

Claudio Attardi

*Spiritualità medievale e psicologia contemporanea.  
Un'esperienza di corsi e-learning in mailing-list*

### **Introduzione**

In questi ultimi due anni sto tentando, nell'ambito delle attività di "Medio & evo-Lo spirito dell'uomo medievale" <http://www.medio-evo.org> un esperimento basato sull'insegnamento a distanza (e-learning è il termine inglese). L'insegnamento a distanza non è nuovo in Italia. Molti ricorderanno l'uso della televisione per le lezioni di "Non è mai troppo tardi", dove un maestro insegnava a leggere e scrivere. Erano gli anni del secondo dopoguerra, e molti italiani erano ancora analfabeti. Poi arrivò una scuola tecnica famosa, "Scuola Radio Elettra" si chiamava, la cui pubblicità è rimasta nella memoria di molti. Oggi, con la grande Rete si sono moltiplicate le possibilità, ma è molto difficile attuare questi corsi. Ci vuole competenza nell'uso del computer, i costi in tempo e risorse sono comunque presenti per chi vuol operare un insegnamento di questo tipo. In effetti i corsi "gratuiti" pubblicizzati in rete sono piccole cose, non certo come quelli a pagamento.

Io invece voglio porre un servizio gratuito per un corso di buon livello, basato sul testo da me edito a maggio 2002, *Dal Medioevo al Duemila. Sentieri spirituali per un cammino nel Terzo Millennio*, basato sul meccanismo della Mailing list proprietaria di Medio & evo. In questa lista vengono inviate in allegato .pdf le lezioni mensili, gli interventi extra lezione, le interviste agli esperti. Vengono indicate fonti medievali e risorse scientifiche per la psicologia on line, oltre che libri di provato valore. Lo scorso anno gli allievi sono stati quasi tutti professori dei dipartimenti universitari di filosofia, teologia, psicologia e scienze della comunicazione, con qualche nome molto noto anche al grande pubblico per le sue pubblicazioni divulgative o per le apparizioni nei canali televisivi. Psicologi, teologi, storici, esperti delle comunicazioni e della spiritualità si sono incontrati in lista assieme a semplici appassionati ed a semplici credenti che cercavano le radici della loro fede. Un corso quindi divulgativo, sì, ma di livello e contenuto, che ha richiesto da parte mia grande senso di responsabilità ed impegno morale, che ha avuto un ottimo riscontro, e già adesso si presenta alla partenza, che avverrà in autunno, con 125 allievi on line più una decina che hanno chiesto di avere solo le lezioni senza partecipare alle discussioni, direttamente alla loro mail privata. Viene concessa infatti anche questa possibilità.

### **Spiritualità e Psicologia**

Lo scopo del corso è quindi quello di riflettere, attraverso le esperienze spirituali dei medievali, sul nostro cammino di uomini del Duemila. In tal senso, oggi, con il pluralismo culturale e religioso e con lo sviluppo della psicologia e della sociologia, noi abbiamo strumenti di indagine storica, politica, filosofica, sociale, culturale, ecc., più complessi di quelli dei medievali. Infatti, dopo l'età del positivismo, ed i fondamentali lavori di Freud e Jung, la psicologia non è più solo uno degli aspetti della ricerca filosofica sull'anima, felicemente inaugurati già da Socrate, Platone ed Aristotele, ma è 'maieutica', per dirla come Socrate, cura dell'anima. Quindi oggi la psicologia è soprattutto analisi del comportamento umano e delle sue capacità di conoscere (psicologia comportamentale, cognitiva, analitica), e cura delle patologie, cioè delle malattie psichiche che affliggono la nostra società moderna e post-moderna. In tal senso lo psicologo, soprattutto l'analista di scuola freudiana, guarda alla spiritualità con diffidenza, come un prodotto della mente non portata al suo pieno compimento, alla sua maturazione, come ad una nevrosi.

