

COME AMARE MEGLIO DIO E IL PROSSIMO

“Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù” (Fil 2,5) Affettività come sensibilità

Il concetto di vita consacrata e di formazione che ritroviamo in *Vita consecrata* apre davvero prospettive nuove e sorprendenti all'interpretazione della stessa formazione e del cammino formativo¹. Prospettive suggestive e feconde, come tutto ciò che s'ispira alla Parola. E forse proprio questo è il primo dato da registrare: il documento post-sinodale, il più autorevole per noi in questo momento, racconta la vita consacrata (VC) con un passaggio della Scrittura, com'è giusto che sia, e più in particolare con la raccomandazione di Paolo ai cristiani di Filippi: “Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù” (Fil 2,5). E non è detto che abbiamo colto tutto il senso e la novità di questa proposta.

Dividerò la mia conversazione in due parti. Nella prima vedrò di approfondire il rapporto tra affettività e sensibilità, a partire proprio dal versetto di Fil 2,5, per fare poi emergere la centralità dell'affettività nella formazione, ovvero, come questa sia essenzialmente formazione proprio dell'affettività, e dunque formazione che dura tutta la vita. Nella seconda prenderò più in considerazione il compito della formazione iniziale nella prospettiva di quella continua.

Parte prima

QUESTIONE DI CUORE

Sembra un titolo sentimentale, e anche un po' sdolcinato. E invece la questione è molto seria, poiché ci dice fino a che punto o livello della nostra umanità deve giungere l'intervento formativo, *fino a toccare il nostro cuore*, i nostri sentimenti e attrazioni, sensazioni ed emozioni. Se la formazione non è affettiva si costruisce sulla sabbia, cioè è una formazione superficiale; e se non arriva a questa profondità la formazione si ferma agli anni del noviziato o della teologia, al termine dei quali la persona potrà aver imparato tante cose, ma non è cambiata dentro (che è il grande dramma di tanta formazione oggi). Se invece si forma o si cerca di formare il cuore, allora dura tutta la vita. E ormai lo sappiamo bene tutti, se la nostra vita non è FC è frustrazione continua.

A questa idea della FC si può arrivare partendo dall'alto e dal basso.

¹ Cf *Vita consecrata*, 65-71.

1- Sensibilità/affettività umana e formazione continua (processo dal basso)

Quello indicato da *Vita consecrata* è senz'altro un modo diverso di proporre il senso della consacrazione rispetto alle categorie e modelli del passato (VC come sequela, radicalità, vita di perfezione...). Come sappiamo quel *phronesis* (o *phronein*, tradotto con "sentimenti") dell'originale greco ha un senso ampio, significa modo di percepire la realtà e di ragionare, criterio di giudizio, dunque qualcosa di più dei "sentimenti", che comunque non sono esclusi. Forse, allora, il termine migliore, che meglio dà l'idea di quel che Paolo qui vuole dire è "*sensibilità*", poiché la sensibilità mette insieme cuore e ragione, attrazione istintiva e giudizio riflessivo, grazia e natura, insomma affettività in senso pieno. Ora, se Paolo ci chiede di avere la stessa sensibilità di Cristo, come ciò che dà senso alla VC, e ne costituisce l'obiettivo, è importante chiarire il senso di questa espressione.

1.1- Grande risorsa

La sensibilità è *quell'orientamento emotivo, ma pure mentale e decisionale, impresso al nostro mondo interiore dalle esperienze passate e dalle scelte che continuiamo a fare, in diversi ambiti della vita, orientamento che va e ci attrae in una precisa direzione*. La sensibilità è una grande risorsa dell'essere umano. È in forza d'essa che alcune realtà, persone, ideali, situazioni esistenziali... ci attraggono e le amiamo, o -al contrario- ci risultano insopportabili o indifferenti, e le detestiamo o addirittura le odiamo. O è sempre a causa della sensibilità che giudichiamo alcune cose o atteggiamenti come buoni o leciti, e altri come cattivi o illeciti. La sensibilità determina attrazione, gusti e desideri, influisce su giudizi e criteri di valutazione della realtà, fa nascere affetti e passioni... Per questo *tutti siamo sensibili*, sensibili a qualcosa o qualcuno, e insensibili a qualcos'altro o a qualcun altro, ma non esiste nessuno insensibile. Per questo la sensibilità esprime quel che ognuno di noi è, come essere assolutamente unico: è la nostra interiorità e intimità.

1.2- Sensibilità e affettività

Più in particolare, siamo tutti sensibili perché esser sensibili è come dire che amiamo, amiamo qualcuno o qualcosa: amiamo la nostra vocazione, prediligiamo un certo modo di vivere, siamo attratti da un particolare stile di vita, ci piace e amiamo non solo Dio, ma amiamo stare con lui, leggere e meditare la sua parola, amiamo gli altri, e dunque siamo sensibili all'altro che soffre, al bisognoso, al migrante..., così sensibili che siamo capaci di soffrire con chi soffre. Sensibilità e affettività son come sinonimi, potremmo dire.

