

CAPITOLO TERZO

PSICHIATRIA E PSICOLOGIA ALLE SOGLIE DEL TERZO MILLENNIO: RIFLESSIONI SULLA DIMENSIONE SPIRITUALE

A) DIMENSIONE SPIRITUALE

L'UOMO COME UNITÀ PSICO-FISICA-SPIRITUALE

MAN AS UNITY OF SPIRITUAL PSYCHOPHYSICS

Caterina Romagnoli

*Psicologo, psicoterapeuta, Consulente Tecnico per il
Tribunale Civile di Roma,
socio dell'Associazione Terapisti Cattolici (ATC),
membro della Commissione giuridica della CFC (Confederazione Italiana
dei Consulenti Familiari di Ispirazione Cristiana)*

L'UOMO COME UNITÀ PSICO-FISICA-SPIRITUALE

Riassunto

In questo articolo l'Autore, nel porsi l'interrogativo "chi è l'uomo", cerca di analizzare l'essenza dell'uomo e cogliere le tre dimensioni che lo contraddistinguono: materiale/corporea, psichica e spirituale.

Nessuna scienza o pensiero filosofico ha dato risposte certe, tantomeno l'autore pretende di dare risposte esaustive, ma intende sottolineare che nell'uomo tutte e tre queste dimensioni, in ogni situazione, sono copresenti ed in ogni momento interagiscono tra di loro. L'uomo non è la somma di parti separabili ma costituisce un "tutto unico", una totalità.

Ogni scienza potrà dare il suo contributo nel comprendere "chi è l'uomo" se terrà presente la sua unità psico - fisico - spirituale.

Parole Chiave: *essenza dell'uomo, totalità, unità psico-fisica-spirituale*

Abstract

In this article, the Author in asking herself "who is Man", tries to analyze the essence of man and to understand the three dimensions that mark them: physical material, psychic and spiritual.

No science of philosophical thought has given an exact response, evenless the Author does not expect to give exhausting responses, but she intends to underline that in Man all and three of these dimensions are simultaneously present and at any point interact among one another.

Man is not the sum of separable parts, but "one piece", a totality.

Every science can give its contribution to understand "who is Man" , if the unity of spiritual psychophysics is taken in consideration.

Key words: *essence of man, totality, unity of spiritual psychophysics*

1. Introduzione

Chi è l'uomo? Chi sono io? Qual è il senso dell'esistenza umana?

Questi interrogativi dominano non solo il pensiero filosofico, ma ognuno di noi, almeno una volta nella nostra vita ci siamo rivolti queste domande; le risposte non sono semplici e quelle che si daranno non avranno la pretesa di essere esaustive, ma solo essere uno stimolo per ulteriori riflessioni e approfondimenti.

Quello di cui si è certi è che ogni uomo è una singola persona, segnata da unicità nei confronti degli altri con i quali esiste nello stesso mondo, è scritto: *"fin dal grembo di mia madre ha pronunciato il mio nome"* (Is. 49,1).

Per poter comprendere l'essenza dell'uomo, egli va osservato nella sua totalità fisica (corporea), psichica e spirituale.

Nel linguaggio biblico, troviamo che ogni parte riassume tutta la persona, per cui non si dice che l'uomo ha un corpo, ha un'anima, ha uno spirito, bensì che l'uomo è corpo, è anima, è spirito, in una visione che non vede le tre componenti come parti separabili, ma strettamente collegate, intercomunicanti e integrate fra di loro.

L'uomo non è la somma di parti separabili, ma costituisce un "tutto unico". Ogni volta che questa unità integrale viene dissociata, da una filosofia, da una tecnica, dalla stessa medicina generale o da alcune teorie psicologiche, l'uomo viene - per così dire - amputato.

Facendo riferimento alle radici antropologiche cristiane, S. Giovanni scrive (I Gv. 4,8): *"Dio è Amore"*; Dio lo plasma in questo Amore e lo crea a sua immagine e somiglianza; fa di lui un essere d'amore, senza l'Amore l'uomo morirebbe. Questa è una verità non solo spirituale, ma anche psico-fisica .

