita viene condotta nel controllo dell'angoscia di poter deludere l'altro.

In ogni caso il senso di colpa è chiaramente un freno alla libertà personale ed alla relazione con l'altro.

SENSO DI COLPA E LIBERTÀ

Il rischio è di enfatizzare un irrealistico ideale di libertà (soprattutto dai condizionamenti psicologici), di individualismo, di concentrazione esclusiva sull'io.

Certo, il senso di colpa è fonte di sofferenza psicologica e di limitazione della libertà individuale. Per questo, giustamente, è uno tra i sintomi più importanti che suggeriscono l'opportunità di una cura psicologica (psicologo) e/o psicofarmacologica (psichiatra).

È un'illusione pensare ad un uomo "libero da ogni vincolo", da tutti i problemi psicologici generati dalla relazione con noi stessi e con gli altri.

Il confronto quotidiano fra la realtà e questa illusione di totale libertà è sempre amaro e frustrante perché genera "aspettative" che vengono disattese e generano turbolenze psichiche. È proprio dell'uomo vivere e generare problemi nel rapporto con se stesso e nelle relazioni con gli altri.

Ed è sempre tipico dell'uomo sperimentare, in misura variabile, la non-controllabilità della realtà in sé e negli altri. E questo vale soprattutto per il senso di colpa.

È da sottolineare anche l'indebita e diffusa associazione tra senso di colpa e visione religiosa.

In realtà nella società odierna il senso di colpa è sempre meno correlato al senso del peccato (che diminuisce sempre più) ed inoltre esiste indifferentemente sia nei Credenti che nei non Credenti.

Dipende, allora, dalle relazioni uomo-uomo, non tanto da quella uomo-Dio.

TERAPIA DEL SENSO DI COLPA

Quando invalidante, il sintomo del senso di colpa si cura anche con gli psicofarmaci.

Ma l'intervento più appropriato sembra essere la psicoterapia (TCC x DOC), in quanto esperienza mirata a far affiorare alla coscienza i meccanismi che sottostanno al senso di colpa.

In effetti, più aumenta la coscienza, più il senso di colpa diminuisce.

Aumentano, così, il benessere, l'autostima, la libertà.

Una terapia psicologica del senso di colpa patologico è facilitante anche nella vita spirituale.

PECCATO E COSCIENZA DEL PECCATO

Il serpente era la più astuta di tutte le bestie selvatiche fatte dal Signore Dio. Egli disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: Non dovete mangiare di nessun albero del giardino?». Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: Non ne dovete mangiare e non lo dovete toccare, altrimenti morirete». Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto! Anzi, Dio sa che quando voi ne mangiaste, si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio, conoscendo il bene e il male». Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradito agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e si accorsero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture. Poi udirono il Signore Dio che passeggiava nel giardino alla brezza del giorno e l'uomo con sua moglie si nascosero dal Signore Dio, in mezzo agli alberi del giardino. Ma il Signore Dio chiamò l'uomo e gli disse: «Dove sei?». Rispose: «Ho udito il tuo passo nel giardino: ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto». Riprese: «Chi ti ha fatto sapere che eri nudo? Hai forse mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato di non mangiare?». Rispose l'uomo: «La donna che tu mi hai posta accanto mi ha dato dell'albero e io ne ho mangiato». Il Signore Dio disse alla donna: «Che hai fatto?». Rispose la donna: «Il serpente mi ha ingannata e io ho mangiato» (Genesi 3, 1-13).

Alla situazione descritta da Genesi 1, in cui relazioni, esperienze e coscienza funzionano in modo ideale, subentra quella magnificamente tratteggiata da Genesi 3: si tratta della descrizione biblica del peccato.

Alla scena iniziale che vede come soli protagonisti Dio, l'uomo, la donna e la natura, si aggiunge ora la figura del tentatore: quest'ultimo è esclusivamente interessato a rompere la relazione uomo-Dio.

Ed ecco la tentazione (dubbio sull'amore di Dio per l'uomo; equiparazione dell'uomo a Dio; contestazione della norma; eccitazione del desiderio...), la razionalizzazione della tentazione da parte della donna e dell'uomo (con amplificazione del desiderio), fino al peccato vero e proprio: questo è insieme sia esperienza e sia coscienza del proprio libero e responsabile agire contro Dio.

Il passo successivo è l'auto-justificazione e lo scarico delle proprie responsabilità sull'altro.

Solo dopo essere stato consumato, il peccato si manifesta per quello che è: un inganno.

Alla fine, il peccato appare in tutta la sua realtà di tradimento della relazione: è l'uomo che si allontana da Dio, finendo così con l'allontanarsi anche dal suo simile.

È la fine della relazione ideale uomo-Dio e uomo-uomo.