Bisogna però dire che le domande che Freud e gli psicologi analisti pongono di fronte a certe manifestazioni di 'spiritualismo' sono più che legittime. Si tratta di spiritualità o di psichismo? Il veggente o il credente sono in contatto con Dio, o proiettano i loro problemi psichici (a volte anche gravi) su un'entità esterna, che è solo frutto di un'illusione, di un'allucinazione o di un delirio? E in fin dei conti, cosa si intende per spiritualità? C'è bisogno di spiritualità per avere un soggetto dall'equilibrio psichico completo? O forse si ha bisogno di una legge esterna e superiore che regoli le nostre azioni, un 'Super-Io', per frenare gli istinti moralmente più torbidi ed inconfessabili, le pulsioni, come le chiama il grande maestro austriaco? Tutte queste domande sono quanto mai attuali, di fronte alla diffusione di nuovi movimenti religiosi, della New Age, di sette esoteriche, di maghi o presunti tali, sempre pieni di lavoro nella nostra società della ragione e della tecnologia.

Proviamo dunque a dare una definizione di spiritualità. La spiritualità è la nostra visione del mondo, i valori fondamentali a cui costantemente facciamo riferimento, il nostro modo fondamentale di metterci di fronte a noi stessi, alle cose, alle persone, alle situazioni. Non è un metodo per estraniarsi dalla realtà, non è un metodo per fuggire le proprie responsabilità, ma è esattamente il contrario. La nostra visione del mondo infatti, come ho scritto nell'introduzione del libro, influenza anche inconsapevolmente tutte le nostre scelte, anche le più apparentemente insignificanti. Tutto ciò che siamo, che facciamo, che scegliamo, ha come base uno spirito, il nostro spirito; con quello ci rapportiamo a tutta la realtà, sia quella intrapsichica, sia quella esterna. La spiritualità quindi vede l'uomo come essere con doti particolari rispetto agli animali, un essere capace e bisognoso di relazionarsi. La relazione principale a cui fa riferimento la spiritualità è quella con Dio. E non una divinità qualsiasi. Relazione significa infatti interazione e questo, per una vera spiritualità, è pienamente possibile solo con un Dio personale e trascendente. Qui scatta il legame con gli uomini del Medioevo. Essi vivevano questa relazione con Dio, rivelato in Gesù Cristo, come normale, quotidiana, naturale. Oggi per noi è diverso, sicuramente più difficile.

Ma la psicologia cosa c'entra in una vita spirituale? Lo psicologo vede la vita spirituale come uno dei tanti aspetti della vita umana: non giudica, non consiglia, non prende posizione, ma, analizzando il vissuto, prende atto che l'individuo fa, o ha fatto o farà un'esperienza spirituale. Questa esperienza umana si inserisce in strutture psichiche che egli analizza dal suo punto di vista, un punto di vista scientifico. Conoscenza delle strutture psichiche, anamnesi del soggetto analizzato e raffronto tra comportamento individuale e parametri scientifici, danno un quadro psichico della persona. Esso riguarda la personalità ed il suo sviluppo, con i suoi lati luminosi e quelli oscuri, fino a quelli patologici, se sfortunatamente presenti. Tra i vari aspetti della personalità del soggetto che lo psicologo analizza, tra le sue esperienze, ci può essere anche un'esperienza spirituale.

Gli uomini medievali, soprattutto i filosofi ed i teologi, hanno riflettuto a lungo sul rapporto tra Dio ed il credente, stabilendo che si trattava di un incontro interpersonale. Perciò il credente, che ovviamente non aveva immediatamente visibile l'Altro, doveva per forza basare questo rapporto sulla fede. Fede che però 'non distrugge la ragione ma la porta a compimento' (Tommaso d'Aquino). Questo rapporto tra ragione e fede può essere molto simile a quello che passa tra psicologia e spiritualità, dove la psicologia è dal lato della ragione e la spiritualità dal lato della fede: tutte e due comunque indispensabili, non solo per i credenti, ma per l'uomo in genere. Vedete come la riflessione medievale è interessante anche per noi uomini del Duemila.

