

## La superbia e l'umiltà, dall'individuo alla coppia cristiana.

### Atteggiamenti, vissuti, limiti, e risorse nella crescita matrimoniale.

#### Ispirazione della coppia al modello di Cristo sposo.

La dimensione profonda del matrimonio è la donazione reciproca dell'uno all'altro, con tutto ciò che implica: la complementarità e la crescita a due, l'unità inscindibile tra amore e sessualità; l'uguaglianza di natura e di diritti e la diversità di ruoli e di compiti; il rispetto e l'accettazione dell'altro; la rinuncia a se stessi e il sacrificio; un affetto da costruire momento per momento, da rinnovare giorno per giorno... (cf. *Humanae vitae*, 8-9). L'amore è la forza vitale che sta all'origine del matrimonio e che permette ai due di intrecciare totalmente le loro esistenze da costituire *una carne sola*.

Il sacramento del matrimonio non emargina e non vanifica questo amore con le sue varie dimensioni, ma lo assume e lo perfeziona con la forza redentiva di Cristo, rendendolo segno di grazia e di salvezza per i due sposi:

***Gli sposi cristiani sono aiutati dalla grazia sacramentale a vivere, purificandole, le dimensioni tipiche dell'amore coniugale, di un amore cioè capace di fondere in armoniosa sintesi i valori dello spirito, dell'affettività e della corporeità; di un amore unico, che costituisce i coniugi in un'amicizia profonda ed esclusiva e li rende un cuor solo e un'anima sola; di un amore indissolubile e fedele, impegnato per sempre nella reciproca promozione personale; di un amore fecondo, che li pone al servizio della vita per arricchire la comunità umana e cristiana*** (Documento dei vescovi italiani, Evangelizzazione e sacramento del matrimonio, 35).

Il comando biblico, assieme all'apertura alla vita (*Siate fecondi e moltiplicatevi*), pone l'accento sul fatto che la famiglia è chiamata a portare a compimento l'opera creativa di Dio (*Soggiogate la terra e dominatela...*).

Ciò significa che la famiglia non è una comunità chiusa tra quattro mura, ma è aperta alla realtà del mondo; deve impegnarsi per scoprire le risorse e metterle al proprio servizio; deve impegnarsi a collaborare con tutti, con le altre famiglie, per migliorare le condizioni di vita in tutti i suoi aspetti; deve essere attivamente presente nella costruzione del mondo e nella gestione della società. La famiglia ha una dimensione sociale, politica; e questa dimensione è un ulteriore aspetto della donazione di sé che il matrimonio cristiano implica.

#### Il matrimonio cristiano, comunità di grazia e di salvezza

Il dono sacramentale di sé per la reciproca santificazione e la crescita nella fede.

La Genesi ci mostra che è Dio che ha voluto e santificato il matrimonio, sottolineando in questo modo come la famiglia sia, anche a livello naturale, una realtà sacra, e come il rapporto con Dio sia costitutivo della famiglia, creata a sua immagine. La stessa apertura alla vita, come anche il dominare il mondo e metterlo a proprio servizio, si realizzano alla presenza di Dio. Il NT proclama che il matrimonio è sacramento: è segno efficace di grazia e di salvezza per i due sposi.

Il sacramento del matrimonio introduce gli sposi in una condizione nuova di vita.

Non si tratta solo di un contratto scritto sulla carta; si tratta di un modo nuovo di essere, di una *consacrazione* che porta a perfezionare la consacrazione battesimale e cresimale, inserendo i due coniugi all'interno della comunità ecclesiale a nuovo titolo:

***Nell'incontro sacramentale Gesù Cristo dona agli sposi un modo nuovo di essere per il quale sono configurati a lui sposo della Chiesa e posti in un particolare stato di vita entro il popolo di Dio. Così gli sposi, mediante il sacramento, ricevono quasi una consacrazione che attinge, trasformandola, tutta la loro esistenza coniugale. Nell'incontro sacramentale il Signore affida ai coniugi anche una missione per la Chiesa e per il mondo, arricchendoli di doni e di ministeri particolari.***

La spiritualità cristiana dello sposato è una spiritualità a due:

***Gli sposi partecipano all'amore cristiano in modo originale e proprio, non come singole persone, ma assieme, in quanto formano una coppia*** (Evangelizzazione e sacramento del matrimonio, 34).

Formare una famiglia secondo le dimensioni che abbiamo detto non è facile, non si improvvisa.

Occorre una preparazione profonda a tutti i livelli. Molti problemi del dopo-matrimonio nascono proprio dalla mancanza di tale preparazione.

Da parte della famiglia cristiana occorre un impegno costante per rinnovarsi ogni giorno e per scoprire di continuo il significato permanente del sacramento del matrimonio e viverlo in pienezza, specialmente nei momenti di tentazione e di difficoltà:

***La vita nuova nello Spirito che i coniugi dovranno condurre, sarà indubbiamente soggetta a tentazioni e difficoltà. Il sacramento assicura loro quegli aiuti di grazia che li sosterranno lungo la vita, specialmente quando le circostanze concrete renderanno ardua la piena fedeltà alla vocazione e alla missione ricevuta. Il Concilio ricorda ai coniugi cristiani che Gesù Cristo; rimane con loro perché, come egli stesso ha amato la Chiesa e si è dato per lei, così anche i coniugi possano amarsi l'un l'altro fedelmente, sempre con mutua dedizione;*** (Evangelizzazione e sacramento del matrimonio, 48).

Il Vangelo continuamente ci pone dinanzi affermazioni o parabole di Gesù, che trattano soprattutto di un vizio e di una virtù: la superbia e l'umiltà.