SPECIFICHE INTIME SUL PECCATO.

È un concetto esclusivamente trascendente, quindi con riferimento a Dio, alla vita di fede.

Oltre che una disubbidienza alla Legge, è un libero e cosciente «no» alla relazione con Dio, un «no» al Suo amore di Padre, un allontanamento da Lui a causa della rottura relazionale.

È un trasgredire l'alleanza, il patto d'Amore con Dio.

Questa rinuncia all'Amore di Dio si concretizza in disubbidienza ad una delle "norme" che tutelano e facilitano la relazione con il Creatore.

Ricordando la Genesi, il peccato si traduce in offuscamento e deformazione della «immagine e somiglianza di Dio».

Il peccato – per i suoi indubbi tratti di piacere che si stampano nella memoria emotiva – genera dipendenza: **più si fa esperienza di peccato e più si desidera peccare; più tempo si passa nello stato di peccato, più si fa fatica ad uscirne e meno voglia si ha di farlo (e di uscirne: rassegnazione).**

In tal senso, il peccato addormenta la coscienza spirituale.

Il peccato è l'eliminazione dell'Altro dalla relazione, con la concentrazione esclusiva sull'io.

Ma senza Dio l'uomo precipita nel vuoto, vuoto da riempire proprio con un altro peccato... perché non si vede altro!

Il peccato è sempre preceduto dalla tentazione cosciente.

Tentazione.

È una spinta interna di variabile intensità verso un qualcosa che, pur sapendo che non piace a Dio, comunque attira.

È la lotta tra lo spirito e la carne (cfr. Mt 26,41): oggi diremmo della lotta tra la dimensione spirituale e quella neuropsicologica.

Proprio a questo proposito Gesù ci raccomanda:

«Vegliate e pregate, per non cadere in tentazione» (Mt 26,41).

Vegliare e pregare altro non significa che tener viva la relazione con il Signore, mantenendo desta la coscienza di Lui, parlandogli ed ascoltandolo il più possibile.

Fuori di questo c'è solo il "sonno" che prepara la tentazione, il rischio reale di allontanarci da Lui tramite uno stordimento, un intorpidimento che può essere generato da varie attrazioni e/o distrazioni.

Non contrastare subito la tentazione è già un pre-vedere e pre-gustare il peccato.

Più spazio concediamo alla tentazione, più diminuiscono le difese spirituali e più aumenta il rischio di peccato.

In ogni caso, per quanto forte possa essere, la tentazione non può impedirci l'esercizio della libertà.

Coscienza del peccato.

È la percezione chiara di essere andati contro la volontà di Dio, la consapevolezza di un «no» a Dio, a scapito della Sua Legge e a vantaggio del nostro piacere.

Tale coscienza non è legata solo all'aver peccato, ma anche alla consapevolezza di "essere" peccatore di fronte a Dio. Presuppone la conoscenza di Dio (fede) e delle norme che regolano la relazione con lui.

Rimorso.

È il disagio legato alla memoria del peccato.

È patologico quando le colpe sono ingigantite, o addirittura inesistenti, o quando si traduce in un non perdonarsi mai, in un modo più o meno inconscio per punirsi.

In tutti gli altri casi è funzionale alla coscienza del peccato, al senso di realtà, alla prevenzione delle ricadute.

Relazione con Dio e coscienza del peccato

La coscienza del peccato è correlata alla personale esperienza e coscienza di Dio, nella sua quantità e qualità.

Quest'ultima, almeno in parte, è condizionata dai modelli relazionali umani interiorizzati, soprattutto quelli primari. Su Dio si possono proiettare le modalità di relazione con le figure originarie di riferimento, "riducendolo" ad altro-da Colui che risulta dalla Rivelazione.

Ecco alcuni esempi.

- ❖ Nella relazione fobica Dio è vissuto come intrappolante, come ostacolo alla libertà. Il peccato può assumere il significato di esercizio della propria libertà, diventa quasi un diritto. La relazione con Dio è fondata più sulla paura che sull'amore.
- ❖ Nella relazione depressiva la coscienza è dominata dal dovere di non peccare e la relazione non è vissuta con serenità. In questo caso il peccato è vissuto come la temuta conferma della propria indiscutibile ed imperdonabile indegnità, genera profondo senso di colpa. La coscienza di colpa non apre alla misericordia, ma alla disperazione.
- ❖ Nella relazione ossessiva la coscienza fa vivere il peccato come irreparabile lesione alla perfezione della relazione con Dio. Qui il peccatore non sopporta l'idea della propria imperfezione e di un Dio giudice, inevitabilmente severo con i figli imperfetti e deludenti. Invece della relazione qui conta solo la prestazione.