In tal modo si amplia il concetto di affettività, il suo raggio d'estensione, che non raggiunge solo l'ambito relazionale con il vivente (uomo o Dio), ma anche il rapporto con le cose, coi progetti e gl'ideali, con le scelte e gli stili di vita, e dunque anche ogni situazione e ambito esistenziali. È un arricchimento del

concetto di affettività. E al tempo stesso l'affettività ritrova nelle componenti e fasi della sensibilità il cammino lungo il quale s'è formata, come vedremo meglio poi.

La sensibilità, dal suo canto, recupera dignità dal fatto di esser energia in funzione dell'amore e della capacità affettiva della persona, e non solo pura e incontrollata istintività, come spesso erroneamente si pensa. Con la conseguenza che la sensibilità non è mai oggetto di formazione nei nostri itinerari pedagogici.

1.3- Lo Spirito Santo, sensibilità di Dio

È interessante notare che, se questo è il significato della sensibilità, possiamo dire che lo Spirito santo, che è Amore, esprime la sensibilità di Dio. Se possiamo riconoscere in Dio sensi, emozioni, sentimenti, desideri, gusti, affetti, passione... mi sembra che lo Spirito santo esprima tutto questo. In modo intenso e pacato, creativo e fantastico, originale e comunicativo-relazionale.

1.4- Vari tipi di sensibilità-affettività

La sensibilità è ricca poiché esistono *vari tipi* di sensibilità: relazionale, intellettuale, morale, estetica, credente, vocazionale, orante, spirituale, intellettuale²... In ognuna d'esse c'è sempre un'attrazione, una tendenza del cuore, un affetto che va in una certa direzione. E tutto questo sempre come frutto di un cammino che è iniziato subito nella vita, che continua ogni giorno e che durerà fino all'ultimo giorno. Anche se di solito noi abbiamo la sensazione della sensibilità come d'un dato-di-fatto, su cui non si può intervenire e che va accettato così com'è. Pensiamo all'importanza, ad es., della sensibilità *penitenziale*, che mi fa sentire il dolore del mio peccato, tale dolore nasce dall'esperienza dell'amore, o dalla consapevolezza d'aver offeso chi mi ha amato. O pensiamo alla sensibilità *morale*, che mi fa discernere il bene dal male e mi fa "sentire" che una cosa è buona o cattiva: un sentire che significa affetto. Anche queste sensibilità (che spesso chiamiamo con un termine unico: coscienza) si formano alla luce e in forza delle scelte che faccio (molto più che sui testi di teologia morale); sono esse che determinano sempre più anche il mio giudizio morale e mi faranno "sentire" lecito e buono ciò che compio³.

² Ma potremmo aggiungere: penitenziale, liturgica, pasquale, biblica (alla parola di Dio), vocazionale, legalistica (o del senso del dovere)... Nella prolusione alla 68^a Assemblea generale della CEI papa Francesco ha parlato di sensibilità *ecclesiale*, che è "da ricostruire" (G. Brunelli, *Gli stessi sentimenti di Cristo*, in "Il Regno – Attualità", 5(2015)289). Ovviamente, ogni persona ha sviluppato e sviluppa o meno ciascuno di questi settori.

³ Per cui prima di dire: "Io ho questa sensibilità (morale), e dunque sono libero di agire secondo questa mia coscienza", uno dovrebbe chiedersi: "come mai la mia coscienza ora giudica così?", oppure: "sono sicuro che la mia coscienza si è formata e si sta formando nella direzione giusta?". Esiste *libertà* di coscienza, ma ancor prima esiste il *dovere* di vigilare sulla sua formazione (così come non si dovrebbe fare solo l'esame di coscienza, ma l'esame *alla* coscienza).

1.5- Ognuno è responsabile della propria sensibilità

È interessante, come stavamo ora dicendo, pensare che la sensibilità o l'affettività intesa come sensibilità non può esser qualcosa che ci è capitato addosso, come un dato innato, ricevuto in dote dalla natura. No, *ognuno è responsabile della propria sensibilità, se l'è costruita e continua a costruirselo con le proprie scelte d'ogni giorno*, piccole o grandi, visibili o nascoste, poiché ogni decisione significa orientare dell'energia in una direzione o in un'altra. Di conseguenza *ognuno ha la sensibilità che si merita e che si è costruito*, o che è stato aiutato a formarsi.