I bambini abbandonati sono, purtroppo, una testimonianza di quanto le carenze affettive possano compromettere il loro sviluppo psicofisico.

Quello che si cercherà di analizzare è *l'uomo come essere unico e in questa unicità cogliere la sua essenza materiale, psichica e spirituale.*

2. L'identità corporea e l'immagine corporea

L'identità personale inizia prima di tutto scoprendo e riconoscendo l'identità corporea.

Riprendendo le radici antropologiche cristiane: - Gn. 2,7 " allora il Signore plasmò l'uomo con la polvere del suolo e soffiò nelle sue narici

un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente ", l'uomo è tratto dalla polvere del suolo, dalla materia e Dio plasma il suo corpo di carne con tenerezza e gli soffia nelle narici un soffio di vita, perciò questo corpo visibile riceve un'anima che gli dà vita; - inoltre nel corpo umano si riflette un raggio dello splendore di Dio Creatore, in *Gn. 1,27: "Dio creò l'uomo a sua immagine"*.

L'uomo nella sua corporeità occupa uno spazio, è visibile e tangibile così come il mondo che lo circonda si compone di cose che sono corpi. Essere corpo significa, dunque, possedere delle caratteristiche spazio-temporali (LUCAS LUCAS RAMON, 1993). L'uomo è corpo tra i corpi, appartiene alla specie animale e alla materia stessa, ma non è corpo come gli altri corpi (come la pietra, l'albero, un animale): il corpo, mediante il quale l'uomo partecipa al mondo creato visibile, è un corpo umano che lo rende consapevole della diversità dagli altri corpi. Ogni uomo ha la coscienza interna della presenza del proprio corpo e la percezione esterna di essa in un'unità d'identità .

La cosa strana e misteriosa, di quando vediamo un uomo, è che non si vede solo la figura esterna, il corpo, ma in esso c'è un'essenza invisibile, qualcosa che è pura intimità: il suo pensare e volere - una persona che è anima, psiche, spirito.

La corporeità è il modo specifico di esistere dello spirito umano: il corpo rivela l'uomo e partecipa a tutta la realizzazione della sua esistenza, esprime la persona.

Le parole nella Genesi (2,23) ne parlano direttamente: *"questa volta essa è carne della mia carne e osso delle mie ossa"*.

L'uomo maschio pronunzia queste parole, come se soltanto alla vista della donna potesse identificare e chiamare per nome ciò che in modo visibile li rende simili l'uno all'altro, e insieme ciò in cui si manifesta l'umanità.

Quindi il corpo è la prima cosa che percepiamo degli altri ed anche di noi stessi.

L'uomo perciò appartiene al mondo visibile attraverso il corpo e al mondo invisibile attraverso la sua psiche e il suo spirito.

Il feto nel grembo materno vive una dipendenza simbiotica, non ha alcuna identità personale, non sa di essere nell'utero di sua madre; tale dipendenza si protrarrà in tutto il primo anno di vita. Il corpo -secondo la prospettiva psicoanalitica- è il primo oggetto narcisistico perché il bambino non ha ancora una percezione ben differenziata tra il proprio corpo, quello della madre e il mondo esterno, tra il sé e il non sé. A 8/9 mesi il bambino piangerà spesso e faticherà molto per accettare la separazione tra "mamma" e "me", nel realizzare che ci sono due persone.

Nel primo anno di vita, il bambino, toccando il proprio corpo, lo percepisce sia attivamente che passivamente, la mano e la bocca sono percepite come parte del sé.

Dopo questa fase di indifferenziazione, nel secondo anno di vita, il bambino comincerà anche ad opporsi ai suoi genitori attraverso il NO, battendo i piedi, e scoprirà che: "*io sono io*", che c'è un papà e una mamma e che "*io posso oppormi a loro*".