In queste forme di relazione con Dio l'uomo è più preoccupato di sé che di Dio: l'auto-referenzialità psicologica domina sulla relazionalità spirituale.

Ma c'è anche la relazione sana, piena di desiderio verso Dio, serena, libera, realistica, umile.

Qui il peccato è solo un incidente nel cammino verso e con Dio: subito ci si rimette in piedi.

Qui la coscienza di peccato è vera e propria coscienza spirituale, nel senso che è illuminata dallo Spirito, mediatore nella relazione con il Padre.

PATOLOGIA DELLA COSCIENZA DI PECCATO

Proprio perché -almeno in parte- la vita spirituale non può prescindere dalla vita psicologica, **la coscienza di peccato può essere condizionata dai meccanismi psicologici, come ad esempio proprio dal senso di colpa.**

E così, anche in un'ottima relazione con Dio (santità), la coscienza di peccato può risultare alterata.

Come per il senso di colpa, la patologia della coscienza di peccato oscilla da una massima presenza ad una massima assenza.

Seguono alcuni esempi.

Delirio di peccato (di colpa).

Vissuto esagerato della colpa verso Dio, senso di perdizione, di abbandono, certezza inconfutabile della perdizione eterna.

Possono registrarsi anche comportamenti autolesivi (autolesionismo, auto-espiazione, ecc.).

Tutto senza alcuna coscienza della propria patologia mentale.

Qui il senso di colpa patologico prende la forma di una coscienza di colpa patologica: la psicologia determina l'alterato vissuto spirituale.

Scrupolosità.

Di chiara origine psicologica (ossessioni, coazioni), può diventare patologica, può alterare la coscienza di peccato ed inquinare la relazione con Dio.

Vero e proprio disturbo della coscienza, rosa dal dubbio di potere o di avere offeso Dio per futili motivi (dal latino «scrupulus»: sassolino, pietruzza).

Una realtà si impone come vera anche contro la propria stessa convinzione: contemporaneamente la stessa realtà appare alla coscienza come vera e impossibile.

È una realtà vissuta come estranea, ma che si impone comunque (pensieri ossessivi).

Genera un'inquietudine esagerata, non spirituale, perché non tiene conto dell'amore di Dio.

Moralismo.

Degenerazione della moralità, che trova soddisfazione solo nella perfezione.

È la tendenza a giudicare tutto da un punto di vista astrattamente morale, atteggiamento di rigida e ipocrita difesa dei principi morali. Spesso si tratta solo di ipocrita ostentazione.

Più che di coscienza di peccato si tratta di rigida coscienza della norma.

Permissivismo (buonismo).

È un atteggiamento eccessivamente tollerante nei confronti di azioni e comportamenti tradizionalmente considerati sconvenienti o riprovevoli (specialmente in ambito disciplinare e sessuale).

Corrente di pensiero imparentata al relativismo ed oggi dominante, tende a soddisfare/permittere qualsiasi richiesta istintiva.

È assenza della coscienza di peccato: anzi, è assenza o rifiuto del concetto stesso di peccato.

Presuppone uno scarso "senso" di Dio, quasi una Sua assenza.

Coscienza del peccato e libertà

Le norme sono concepite da Dio come facilitanti la relazione con Lui anche se, per una coscienza spirituale non matura, possono apparire come ostacoli alla libertà personale.

Un dato fondamentale è che la coscienza di peccato è direttamente proporzionale al "senso di Dio", alla qualità della relazione con Lui: più cresce la relazione più cresce la coscienza di peccato.

In altri termini, più prendiamo coscienza dell'amore di Dio per noi, più diveniamo consapevoli della nostra distanza da Lui (peccato).

La coscienza della propria umanità peccatrice è innanzitutto rispetto della verità («se diciamo che siamo senza peccato, inganniamo noi stessi» (1Gv 1, 8), e consente di vivere nell'umiltà («umus» = terra), insomma di mantenere i piedi per terra.

La coscienza di peccato permette di vivere alla luce del Salmo 51 (il "miserere" di Davide) e con la speranza del figlio prodigo (Lc 15,11-32).

Questo, tra l'altro, ci dà la possibilità di evitare l'esperienza psico-spirituale della umiliazione (del «finire per terra»), evidentemente cadendo da un luogo più alto (narcisismo luciferino: egli cadde dall'alto).

Terapia del peccato e della coscienza patologica del peccato

Si tratta del concetto religioso-cattolico detto "sacramento della Penitenza".

Si tratta di una <presunta e illusoria terapia elitaria>: la "confessione al prete" guarisce dal peccato e immediatamente riporta l'uomo nella relazione con Dio.

È vista come esperienza del perdono e dell'amore del Padre, simile all'esperienza del figlio prodigo (Lc 15.11,32).