### **Lo Spirito dell'Uomo Medievale ed il nostro Spirito**

Quindi c'è sicuramente un rapporto tra lo spirito dell'uomo medievale ed il nostro spirito. Esso è stabilito in parte dalle strutture psichiche dell'uomo, uguali ieri, oggi e domani, in parte da circostanze storiche che fanno della nostra un'età di sperimentazione, proprio come quella medievale. Questo tipo di prospettiva, presente sia nel sito che nel libro, non è certamente l'unica possibile; anche perché le differenze ci sono, molto spesso a nostro favore. Però quando si va a leggere qualche fonte dei maestri spirituali medievali, si capisce che essi si caratterizzano proprio per una forte analisi psicologica dell'anima, di tutti i suoi aspetti, di tutti i suoi atteggiamenti nei confronti di Dio, e quindi nell'ottica della fede. Quest'analisi psicologica non è, si badi bene,

portata avanti con i metodi scientifici della moderna psicologia. Però è illuminante il fatto che i medievali pensassero al rapporto con Dio non solo come normale, ma anche come determinante ed illuminante per la psiche umana. L'uomo cioè è comprensibile solo alla luce della divina Rivelazione, alla luce di Cristo, via, verità e vita. Oggi il nostro cammino è molto più faticoso e dispersivo e, se siamo credenti, è più nascosto. La fede cristiana invece era la condizione normale non solo degli individui, ma anche della società, per lo meno nell'Europa medievale. Questa eredità è stata presente fino alla Rivoluzione Francese e, a livello popolare, fino agli anni Sessanta del secolo scorso. Il legame è comunque rimasto, proprio per l'evoluzione che subì l'Europa nel Medioevo e che anche oggi sta attuandosi, a livello politico, sociale, religioso. Anche oggi si sperimentano nuove forme di convivenza sociale, di spiritualità, di politica, di economia. Nel libro accenno più volte ad esse, ma sono comunque presenti sotto i nostri occhi, basta accendere la televisione, la radio o collegarsi alla rete. E si può comprendere facilmente il legame genetico fra l'Europa medievale e la nascente Europa futura, quella dell'Unione.

Oggi noi siamo veramente progrediti, rispetto all'uomo medievale: la vita dura il doppio, è molto più comoda, molto più ricca di possibilità economiche e materiali. Ciò che una famiglia normale oggi si può permettere, per esempio a livello alimentare, non era neanche pensabile per re ed imperatori medievali. C'è però qualcosa in cui noi manchiamo, rispetto a loro. La materialità infatti ha preso il sopravvento rispetto alla spiritualità, perciò oggi lo psicologo si vede a volte costretto ad affrontare soggetti che avrebbero invece bisogno, più che di una vera e propria terapia, di un buon padre spirituale, una guida morale, qualcuno che faccia da punto di riferimento. Ma queste persone sono molto rare e molto difficili da trovarsi, in questa confusione generale che regna nelle nostre menti, nei nostri cuori, nella nostra società. Per questo, ed è la sfida del testo di base dei corsi, ho voluto anche impegnarmi ad indicare non solo ciò che i medievali dicevano, facevano o pensavano, qual era il loro spirito, ma anche quali sono i 'sentieri spirituali' che essi ci indicano per il futuro. Dalla lettura della testimonianza tramandate emergono luci e proposte veramente molto valide per tutti noi uomini del Duemila. Per questo io stesso ho riscoperto molti valori che ormai sembrano perduti, e che vi invito a riscoprire insieme a me, leggendo Dal Medioevo al Duemila e seguendo le lezioni dei corsi, come già hanno fatto lo scorso anno più di cento persone.

### **L'esperienza spirituale e la psicologia: interazioni, incontri, scontri**

Sgombriamo subito il campo da confusioni o aspettative non attuabili. Questi corsi di studio non vogliono essere di autoterapia psicologica, né obbligare a scelte spirituali frettolose e non sentite. Io non sono uno psicologo, ma teologo e storico medievista che concentra la sua ricerca nel campo della spiritualità. In questa ricerca ho visto che la spiritualità dei medievali sarebbe molto utile per la nostra società, per la nostra cultura, per le nostre famiglie, per i nostri rapporti interpersonali, per una visione più equilibrata di noi stessi, di cose, di persone e situazioni. Non ritengo con questo di avere la verità in tasca, ma di indicare un percorso possibile, perché noi tutti possiamo essere in grado di scegliere con la nostra testa, e non per slogan, per mode, per sentito dire. È questo il senso dei corsi e del libro, non altro. Io non posso sostituirmi al terapeuta psicologo, e di questo spero che tutti ve ne rendiate conto: le improvvisazioni sono sempre fuorvianti, soprattutto quando si tratta di salute, anche mentale. Qui si parla della psicologia in senso generale, in alcuni aspetti che riguardano anche un cammino spirituale ed un autentico rapporto con Dio, con noi stessi, con il mondo che ci circonda. In tal senso il libro consiglia dei percorsi spirituali per il nostro cammino di uomini del Duemila, prendendo spunto dalle esperienze dei medievali. È un libro di spiritualità. Il terapeuta psicologo invece non dà e non riceve consigli, non indica soluzioni, non ci dice mai quello che devi o non devi fare. Egli analizza il soggetto nel suo vissuto, senza giudicare se e dove le sue scelte morali sono giuste o sbagliate. Ma se i compiti della psicologia e della spiritualità sono diversi, non è detto che possiamo dividere l'animo umano in compartimenti stagni.