Qui comincia la definizione dei propri confini corporei, inizia il gioco del guardarsi allo specchio e di differenziare il corpo dall'immagineriflessa, inizia un'esplorazione più curiosa del corpo altrui.

A 8 anni il bambino è più consapevole che il proprio corpo è un veicolo per comunicare con gli altri; inizia il confronto critico con il corpo degli altri coetanei (i giochi che interessano prevalentemente le attività psicomotorie e lo sport sono spunti per una maggiore consapevolezza dello schema corporeo).

Dopo i 9 anni il corpo può essere già *oggettivato*. Una parte, o tutto il corpo, potrà essere oggetto di orgoglio o di un complesso.

In seguito, gli adolescenti di entrambi i sessi dovranno riorganizzare la propria immagine corporea, accettare la nuova immagine di sé, il nuovo aspetto fisico, il proprio ruolo sessuale e ricercare gli atteggiamenti e comportamenti fisici che riterranno adeguati e confacenti al proprio carattere e alla propria personalità.

A questo punto è necessario fare una distinzione tra ciò che il nostro corpo è oggettivamente e l'immagine che noi abbiamo del nostro corpo. L'immagine del proprio corpo si costituisce attraverso l'insieme di molteplici fattori: percettivi, emotivo-psicologici, socio-ambientali.

Spesso la propria identità coincide con il proprio corpo: io sono il mio corpo. Altre volte il corpo influenza e determina la percezione delle altre dimensioni: psicologica, morale, spirituale e la globalità dell'essere persona umana. In ogni fascia d'età, il modo di percepire il proprio corpo, cioè l'immagine che noi abbiamo del nostro corpo, può condizionare l'equilibrio psichico. In particolare nell'adolescenza, quando il corpo subisce i più macroscopici cambiamenti funzionali, la percezione del proprio corpo ha un ruolo particolarmente importante per la maturazione psico-fisiologica.

Quindi l'Io corporeo è determinante nell'età evolutiva; da esso può dipendere una buona parte dello sviluppo globale della personalità. Si può sperimentare il vissuto del proprio corpo a vari livelli.

Un *primo livello* potrebbe essere quello *percettivo*.

La percezione di particolari aree del proprio corpo cambia relativamente poco nell'infanzia; invece come già detto, nella pre-adolescenza e

adolescenza c'è una radicale ricostruzione della percezione del proprio corpo; l'adolescente si dovrà sentire gradualmente a suo agio, né diverso, né rifiutato nel suo contesto sociale. Ogni relazione sociale propone il problema dell'immagine sociale del proprio corpo e degli atteggiamenti corporei. Infatti ogni relazione sociale non è solo una relazione tra due persone, ma anche una relazione tra due corpi.

Un *secondo livello* di analisi del vissuto corporeo potrebbe essere quello *emotivo*.

I primi contatti tra il corpo del bambino e quello della madre possono determinare il modo con il quale l'adolescente considererà il suo corpo in relazione al corpo dell'altro e le sue fantasie su come vorrebbe essere fisicamente. In generale chi ha un buon rapporto con il suo corpo, ha un buon concetto di sé e chi ha una buona stima generale di sé, si rapporta in modo altrettanto positivo con il proprio corpo.

Un *terzo livello* di analisi del vissuto corporeo è quello specificatamente *relazionale-sociale*.

L'immagine del corpo che ha l'adolescente e poi l'adulto, è fortemente suggestionata dalla considerazione di cui gode nel suo ambiente sociale, almeno com'è soggettivamente percepita.

Nell'adolescente, il gruppo è come uno specchio e l'immagine che il gruppo gli rimanda di sé influenza fortemente le correzioni che apporterà alla sua immagine; risente molto delle osservazioni che gli altri faranno sul suo fisico, in particolare quando si confronta con i coetanei.

Quindi *l'immagine corporea è quella rappresentazione del nostro corpo che ci formiamo nella mente, cioè il modo in cui il corpo appare a noi stessi* che si genera e si organizza, fin dalla nascita e forse già nella vita intrauterina, in una rete dinamica di elementi sensoriali, emotivi, immaginari, ideativi e relazionali.