È anche vista come esercizio di umiltà, di recupero della coscienza della nostra fragilità da una parte, della misericordia del Padre dall'altra.

Da non confondere con una seduta di sostegno psicologico.

Esame di coscienza.

Analisi di desideri, pensieri e comportamenti, da confrontare con il volere di Dio.

Più che analisi del peccato dovrebbe essere analisi – sempre più piena coscienza – dell'amore di Dio.

Con questo io mi "auto analizzo" per smascherare il male.

Coscienza di Dio.

È l'attività cognitiva che tiene la relazione con Dio.

È come quando si è innamorati: il pensiero, la memoria, l'attesa... sono tutti e continuativamente rivolti all'amato.

Direzione spirituale.

Come nel caso di patologia psicologica è necessario farsi aiutare da un altro, così anche nella patologia spirituale è bene ricorrere all'aiuto esterno: la direzione spirituale, la Conduzione tramite la cura pastorale.

Una buona guida spirituale facilita la relazione con Dio e migliora la coscienza di peccato. Soprattutto, individua le sue espressioni patologiche (es.: scrupolo) ed insegna a curarle.

Differenze tra senso di colpa e coscienza di peccato

1. Il senso di colpa fa riferimento all'inconscio. La coscienza di peccato fa riferimento alla coscienza.
2. Il senso di colpa, anche se di origine relazionale, è un'esperienza psicologica prevalentemente soggettiva, autoreferenziale, che rinvia a se stessi. La coscienza di peccato spinge l'uomo fuori da se stesso, rinvia all'esperienza relazionale con Dio.
3. Il senso di colpa chiude il soggetto in se stesso, lo blocca in una situazione di stallo dolorosa ed improduttiva. La coscienza di peccato apre a Dio, è esperienza di misericordia, di perdono: è esperienza maturante.
4. Il senso di colpa ha poco a che vedere con la realtà. coscienza di peccato è realistica, ha a che fare con la reale esperienza di creaturalità e fragilità dell'uomo. Tale coscienza impedisce ogni idealizzazione "luciferina" (uomo perfetto), ma anche ogni disperazione (uomo irreparabilmente condannato da un Dio giudice crudele): l'uomo è fondamentalmente peccatore, ma l'amore di Dio è inattaccabile dal peccato dell'uomo, è inaffondabile. CC 8.7
5. Il senso di colpa limita la libertà, mentre un'adeguata coscienza di peccato ci aiuta a vivere nella "libertà dei figli di Dio", la libertà dal peccato e dalla legge.
6. Il senso di colpa può portare all'angoscia e alla disperazione (fino al suicidio), mentre una sana coscienza di peccato – che si fonda sulla fiducia nel Dio amore – porta solo al pentimento, alla fine della colpa, alla salvezza.
7. Il senso di colpa è un sintomo di malattia, la coscienza di peccato è il "farmaco" nella relazione con Dio.
8. Il senso di colpa è esperienza del non-perdono (esperienza del non-amore dell'uomo), la coscienza di peccato si fonda sulla certezza del perdono (esperienza dell'amore di Dio).

Dal senso di colpa alla coscienza di peccato, al senso di Dio: l'uomo spirituale

Il passaggio dal senso di colpa alla coscienza di peccato è uno dei diversi momenti che possono segnare la trasformazione cui dovrebbe puntare ogni Credente: dall'«uomo vecchio» (solo edonistico-psicologico) all'«uomo nuovo» (spirituale); l'uomo che, recuperata l'originaria «immagine e somiglianza di Dio», vive con il senso di Dio.

Pur partendo inevitabilmente e innanzitutto dal «homo psychicus», il Credente deve tendere a diventare uomo spirituale – «pneumaticos» (Teopneustico=schiavo del Dio Spirito) – soggetto guidato e sostenuto dal «Pneuma», dallo Spirito di Dio.

Sua caratteristica fondamentale è la continua esperienza e coscienza di Dio.

Con la sua condotta – testimonianza – può provocare la coscienza del non Credente all'esistenza di Dio, all'amore di Dio.

Ma Dio non può operare tale trasformazione nell'uomo senza la sua libera collaborazione, senza il suo concreto impegno: ci vuole la sua accettazione e la sua disponibilità a collaborare.

Questo si traduce, fondamentalmente, nel "conformarsi" a Cristo omologandosi a Lui, nel vivere giorno per giorno la relazione intima con Lui e nell'amore verso i fratelli, rialzandosi immediatamente dopo ogni caduta (peccato): l'uomo spirituale pecca anche lui, ma si rialza subito.

È la vita spirituale nella vera libertà: «Il Signore è lo Spirito e dove c'è lo Spirito del Signore c'è libertà» (2 Cor 3,17).