Infatti ci sono evidenti interazioni tra esperienza umana ed esperienza spirituale, legami profondi, in quanto la psiche, quando vive un'esperienza spirituale, ne viene logicamente influenzata. In questo l'esperienza spirituale cristiana, così come la vedevano i medievali, coinvolgeva tutto l'essere

umano, proprio per il principio dell'Incarnazione, dettato dai Padri conciliari al Concilio di Calcedonia: "ciò che non è stato assunto non può essere salvato". La novità era dunque questa: Dio, in Cristo, ha assunto la nostra natura umana, in tutte le sue parti, in tutte le sue esperienze, positive e negative, in tutta la sua libertà e capacità di aprirsi totalmente all'amore di Dio e del prossimo, come di rifiutarlo con l'egoismo ed il peccato. Da qui, dopo la grande discussione teologica sulla natura di Cristo che aveva coinvolto la Chiesa fino al IV secolo, si passò all'approfondimento psicologico. Le ultime eresie (monofisismo e monotelismo) sono incentrate sulla natura e sui limiti dell'animo umano del Cristo, una persona e due nature compresenti. La riflessione psicologica, intesa come studio teologico e filosofico dell'anima (soprattutto incentrata sulla teoria della conoscenza), partita da Socrate, Platone ed Aristotele, si approfondisce ulteriormente con i Padri della Chiesa, S. Agostino sopra di tutti, nell'Occidente latino. Gli arabi invece analizzarono il legame fra le capacità dell'anima e il cervello, quindi dal lato funzionale, soprattutto Averroé. La teoria della conoscenza ha come culmine la ricerca di S. Tommaso d'Aquino nella *Summa Theologiae*. Il titolo stesso dell'opera ci dice come per i medievali conoscenza di Dio e conoscenza dell'uomo andavano di pari passo. Perciò nei pensatori medievali c'è un legame profondo tra la conoscenza psicologica e la conoscenza spirituale, che è il massimo della conoscenza, secondo la fede cristiana: "questa è la vita: conoscere Te". È chiaro comunque che se uno vive un'esperienza spirituale autentica, secondo i medievali, essa influenza ed illumina tutta la propria esistenza umana, tutto il proprio vissuto; il soggetto conoscerà, sceglierà, cercherà di risolvere conflitti interiori ed esterni in base a quella esperienza spirituale. Il cammino proposto dai medievali nelle testimonianze che ho raccolto è in questo senso molto illuminante, e viene costantemente approfondito non solo nelle lezioni, ma dagli iscritti al corso, che intervengono nella Mailing list di Medio & evo, e che è stata appositamente creata per dare spazio agli interventi, oltre che per inviare le lezioni allegare esclusivamente agli iscritti.

I medievali ci indicano quindi una via che è quella della profonda armonia tra vita umana e vita spirituale, anche se essi ritengono che la vita spirituale sia superiore a quella semplicemente psichica, soprattutto riguardo alla conoscenza di Dio, illuminante per tutta la vita. Essi quindi propendono per un incontro tra vita umana, intesa nella sua pienezza creaturale, e vita spirituale, fondamento dell'esistenza. Non ci può essere conoscenza di se stessi, delle persone e del mondo, se non alla luce della fede in Cristo. E se non c'è conoscenza di Dio, essi ci dicono, non c'è neanche vera vita.