Come possiamo ben vedere la sensibilità rappresenta qualcosa di molto importante nel nostro equilibrio intrapsichico, al punto di rappresentare forse *l'indicatore più attendibile del nostro livello di maturità e consistenza interiore*. E, al tempo stesso, è lì ove dovrebbe avvenire qualsiasi processo di formazione. Ciò che deve crescere in qualità e coerenza con la propria identità e verità è esattamente la sensibilità. A che serve cambiare i gesti, i comportamenti esteriori se non cambia la sensibilità? Come si può chiamare formazione un processo che s'accontenta di raccomandare solo la correttezza della condotta, e che finisce per trascurare quel mondo interiore fatto di sensi, sensazioni, emozioni, sentimenti, affetti..., o che si ferma solo alla rinuncia e non fa mai nascere il gusto di essere di Cristo, la gioia di amarlo e di amare col suo cuore, l'esperienza dell'*Evangelii gaudium*?

Facciamo un piccolo esempio e confronto con un certo modo d'intendere il cammino formativo in rapporto con la sensibilità/affettività. Un tempo se un consacrato provava dentro di sé un sentimento di rifiuto o di antipatia nei confronti d'un confratello, poteva sentirsi dire (o il padre spirituale gli diceva) che la cosa importante era la repressione del sentimento, in modo di impedirgli di condizionare il comportamento. Dunque era sufficiente avere una condotta esteriore corretta, che non facesse emergere il sentimento interiore. Anzi, una certa spiritualità insisteva: se una persona ti è antipatica e tu ti comporti con lei in modo gentile, nonostante quel che provi di negativo verso di lei, acquisti ancor più merito. Come dire: non preoccuparti di quel che provi dentro, l'importante è il comportamento esterno.

Questo, oggi diciamo, non è assolutamente un modo corretto di intendere la formazione, sarebbe come un legittimare una certa forma di fariseismo: dentro provo un certo sentimento, all'esterno trovo il modo di coprirlo, di non farlo intendere, e questo mi basta per sentirmi buono e così bravo da aver rintuzzato e dominato un sentimento negativo. Quanto stiamo dicendo circa la formazione dei sentimenti e della sensibilità ci impone, al contrario, il coraggio di metter in crisi i nostri sentimenti se sono negativi, di capire che essi in qualche modo mi appartengono, io forse ho fatto qualcosa per coltivarli, custodirli, gratificarli..., dunque ne sono responsabile, devo capire da dove vengono e cosa dicono di me, per fare in modo che siano sempre meno influenti nella mia vita. Devo convertirli, non sarebbe sufficiente reprimerli semplicemente. Sì, certo, è

possibile convertire i sentimenti perché siano sempre più in linea con un progetto di consacrazione all'amore di Dio. Anche i miei sentimenti e la mia sensibilità sono parte di questo progetto, non li posso considerare come qualcosa di meno importante. Io devo essere "tutto" consacrato a Dio, anche nelle mie emozioni e sensazioni. O avere in me la stessa sensibilità del Figlio obbediente, del Servo sofferente, dell'Agnello innocente. E dunque, per tornare all'esempio, devo amare davvero i miei fratelli, amarli con tutto il cuore, amarli sinceramente, coglierne la profonda amabilità interiore, e non accontentarmi di esibire semplicemente un comportamento corretto, solo apparentemente amante.

1.6- Per tutta la vita

Proprio da qui nasce il concetto di formazione continua (FC). Una volta chiarito il concetto di sensibilità ci si trova inevitabilmente dentro la logica della FC. Che è l'altra idea davvero nuova di questi tempi circa la formazione, e che appare subito non tanto come una questione di interventi straordinari dall'esterno (corsi speciali periodici o *una tantum* su argomenti d'interesse, spirituali o pastorali) giusto per tener su il tono, ma come *il modo d'esser di chi ha capito che è lui il responsabile della propria crescita, e che la crescita si concentra e si decide soprattutto sulla propria sensibilità, perché sia coerente con la propria identità vocazionale.*

Ma in ogni caso è un cammino che durerà tutta la vita.

2- Sensibilità/affettività cristiana e formazione continua (processo dall'alto)

Ma la VC tende esplicitamente a una precisa sensibilità, quella di Cristo, il Figlio obbediente, il Servo sofferente, l'Agnello innocente. E l'impresa si fa ardua, se non impossibile all'uomo. Infatti la formazione è opera divina. Anche perché se la formazione è aver in noi i sentimenti e la sensibilità del Figlio, chi meglio del Padre conosce il Figlio e il suo cuore, e ogni vibrazione d'esso? Lui solo può dunque formare in noi il cuore del Figlio suo Gesù per l'azione dello Spirito Santo. Anzi, egli *desidera* immensamente incontrare in ciascuno di noi il volto del Figlio e i suoi lineamenti, lo desidera in un modo e con un'intensità che noi non possiamo nemmeno immaginare quanto grandi, così grandi che tale desiderio il Padre Dio lo pone regolarmente in atto, anche perché in Dio il desiderare si salda immediatamente con la realizzazione del desiderio stesso.

È dunque un atto d'amore l'attenzione con cui il Padre ci forma, ma è ancora l'amore il punto d'arrivo, l'obiettivo di questa formazione, perché mira a formare in noi il cuore del Figlio, l'Amato che dona per amore la propria vita.