Ogni trasformazione sia fisiologica sia patologica della struttura o delle funzioni del corpo modifica, pertanto, *l'immagine corporea, che è quindi una realtà sempre presente, ma sempre in mutamento*.

I pregiudizi sociali, religiosi, ambientali o familiari possono gravemente complicare lo sviluppo dell'identità corporea del bambino e dell'adolescente con conseguenze imprevedibili nella sfera affettivo-sessuale e nell'ambito della propria realizzazione personale e sociale.

La corporeità è anche la base della *sessualità*, ma non la sua totalità. Infatti, il rapporto tra corpi non può esaurire tutte le ricchezze della sessualità: la dimensione fisiologica è integrata con quella psicologica, culturale, morale e religiosa.

Il significato *specificamente umano* della sessualità può essere compreso

solo se si prende in considerazione *tutto* l'uomo nella sua globalità e nella sua interezza pluridimensionale che caratterizza ogni istante della sua esistenza. È il significato antropologico che differenzia la sessualità umana da quella di altri esseri.

Uomo e donna esprimono con il linguaggio dei loro corpi tutta la loro realtà come persone. Questo linguaggio del corpo va al di là della sola reattività sessuale; è sottoposta all'intera realtà dell'essere uomo o donna, che la trascende.

Il sessuato, esprime la vocazione dell'uomo alla reciprocità ed al mutuo dono di sé.

3. L' identità psichica

Prima di tutto si proverà a definire che cos'è la *psiche*.

Etimologicamente (IST. ENC. TRECCANI, 1991) il termine viene dal greco *psychè* e si riconnette all'idea di soffio vitale o respiro vitale; viene identificato presso i Greci con l'anima individuale.

Nella psicologia moderna, e nell'uso comune, è il complesso delle funzioni e dei processi (attività sensoriali, intellettive, affettive, volitive, emozionali) che danno all'individuo esperienza di sé e del mondo, traducendosi in rappresentazioni di eventi, fatti ed entità, nonché in bisogni, desideri e atti volitivi totalmente o parzialmente non predeterminati; da un punto di vista epistemologico, la psiche è *un momento della realtà diverso dalla materia e dalla forma e ad esse non riducibili*. Nelle scienze umane, il termine è spesso usato come sinonimo di *pensiero e di ragione*, soprattutto se questi termini sono riferiti a manifestazioni osservabili (IST. ENC. TRECCANI, 1991). Nel linguaggio biblico, viene impiegato il termine *anima* che assume un significato differente nell'Antico Testamento e nel Nuovo Testamento.

Nell'A.T. la parola indica soltanto un essere animato, mentre nel N.T., corrisponde al greco *psyche*, cioè la sostanza non materiale che è la fonte della vita del corpo; essa ha anche il significato di personalità, di ciò che fa di un uomo colui che è. Il N.T. ricorre a una parola differente per indicare lo spirito e cioè *pneuma*. A volte le due parole *psyche* e *pneuma* finiscono per assumere lo stesso significato.

Psyche è la qualità della vita nell'individuo, mentre *pneuma* è il principio della vita in tutte le cose create. L'uomo possiede, grazie a *psiche*, una vita particolare e distante da Dio, una sua propria personalità; ma l'origine di quella vita è Dio che ha insufflato lo spirito nell'uomo.

Nel quotidiano e nel pratico, ciascuno di noi sa che cosa significa aver

fame, aver mal di testa, bruciarsi un dito, sa che cosa significa essere lodato o biasimato, amare o odiare, avere rabbia o paura, essere eccitati o stanchi.