Oggi, dopo le riflessioni ed i lavori psichiatrici di Freud, abbiamo una prospettiva diversa, che a volte va a scontrarsi con la vita spirituale. Sappiamo che l'esperienza di Freud nasce in un contesto ateo, e che con la scoperta delle pulsioni (soprattutto quella sessuale) fin dalla primissima età del bambino, egli si scontrò aspramente con teologi e magistero ecclesiastico. Ma egli aveva ragione, e dalla sua svolta non si può più tornare indietro. La sua fu una ricerca scientifica, medica e terapeutica, su pazienti che spesso dicevano di avere una vita spirituale, di essere in contatto con Dio, e che invece avevano magari un problema psichiatrico, spesso di carattere isterico. Le definizioni di Io, Super-Io, ES, i lavori sull'inconscio, sul rapporto tra bambino e madre e tra bambina e padre restano una pietra miliare della psicologia e della psichiatria. Egli concluse che la religione altro non è che il prodotto di una patologia psichica che egli chiama nevrosi, derivata da uno stato mentale singolare e collettivo non giunto alla sua piena maturazione. Il soggetto, per frenare le pulsioni dell' Io, si dà una legge morale che gli faccia da freno inibitore e che possa così attenuare l'inevitabile senso di colpa che deriva dalle pulsioni stesse: questa funzione è attuata dal Super- Io, che regola con leggi morali le pulsioni (sessuali soprattutto, ma non solo). Egli afferma che la figura del padre per il bambino ha proprio questa funzione, mentre nei confronti della madre c'è questo profondissimo legame carnale ed affettivo, come un cordone ombelicale che a volte non viene mai reciso, dal punto di vista psicologico. Dio non è che una proiezione esterna della figura del padre, come una Legge morale universale che regola una società che altrimenti sarebbe dominata da pulsioni tribali, un po' come accade nelle società sottosviluppate (ma non solo in quelle, purtroppo). Quelli che dicono di essere in contatto diretto con una realtà soprannaturale,

cercano così di sfuggire con forme di isteria alla nevrosi derivata dalla mancata soddisfazione di pulsioni.

È chiaro che qui siamo fuori da un contesto di vita spirituale, soprattutto di una vita spirituale cristiana, che ha come centro l'Incarnazione e la Pasqua del Cristo. Oggi, con il pluralismo religioso ed una fede che spesso è influenzata dalle religioni orientali e dalla New Age, si cerca un Dio fuori dalla propria storia, spesso troppo dolorosa ed insopportabile, per l'angoscia che ne deriva. Un Dio lontano ed impersonale, che farebbe certamente dire non solo che Freud ha ragione, ma che siamo lontani da una vera spiritualità. Infatti, se la spiritualità è la nostra visione di Dio, di noi stessi e del mondo, ed influenza anche inconsapevolmente le nostre scelte, una fede disincarnata, staccata dal proprio vissuto rischia veramente di diventare una forma di psichismo, o peggio di fuga dalle proprie responsabilità. In tal senso i medievali ci insegnano ancora molto, e le loro esperienze, quelle che ho letto e raccolto nel testo, danno a coloro che le fanno un equilibrio psichico anche più profondo.

### **Aspetti sociologici della vita spirituale**

Si pone qui un altro aspetto che fu presente nella società medievale, e che invece oggi a volte stenta a crescere. Il cammino spirituale dei cristiani medievali non era fatto di un faticoso e singolo 'portare la croce'. Purtroppo c'è una visione sociale della religione come sopportazione della sofferenza (la famosa volontà di Dio...) o come fuga in 'paradisi spirituali', che nulla ha a che vedere con una vera vita spirituale. Che è comunione, condivisione, gioia ed aiuto reciproco, amore fraterno e sollievo dello spirito. C'è quindi un aspetto sociale, comunitario, della spiritualità che è fondamentale, proprio per non cadere nello psichismo e nell'illusione. Il confronto con gli altri, che fanno il medesimo cammino, e con la Rivelazione, Parola di Dio per il credente, è indispensabile. La fede e la spiritualità hanno infatti bisogno di dati oggettivi, che sono il Vangelo, la tradizione della Chiesa, il Magistero, la partecipazione alla vita della comunità ecclesiastica. Anche i Padri del monachesimo orientale, come S. Antonio, fondatore del monastero delle Grotte a Kiev, raccomandava di non prolungare troppo i periodi di solitudine, e di affidarsi alla guida dello starec, il padre spirituale secondo gli ortodossi. Anche se il monachesimo orientale è stato ed è tendenzialmente più solitario ed ascetico, ciò non toglie che i monaci ortodossi, fin dalla fondazione del Monte Athos, cercarono di temperare la tendenza solitaria con l'istituzione delle laurai. Questo equilibrio divenne più importante nel monachesimo occidentale, dove la presenza del papa, di una solida gerarchia, di una regola esterna, e lo sviluppo del monachesimo cenobitico di S. Benedetto da Norcia sottolinearono ancor più, dal Medioevo in poi, il carattere comunitario della spiritualità cristiana. Durante il corso svoltosi lo scorso anno scolastico (2002-2003) ne abbiamo discusso in maniera ampia, e penso che anche nel prossimo, che avrà per oggetto *Il cerchio della comunicazione* ciascun allievo troverà le luci per una spiritualità vera, non basata sulle pericolose proiezioni narcisistiche, su Dio e non sull'Io.