Ovvio che tutto ciò renda evidente ancora una volta come la formazione, correttamente intesa, debba estendersi a tutta la vita e a ogni giorno d'essa. Lo

richiede l'obiettivo finale, ma anche il fatto che la formazione sia azione del Padre.

2.1- "Tutto è grazia" perché tutto è formazione

Dunque la FC non è un impegno in più (e neanche tanto gradito), o qualcosa che ci complica la vita ma toccandola solo dall'esterno, ma è anzitutto *grazia, grazia che viene dall'alto ogni giorno, dono sicuro quotidiano, infallibile e provvidenziale*.

Non è eventualità, qualcosa che dipende dalle nostre incerte iniziative e legato alla loro dubbia qualità, ma azione *divina* che riempie di sé ogni giorno e ogni istante di vita, della quale possiamo esser assolutamente certi proprio perché viene da Dio ed è un suo desiderio. Grazia, ad es, già donata nella chiamata alla vita, alla fede, alla consacrazione..., grazia sempre attuale nella chiamata quotidiana ("mattutina") a esser *ogni giorno* in modo nuovo e inedito conformi al Figlio, grazia che ci chiama, ci educa e ci forma, e ci è abbondantemente data nella Parola-del-giorno, nell'Eucaristia-del-giorno, nella preghiera che ritma ogni giornata, nel dono della Riconciliazione, nella fatica e nella gioia del vivere insieme, santi e peccatori, nel privilegio del servizio (ministeriale o d'altro genere), nella Liturgia, con la nostra gente e i nostri poveri che ci evangelizzano, nei misteri dell'anno liturgico da rivivere in noi come tappe della conformazione al Figlio..., così come in tutti gli eventi quotidiani, belli e meno belli, nei successi e negl'insuccessi, quando tutti dicono bene di noi e quando siamo morsi dal tradimento e dalla calunnia... Tutto è formazione che viene dalla cura che il Padre ha di noi e che mira a formare tutto in noi secondo il progetto del Padre.

"Tutto è grazia" (Bernanos) perché *tutto è formazione*, anche se in modi solo in parte a noi noti e da noi previsti, ovvero nella libertà dello Spirito. Perché tutto nelle grandi mani del Padre può divenire mediazione, ancorché misteriosa, del suo progetto e del suo desiderio. E per tutta la vita.

2.2- La sfida della formazione continua (dall'intensità all'estensione)

Ma come tutti i doni di Dio anche la FC esige un preciso e corrispondente atteggiamento umano, non avviene automaticamente, anche se da parte di Dio il dono è sicuro. Diversamente detto: c'è e ci può esser FC solo laddove il soggetto ha imparato, nel tempo della formazione iniziale, a scrutare il proprio mondo interiore, a monitorare il cuore e conoscere le sue mura e sotterranei, c'è FC solo se il consacrato è stato intelligentemente provocato a intervenire su di esso, grazie a formatori che di nuovo non si sono accontentati del *politically correct* (o *liturgically*, o *theologically correct*), ma formatori che li hanno accompagnati in quel faticoso *descensus ad inferos* che consente e consentirà sempre più, anche dopo, di scoprire i propri dèmoni, d'interrogarsi sulle motivazioni che spingono ad agire, d'indagare sui sentimenti, sugli affetti in genere (verso stili e abitudini di vita) che segretamente ci spingono e attraggono ad agire in un certo modo, ma anche sulla vita affettiva vera e propria, sul modo di amare gli altri e di lasciarci amare, di vivere la nostra verginità, rimotivandola lungo le stagioni della vita, di

vivere anche la nostra sessualità, secondo le provocazioni, esigenze, tentazioni, risorse di ogni età della vita.

Il principio, sul piano psicologico, è molto chiaro: *l'estensione della formazione a tutta la vita è possibile solo come conseguenza dell'intensità del primo intervento formativo, o dell'estensione d'esso a tutta la persona, a ogni aspetto a essa (non solo alla parte spirituale, mistica, trascendente, ma pure alla sua umanità)*. La FC non è un concetto essenzialmente temporale, che riguarda la continuità nel tempo, ma prima di tutto vuol dire attenzione alla *totalità* della persona, e dunque a una formazione *integrale*, che giunga a toccare le profondità della sua umanità, le radici dell'io, laddove nasce la sensibilità, laddove ognuno impara a dirigere il proprio affetto in una direzione o in un'altra, auto o eteroreferenziale⁴.

Quando la formazione è intesa e proposta così, si pongono le basi perché sia permanente; o quando il giovane novizio o professo la vive così fin dall'inizio è probabile che... non vi rinunci più. In negativo, ecco perché molti non entrano nella logica della FC, o è sempre per questo motivo che in ognuno di noi c'è una parte che si lascia scrutare e formare per sempre, e un'altra che invece sembra chiusa a ogni intervento, perché non c'è stato all'inizio del cammino formativo una corretta provocazione formativa nella direzione della intensità e totalità del nostro essere intrapsichico.