La percezione che l'individuo ha del proprio mondo interno, i suoi ricordi, le fantasie, i sogni, i dolori e i piaceri, appartengono a un mondo privato, il suo mondo cosciente, accessibile all'autosservazione o *introspezione*. Possiamo capire da segni esterni che un uomo sta soffrendo e possiamo arrivare a un giudizio più o meno esatto circa l'intensità del suo dolore, ma il processo conscio - la consapevolezza effettiva del dolore - appartiene a lui solo.

Un problema più difficile sorge quando si tratta di inferire la presenza dei cosiddetti *processi inconsci*. Nessuna difficoltà quando questo termine viene applicato ai processi fisiologici "non coscienti" come la circolazione del sangue, il riflesso di costrizione della pupilla, contrazioni muscolari, digestione. Le difficoltà sorgono quando, con processi inconsci, intendiamo riferirci ai pensieri, desideri e paure dei quali il soggetto non è conscio, ma che pure influenzano il suo comportamento.

Molti atti che crediamo volontari, ossia ispirati da motivi logici e da precise finalità sono, invece, la conseguenza di istinti, bisogni, impulsi inconsci, per cui il campo d'azione della volontà e intenzionalità, è molto più ristretto di quanto si è soliti riconoscere.

Le decisioni che noi prendiamo in certi momenti della nostra vita e da cui dipende gran parte del nostro avvenire non sarebbero che l'effetto di una situazione interna nascosta alla coscienza. Ogni atto psichico può essere più o meno cosciente, può salire a livelli di coscienza e scendere a livelli più bassi, con un continuo fluire e rifluire tra ombra e luce, attraverso tutta una serie di zone intermedie.

Esperienze e forti emozioni, provate nei primi anni, possono imprimere certe caratteristiche alla nostra vita psichica e determinare la nostra condotta, resistendo, a volte, a ogni tentativo di essere rievocate e divenirecoscienti.

Per indicare l'identità psichica si adopera il termine "io" o soggetto psichico. L'io è ciò per cui la persona si coglie come esistente ed è cosciente delle sue attività. Non è così immediato riconoscere quale sia la propria identità psichica; secondo C.G. Jung (JUNG, 1939) avviene mediante quel processo di *individuazione* che si attuerebbe attraverso diversi stadi che conducono alla formazione del sé e/o allo sviluppo della personalità individuale. Si giunge cioè, alla consapevolezza di un'originalità vitale collegata con il patrimonio d'idee e di sentimenti

comune a tutto il genere umano, quello che lo stesso Jung definisce come *inconscio collettivo* (JUNG, 1936).

L'acquisizione di tale senso di identità avviene lentamente negli anni passando prima attraverso l'identità corporea.

4. L'identità spirituale: l'uomo è un essere spirituale

L'uomo è un essere spirituale. S. Giovanni scrive (I Gv. 4,13) *"Dio ci ha fatto dono del suo Spirito"*.

Lo spirito non va confuso con l'anima: l'anima è la psiche, è la capacità di ragionamento, l'intelligenza discorsiva, l'immaginazione, la memoria, l'apprendimento, è diverso lo spirito da ciò che è l'affettività, da ciò che sono le emozioni. Tutto questo rientra nel dominio della psiche. Lo spirito è lo strumento, l'organo... ma è di per sé difficile dare qualsiasi definizione di ordine umano... si può dire che consente di entrare in comunicazione con il trascendente, S. Paolo dice (I Co. 2, 12 - 13):

"...noi abbiamo ricevuto lo Spirito di Dio per conoscere tutto ciò che Dio ci ha donato". È "il luogo" privilegiato della relazione con Dio: perché Dio ha nello spirito dell'uomo un luogo in cui si compiace di abitare, è proprio questo il luogo in cui l'uomo può adorare il Padre in spirito e verità. Dice S. Paolo: *"Non sapete che siete tempio di Dio e che lo Spirito di Dio abita in voi? Perché santo è il tempio di Dio, che siete voi"* (1 Co. 3,16-17). Questa visione dell'uomo come portatore del tempio di Dio proclama la DIGNITÀ' DELL'UOMO IN QUANTO TEMPIO DI DIO. Quindi il bambino mongoloide, il vecchio, il malato mentale, la persona handicappata, il feto, hanno tutti il diritto al rispetto e alla vita, perché sono tempio di Dio. Se perdiamo questo senso divino in noi, perdiamo il senso del nostro essere uomini.