Queste quindi sono le linee generali, molto generali di questi corsi, e spero vivamente che voi che partecipate possiate trarne giovamento, anche perché oggi sono veramente poche le persone che cercano i valori autentici di una vera spiritualità. C'è infatti chi fa tutto da solo, con i rischi che abbiamo detto, c'è chi invece pensa di risolvere tutto dal punto di vista psicologico, come faceva Freud, ed anche qui i rischi di una visione limitata esistono. Non sarà facile mantenere l'equilibrio, ma bisogna tentare: è questa la sfida del libro *Dal Medioevo al Duemila* e dei corsi e-learning che ne derivano.

### **Alcuni dati tecnici**

Per svolgere tecnicamente il corso, non essendo proprietario di software specifico per corsi e-learning, ho pensato di sfruttare la possibilità data dal mail server di Yahoo. Ho quindi fondato una Mailing List di Medio & evo, in cui ho fatto confluire gli indirizzi di tutti coloro che in qualche maniera mi avevano contattato. Questo primo passo è servito per evitare lo spamming ed a

permettere a chiunque lo desiderava di ricevere gli aggiornamenti del sito o di cancellarsi dal servizio. La ML consentiva anche di spedire le lezioni in allegato PDF solo a coloro che effettivamente erano interessati. Ho poi lanciato l'iniziativa sul sito, su alcune riviste elettroniche specializzate del settore e su ML simili per argomento, alle quali ero iscritto. Dato che si trattava di lezioni inedite ho preferito lanciarle in lista chiusa e in formato di sola lettura. Il corso, pur se organizzato con questo sistema molto semplice e scritto in modo tale da essere accessibile a tutti, ha avuto un buon successo, in quanto gli allievi, che all'inizio erano 85, alla fine del corso erano 125. Questi sono stati per la maggior parte docenti universitari, anche di fama, di diversi paesi, appartenenti ai dipartimenti di scienze umanistiche: filosofia, teologia, storia, psicologia, sociologia. L'originalità degli argomenti considerati e, soprattutto, il metodo nuovo di trattare la storia, la spiritualità e la psicologia, hanno infatti attirato non solo semplici appassionati o amici di vecchia data, ma anche esponenti di spicco della cultura italiana ed internazionale. Questo fatto ha confermato il valore delle idee presenti nel libro *Dal Medioevo al Duemila*, per quanto anch'esso prodotto da un piccolo editore locale e disponibile solo su richiesta. Risultato positivo è stato anche l'aggregazione in lista di specialisti certamente lontani dal mio campo di conoscenza, quelli cioè della psichiatria e delle neuroscienze. Ma è la conferma che un'idea semplice, basata sullo sfruttamento delle risorse tecniche già presenti in rete, se riempita di contenuti interessanti, può funzionare senza ricorrere a grande dispendio di risorse economiche o a budget aziendali. Tant'è che, 'a grande richiesta', anche per quest'anno è partito il nuovo corso, con nuove lezioni inedite. I numeri ed i contatti avuti mi hanno infatti spinto a ripetere l'esperimento. L'esperienza positiva continua, quindi, e spero che si possa ulteriormente ampliare.