2.3- Itinerario formativo della sensibilità

Ovviamente qui non possiamo dilungarci sulla cosa, ma almeno indicare l'itinerario ordinato di questo *descensus ad inferos*, che poi -a dispetto dell'espressione latina- significa cogliere gli elementi costitutivi della sensibilità e raggiungere le radici dell'io. Chi vuole imparare ad avere la sensibilità di Cristo deve, in altre parole, dare attenzione anzitutto ai

- *sensi*, esterni e poi interni. I sensi sono la sponda del cuore, servono per la relazione, ma... non vanno a casaccio né sono pura e semplice funzionalità. Al contrario essi possiedono una naturale predisposizione verso la verità, la bellezza e la bontà. I nostri cinque sensi sono come tarati su quanto è vero, bello e buono. Ma vanno comunque educati; non possono esser abbandonati a se stessi, lasciando che si nutrano di tutto e di più, senz'alcuna vigilanza, così come nessuno può pretendere di veder tutto, sentir tutto, toccar tutto, sperimentare tutto⁵.... In tal modo si rischia d'avere dei sensi obesi e malnutriti, e che diverranno sempre più indifferenti, ovvero rischiamo di *perdere i sensi*, o che essi perdano la loro

⁴ Se la VC tende alla progressiva assimilazione dei sentimenti di Cristo "il metodo che ad essa prepara dovrà assumere ed esprimere la *caratteristica della totalità*. Dovrà essere formazione di tutta la persona, in ogni aspetto della sua individualità, nei comportamenti come nelle intenzioni" (*Vita consecrata*, 65).

⁵ Se, a esempio, gli occhi si nutrono d'un certo tipo di nutrimento, è realistico attendersi un corrispondente tipo di immaginazione e fantasia; di fatto, se i tuoi occhi si concedono qualsiasi tipo di gratificazione visiva (magari nell'ambito sessuale, la sera prima d'andare a letto) non puoi pretendere di svegliarti il mattino con l'ansia di vedere il volto di Dio e col desiderio struggente della sua Parola!

attrazione originaria verso ciò che è vero, bello e buono, e –su un piano credente- che essi non servano più per fare un’esperienza piena e pienamente umana di Dio⁶. Si tratta quindi d’imparare, secondo passo, a cogliere e registrare le

- *sensazioni ed emozioni*, che sono la risposta immediata, anche se a volte fugace, a livello fisico (le sensazioni) e a livello psichico (le emozioni), che noi diamo alle provocazioni della realtà. Risposta “immediata”, cioè che non passa attraverso la mediazione riflessiva e la scelta della persona, come il diventare rossi in certe situazioni o di fronte a certe persone (=sensazione), o il provare rabbia (=emozione). Danno dunque indicazioni molto importanti per conoscersi e capire ciò che abita nel nostro cuore (anche se noi tentiamo di nasconderle o trattenerle). Sensazioni ed emozioni, dunque, ci svelano a noi stessi per quel che siamo in realtà e al di là delle nostre illusioni, specie se le confrontiamo con le sensazioni ed emozioni di Gesù. Di qui occorre partire per poi passare ai
- *sentimenti*, che esprimono il modo abituale e sempre più stabile, frutto di decisioni e azioni, di organizzare le emozioni e reagire in concreto agli eventi. Tutti proviamo emozioni, anche forti, ma non sempre tali emozioni si strutturano in sistema, in “sistema emotivo” corrispondente, ovvero in sentimenti che confermano quelle emozioni. Vedi, ad es., quanto accade all’uomo del culto e al buon samaritano nella parabola di Luca (Lc 10,25-37). Entrambi vedono il malcapitato a terra sanguinante, molto probabilmente provano una medesima emozione di dispiacere e sconcerto, ma il sentimento che ne deriva è diverso nei due. Il primo mostra un sentimento che smentisce l’emozione provata indebolendola, e che lo orienta verso la classica sensibilità legalistica, del tipo che deve arrivare in tempo per celebrare il culto al Tempio e non può attendersi nel soccorso a un ferito (rischiando l’impurità), e che concretamente reputa il proprio programma e i propri interessi superiori al bisogno e alla dignità dell’altro. Il secondo, invece, si coinvolge in una relazione che nasce dall’emozione di pena per quel malcapitato e la porta all’estreme conseguenze (rinforzandola), e sviluppa o continua a sviluppare in sé un sentimento e una diversa sensibilità relazionale e morale. A cosa è legata tale differenza? All’esperienza precedente di vita di ognuno dei due, esperienza in cui un ruolo iniziale han giuocato le primitive relazioni nel contesto familiare, ma poi sempre più determinanti sono state le *scelte di vita* della persona. Queste scelte hanno *formato* nel primo un sentimento relazionale piuttosto basso e debole (o una spinta autoreferenziale più forte di quella