5. Conclusioni

Questa breve esposizione, certamente non esaustiva, intende sottolineare che nell'uomo c'è una parte psicologica che non è quella spirituale, e una parte fisica che non è l'una e né l'altra delle prime due, che tutte e tre sono copresenti in ogni momento e in ogni momento interagiscono tra di loro perché sono l'essenza dell'uomo.

Infatti, se una delle parti è per così dire "malata" *tutto l'uomo ne è implicato*.

Ad esempio quando una persona si frattura un braccio o ha mal di

stomaco, pur essendo la parte fisica la fonte del malessere, anche il suo atteggiamento psichico e spirituale ne viene modificato: l'uomo dà una *risposta globale* in tutte le situazioni.

Il mondo moderno presenta spesso questa spinta alla divisione; ad es. la medicina generale è sempre più avviata verso le specializzazioni, e l'uomo appare ridotto ad uno dei suoi organi, invece di considerarlo un "tutto uno".

Nell'altro versante, alcune tecniche psicologiche o psicoanalitiche rischiano di negare la dimensione spirituale perché assolutizzano l'inconscio o riconducono tutto a fenomeni psichici: non che l'inconscio non ci sia, ma sembra esagerato porlo al centro dell'uomo. Nella vita quotidiana si trovano molti esempi: un medico può curare una emicrania, una gastrite o un attacco d'asma, prescrivendo solo farmaci e ignorando il conflitto che potrebbe - a volte - provocare questa sintomatologia. Uno psicologo può negare, invece, la dimensione spirituale e dire ad una suora, ad esempio, che la sua vocazione è una fuga. Un prete a sua volta può ignorare completamente la dimensione psicologica e consigliare a qualcuno di fare l'adorazione tutti i giorni per essere guarito da tutti i suoi problemi. Non prendere in considerazione *l'uomo nella sua totalità*, per quanto ci è concesso di comprendere, è una limitazione e un grande sbaglio.

Infine, dopo aver tentato, brevemente, di avere un'idea su chi è l'uomo e comprendere la sua essenza, la *persona umana*, pur essendo oggetto di conoscenza, noi non la possiamo mai identificare né nel corpo, né nell'anima, né nello spirito, perché la persona umana è *tutto insieme*.

Ogni scienza è uno strumento efficace per capire chi siamo veramente, ma rimarrà sempre incompleta se non ci sarà il tentativo da parte di ogni branca del sapere di integrarsi con le altre al fine di avere una conoscenza più globale dell'uomo e pur sempre *impossibile da definire*, per la sua essenza spirituale, per quell'essere qualcosa di superiore che lo trascende che non gli permette di essere afferrato pienamente.

Bibliografia

DALLA VOLTA A., *Dizionario di Psicologia*, 3° ed., Giunti Barbera, Firenze 1974

ELLEMBERGER H.F., *La scoperta dell'inconscio*, Boringhieri, Torino 1972

ISTITUTO ENCICLOPEDICO ITALIANO, G. TRECCANI,
Vocabolario della Lingua Italiana, vol. III** pag. 1183 e vol. IV pag.
516, Milano 1991

JUNG C.G., *Psicologia dell'inconscio* (1917), in *Opere* vol.8,
Boringhieri, Torino 1987

JUNG C.G., *L'Io e l'inconscio* (1928), in *Opere* vol.7, idem

JUNG C.G., *Il concetto di inconscio collettivo* (1936), in *Opere* vol. 9,
idem

JUNG C.G., *Coscienza, inconscio e individuazione*, (1939) in *Opere* vol.
9. Idem

LUCAS LUCAS RAMON, *L'uomo spirito incarnato*, Ed. Paoline,
Cinisello Balsamo (MI)1993