⁶ Basti pensare, in tal senso, a quanto dice Giovanni nella sua prima lettera: “ciò che noi abbiamo *udito*, ciò che noi abbiamo *veduto* con i nostri occhi, ciò che noi abbiamo *contemplato* e ciò che le nostre mani hanno *toccato*...” (1Gv 1,1). Ma pensiamo anche a Tommaso che vuol mettere il dito, toccare, vedere... le ferite di Gesù (cf Gv 20,24-29).

etero referenziale), al contrario del secondo che si sente in dovere d'intervenire, a costo di modificare i suoi progetti, perché il tu conta più dell'io per lui. Ovvio che anche la presente scelta influirà nel cammino formativo della sensibilità di entrambi (proprio per questo abbiamo detto che ogni scelta è sempre importante nella formazione della sensibilità). Il passo successivo sono gli

- *affetti, desideri, gusti...*: quando i sentimenti si traducono regolarmente in azione, e quanto più si traducono in azione corrispondente, tanto più il cuore è coinvolto, e prova una certa varietà di sentimenti: affetti, passioni, attrazioni, simpatie (o antipatie), sintonie (o distonie) di vario genere, gusti e piaceri, aspirazioni e tentazioni, predisposizioni positive o negative, tendenza a valutare qualcosa (o qualcuno) come vero, bello e buono, o a "sentire" e decidere la convenienza etico-morale dei propri comportamenti. Nulla succede a caso nel nostro mondo interiore, non solo ogni affetto, ma ogni gusto (ogni "mi piace", ogni "mi pare giusto" o "mi sento di fare così" ...) non nasce nel momento e all'improvviso, ma ha la sua storia o preistoria, ed è destinato a dare sempre più forma e contenuto alla nostra affettività, in una prospettiva o di attenzione prevalente a noi stessi, dunque egoistica, o in una prospettiva davvero relazionale di apertura all'altro, altruista e generosa⁷. Insomma, non esiste nessun egoista o altruista per natura, o per carattere, ma ognuno sviluppa lentamente nella vita, attraverso soprattutto le scelte di ogni giorno, una affettività corrispondente, o una
- *sensibilità*, quale espressione compiuta di tutto questo percorso, espressione che assume progressivamente una sua fisionomia *precisa e stabile*⁸. Il problema è che spesso tale sensibilità/affettività si forma e assume una struttura quasi a nostra insaputa. Di tale percorso percepiamo e avvertiamo il punto d'arrivo, molto meno le tappe intermedie. Anzi, la cosa singolare è che normalmente tutto ciò (affetti, sentimenti, desideri, criteri etici, modo di vedere e giudicare...) lo sentiamo come assolutamente nostro e come qualcosa che ci esprime, di cui siamo gelosi e per cui esigiamo rispetto, eppure si è formato in noi senza che molte volte lo sapessimo educare, senza vigilare e continuare a vigilare su quel processo genetico-dinamico che lo ha plasmato e che seguita a plasmarlo.

⁷ Una tendenza masturbatoria può esser conseguenza d'uno stile di vita autoreferenziale e di persona ripiegata su di sé, più che esser problema tipicamente o esclusivamente sessuale; per questo è spesso non facile interrompere questa tendenza, non tanto perché c'è un piacere genitale, ma perché quel gesto esprime uno stile esistenziale non aperto all'altro e concentrato sui propri interessi, come un "affetto" che sottrae energia preziosa e tende a restare nel tempo.

⁸ Per questo non ha tanto senso parlare di sensibilità innata come un dono di natura. Anche la s.Teresa di Calcutta ha lentamente formato in sé una sensibilità che l'ha resa progressivamente attenta ai poveri, al punto che la semplice loro vista provocava in lei un tipo di sensazioni, emozioni, sentimenti, affetti che la portavano a intervenire fattivamente.

Comprendiamo che dobbiamo cambiare i nostri comportamenti, c'impegniamo a controllare, per quanto possibile, i nostri pensieri, ma di solito siamo meno liberi di metter in discussione quel complesso mondo interiore che è la nostra sensibilità con le sue componenti, o meno convinti che tale mondo lo possiamo cambiare. E molte volte è così anche tanta nostra formazione: colma di attenzione per il versante esteriore, quello della condotta, e incapace di lavorare sul mondo interiore della persona, sul suo sentire profondo. È anche per questo che di fatto la nostra sensibilità, così incontrollata, ha una certa autorità su di noi: essa ci comanda, ci condiziona, ci fa "sentire" in un modo o in un altro. Non è strano che sia così. Il problema è semmai... lo stato di salute o la qualità della sensibilità, e dunque -di nuovo- l'attenzione alla sua formazione. Se è una buona sensibilità, evangelicamente educata, diventa una preziosa alleata nel cammino di consacrazione. Ma se non è mai o quasi mai stata oggetto di formazione diventa pericoloso abbandonarsi a essa o esserne dipendenti. Soprattutto in tempi come i nostri di *dittatura dei sentimenti o delle emozioni*, in cui chi resiste a questa logica è visto come un coatto o un represso, un infelice e un inibito⁹. Tale logica senz'altro è presente anche nei nostri giovani, figli di questa cultura. E dunque, se vogliamo formare ai sentimenti di Cristo, diviene doppiamente importante questa attenzione alla sensibilità umana, a come si è formata, a come viene gestita.

In conclusione, allora, possiamo dire che la sensibilità è la nostra identità, per lo meno riflette in modo particolarmente chiaro il nostro *io attuale*, quel che noi siamo, volenti o nolenti, amori noti e adulteri nascosti (non solo con persone), tendenze esplicite e velate, desideri evangelici e pagani, coerenze e incoerenze, aspetti luminosi e oscuri, gusti e sapori assimilati¹⁰... Un cammino formativo, se vuol esser tale, deve assolutamente condurre la persona lungo l'itinerario che abbiamo ora tracciato, perché lo assuma, vi dia attenzione, se ne senta responsabile, lo evangelizzi! Altrimenti quel cammino, lungi dall'esser formativo, diventa allegro estetismo o improbabile moralismo.

2.4- Sensibilità come io ideale

Se noi siamo chiamati ad avere la sensibilità di Cristo, in termini psicologici possiamo dire che la sensibilità di Gesù è il nostro *io ideale*. Non solo come ideale astratto, o come valore trascendente creduto con la mente o manifestato con l'appartenenza ufficiale o osservato con la condotta esterna, neanche solo come

⁹ Ricordo il forte irrigidimento d'un sacerdote che, pur venuto per una consultazione, difendeva la sua relazione pseudo coniugale con una donna, in base a quel che "sentiva" dentro di sé come lecito, opponendosi risolutamente alle mie argomentazioni. Sorprendente, in tali casi, è qualsiasi riferimento a una norma oggettiva, e l'assunzione acritica del proprio punto di vista quale criterio morale, senza minimamente rendersi conto del condizionamento emotivo esercitato dalla propria sensibilità sul giudizio etico. Il problema non è etico-morale, ma della formazione della propria sensibilità in una certa direzione.

¹⁰ Sulla formazione della sensibilità mi permetto indicare il mio *Abbiamo perso i sensi? Alla ricerca della sensibilità credente*, San Paolo 2014, specie pp.277-357.

virtù, come sforzo della volontà, ma come persona, perché solo un essere umano è sensibile e mostra sensibilità. Una persona che è Gesù, il Vivente, la cui sensibilità è evidente nei vangeli, coi suoi sensi, sensazioni, emozioni, sentimenti, affetti..., che io sono chiamato a rivivere, e che rivelano la sensibilità addirittura di Dio, svelando un Dio sensibile all'uomo, sensibile a me. Ebbene, *la VC vuole testimoniare proprio questo Dio e la sua sensibilità*, ogni carisma –infatti– sottolinea un aspetto della sensibilità di Dio, del suo modo d'amare, e quale altra via è migliore di questa, dell'aver in sé la medesima sensibilità del Figlio, del Servo, dell'Agnello?

Una *via* che per natura sua abbraccia tutta la *vita*, per realizzarsi nella *verità*. Anche in tal senso Gesù è via, verità e vita. Una *verità* da scoprire e vivere lungo la *via* della *vita*. Per esser sensibili come lui al Padre e alle cose del Padre, alla sua presenza nascosta e alla sua parola di salvezza, ma pure alla salvezza degli uomini e al mistero della singola persona, specie del piccolo, del povero, della vedova...

Gli esempi di questa sensibilità/affettività li possiamo trovare chissà in quanti consacrati e consacrate, perfettamente identificati con la sensibilità del Figlio. Pensiamo a s.Francesco che abbraccia e bacia il lebbroso, superando la naturale ritrosia con una attrazione che è dono certo dall'alto e assieme frutto d'un cammino di formazione della propria sensibilità¹¹. Francesco non abbraccia quel lebbroso facendosi violenza, magari chiudendo gli occhi per il ribrezzo, o solo perché glielo comanda il vangelo (tanto meno per lasciare un ricordo delle proprie virtù ai posteri), ma perché il suo cuore ha imparato a trovare piacevole esprimere affetto a chi è tentato di non sentirsi amabile¹². Ebbene, quell'attrazione è il senso della VC, poiché sta a dire un cuore del tutto umano che ama Dio, e contemporaneamente un cuore che sta imparando ad amare in modo divino un essere umano. Quella stessa attrazione, non dunque sforzo o violenza a se stessi o rinuncia per la rinuncia¹³, è pure *l'obiettivo della*

¹¹ “Il Signore dette a me, frate Francesco, d'incominciare a fare penitenza così: quand'ero nei peccati, mi sembrava cosa troppo amara vedere i lebbrosi; e il Signore stesso mi condusse tra loro e usai con essi misericordia. E allontanandomi da essi *ciò che mi sembrava amaro mi fu cambiato in dolcezza d'animo e di corpo*”, (Francesco d'Assisi, *Testamento di San Francesco*, in *Fonti Francescane*, editio minor, Assisi 1986, p.66).

¹² Come dice per altro Tommaso: “Alla perfezione del bene morale appartiene che l'uomo sia mosso al bene non solo secondo la volontà, ma anche secondo l'appetito sensitivo” (*Summa Theologiae*, Ia IIae, q.24, III). Si può parlare di virtù, o di atto virtuoso e di uomo virtuoso, sempre secondo l'Aquinate, solo quando c'è attrazione per il bene e la persona gode di farlo. Infatti “non può dirsi giusto chi non gode delle sue azioni giuste” (*ibidem*, Ia IIae, q.59, V), mentre “gli uomini che non provano piacere nella virtù non possono perseverarvi” (Idem, *In decem libros Ethicorum Aristotelis ad Nicomachum Expositio*, X, lect.6).

¹³ Un esempio di gesto ascetico non accompagnato da una conversione della sensibilità è l'episodio raccontato da F.Dostoevskij ne *I fratelli Karamazov*, a proposito di Giovanni il misericordioso, in fama di santità: “siccome gli si presentò un uomo affamato e pieno di freddo che lo pregò di farlo riscaldare, si mise nel letto insieme con lui, lo abbracciò, e cominciò a soffiargli il fiato caldo nella bocca, che era marcia e puzzolente per via di un male orribile. Io sono convinto – afferma Ivàn- che lo fece con gran pena, col tormento di dover mentire, perché il dovere gli ordinava di amare e perché si era imposto una penitenza. Per amare un uomo bisogna che quello si nasconda, ma appena tira fuori il viso l'amore svanisce” (F.Dostoevskij,

formazione. Un obiettivo mistico, non solo ascetico. Pur con tutta l'ascetica che comporta (illuminata di luce nuova).

2.5- La formazione continua, idea-madre della formazione

Da queste considerazioni possiamo trarre l'idea che la FC è l'idea-madre della formazione. La quale nasce subito come dinamismo che abbraccia tutta la vita. È banale pensare alla FP come a qualcosa che viene *dopo*, dopo quella che qualcuno considera la formazione vera e propria, quella istituzionale, come se il cammino formativo lungo la vita fosse qualcosa di meno vero ed efficace, o di meno istituzionale. Come se la FC non fosse da considerare istituzionale.

Al contrario, la FP è ciò che viene *prima*, ovvero è la premessa e il fondamento di tutto l'itinerario formativo, come il grembo generatore che lo custodisce e gli dà identità, l'orienta e l'anima.

La formazione, e tanto più se concepita come itinerario verso la sensibilità di Cristo Gesù, è subito e per natura sua permanente; una volta chiarito questo, sarà poi possibile precisarne le varie fasi, senza fermarsi alla formazione iniziale né lasciare nel vago o nell'approssimativo le fasi successive.

Amedeo cencini

Sommario

COME AMARE MEGLIO DIO E IL PROSSIMO.....	1
“Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù” (Fil 2,5)	1
Affettività come sensibilità.....	1
Parte prima.....	1
QUESTIONE DI CUORE	1
1- Sensibilità/affettività umana e formazione continua (processo dal basso)	2
1.1- Grande risorsa	2
1.2- Sensibilità e affettività	2
1.3- Lo Spirito Santo, sensibilità di Dio.....	3

I fratelli Karamazov, Milano 1998, p.316). In tal caso c'è indubbiamente un atto virtuoso, al limite dell'eroismo, tanto più costoso in quanto non c'è all'origine alcuna attrazione. Giovanni mostra una enorme generosità e attenzione per il poveraccio, non esita ad accoglierlo nel suo letto per riscaldarlo, ma lo fa “perché il dovere gli ordinava di amare e perché si era imposto una penitenza”. Di conseguenza lo fa “con gran pena”, o addirittura, essendo onesto, “col tormento di dover mentire”, poiché avverte il contrasto tra gesto (caritatevole) e sentimento (di ripulsione, non d'attrazione). Per questo il suo è un gesto altamente meritorio, non c'è dubbio, ma è solo rinuncia, non supportato da un cambio di attrazione, più ascetico che mistico, dunque anche debole in prospettiva e con basso indice di perseveranza.

1.4- Vari tipi di sensibilità-affettività	3
1.5- Ognuno è responsabile della propria sensibilità	4
1.6- Per tutta la vita.....	5
2- Sensibilità/affettività cristiana e formazione continua (processo dall'alto).....	5
2.1- "Tutto è grazia" perché tutto è formazione	6
2.2- La sfida della formazione continua (dall'intensità all'estensione)	6
2.3- Itinerario formativo della sensibilità.....	7
2.4- Sensibilità come io ideale.....	10
2.5- La formazione continua, idea-madre della formazione	12