Da come ne parla Gesù, si potrebbe pensare che la perdizione eterna o la santificazione di una persona passino proprio attraverso di esse. D'altronde, chi può mettere in dubbio per la sua esperienza, che nella persona superba non c'è amore, ma odio e cattiveria, mentre nella persona umile c'è bontà, verità e carità.

Questo vizio e questa virtù, quindi, sono due vie totalmente diverse ed opposte, che conducono verosimilmente lontanissimo da Dio o nel Cuore di Dio. Prima è opportuno chiarire semplicemente cosa intendono le due parole.

Superbo è colui che esalta in modo esagerato se stesso, disprezzando gli altri. Questo vizio è certamente il più grave, perché, chi è superbo pensa orgogliosamente che tutto quello che ha o che è, non viene da Dio, da nessun altro, se non da se stesso, dalle sue capacità. Dimentica che è Dio a dare la vita e a mantenere in vita ogni cosa. Invece, l'umile è colui che si riconosce per quello che è, senza stimarsi al di sopra della terra. Ha un'idea bassa di sé, perché l'umiltà è verità. Chi è umile è vero, perché guarda e valuta la realtà con spirito di sottomissione a Dio.

La Sacra Scrittura sulla superbia e sull'umiltà afferma:

***“Eccelso è il Signore e guarda verso l'umile ma al superbo volge lo sguardo da lontano” (Salmo 138,6).***

***“Nella bocca dello stolto c'è il germoglio della superbia, ma le labbra dei saggi sono la loro salvaguardia”***

***(Pro 14,3).***

***“Che cosa ci ha giovato la nostra superbia? Che cosa ci ha portato la ricchezza con la spavalderia?” (Sap 5,8).***

***“È meglio abbassarsi con gli umili che spartire la preda con i superbi” (Pro 16,19).***

***“Chi maneggia la pece si sporca, chi frequenta il superbo diviene simile a lui” (Sir 13,1).***

***“Beato l'uomo che spera nel Signore e non si mette dalla parte dei superbi, né si volge a chi segue la menzogna” (Salmo 40,5).***

***“Chi si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato” (Lc 18,14).***

Il matrimonio nasce dall'umiltà, da un atto di umiltà.

In esso, ciascuno riconosce la propria dipendenza, la necessità dell'altro. Senza umiltà, il matrimonio non riesce a rimanere in vita e in salute. La superbia è il nemico n. 1 del matrimonio e dell'amore stesso.

- **Nella coppia che “funziona”**

**Cooperazione:** i partner lavorano insieme per raggiungere obiettivi comuni.

**Sostegno:** un partner aiuta l'altro in difficoltà offrendogli un aiuto emotivo, fisico o economico.

- **Quando la coppia è problematica**

**Competizione:** ciascun partner cerca di ottenere per sé più risorse, successo, benessere in competizione con l'altro.

Questa competizione diventa deleteria soprattutto se si cerca di danneggiare l'altro, in questo processo si innescano spesso sentimenti di invidia, superbia, rabbia.

**Punizione:** avviene quando il partner cerca di innescare emozioni negative nell'altro. L'uso della punizione può dar luogo ad un'escalation aggressività e malessere in ambedue i contendenti.

••**Violenza fisica** (aggressioni fisiche, sessuali, rompere, lanciare, sbattere oggetti)

••**Violenza verbale** (insulti, colpevolizzazione, svalutazione, critiche aggressive, tono sarcastico, prendere in giro, alzare la voce, provocazioni, esprimere disprezzo, interrompere ripetutamente il discorso altrui)

••**Spegnere la comunicazione** (stare in silenzio, ignorare, far finta di non vedere, di non sentire, non salutare, non sorridere, non rispondere, non esprimere emozioni e pensieri);

••**Rompere il contratto di fiducia** (tradire, ingannare, mancare ripetutamente alla parola data, mentire);

••**Rifiutare** (dire quasi sempre “no” alla richieste, non collaborare, rifiutare il partner sessualmente e affettivamente, non renderlo partecipe nelle attività e decisioni)

Mentre gli altri vizi si oppongono, per così dire, ad una specifica virtù, la superbia si insinua ovunque e danneggia più profondamente la nostra vita.

Infatti la superbia non si pone solo come opposto all'umiltà ma inquina grandemente tutti i vizi. E' per superbia che l'angelo portatore di luce è diventato satana e ha corrotto, nel suo stesso verme malato i nostri progenitori.

La superbia fa presa su ciò che di buono c'è nel nostro cuore stravolgendolo in una dinamica distruttoria e competitiva al contempo. Stravolge il dono di "essere come Dio" perché ciò diventi una pretesa senza l'aiuto e la grazia di Dio stesso. Il che, evidentemente, è impossibile.

La superbia non è solo un peccato ma è anche un assurdo ontologico, una follia, una mancanza di amore. Dietro la superbia la psicologia ha posto spesso una risposta basata sulla disistima che il soggetto ha verso se stesso, vittima egli stesso, di una continua competizione tra il "reale di sé" e la "proiezione di sé".

Poiché l'autostima è qualcosa che si acquista nel rapporto primario della relazione genitoriale se essa è falsata, distorta o assente, in maniera soddisfacente, il soggetto vive in costante competizione frustrante tra ciò che è e ciò che vuole essere ma sempre nella bramosa voglia di "eccellere su" per dimostrare a se stesso che "vale", cioè che egli esiste.

Il superbo, dunque, psicologicamente parlando, vive nella costante proiezione falsata di sé e nella incapacità di accogliere il limite personale.

Per questo, paradossalmente, per quanto competitivo, il superbo non matura e non cresce proprio perché non parte dalla realtà ma da un bisogno costante di auto-affermazione e di narcisistico compiacimento.

Mendicando, in maniera diretta o indiretta, qua e là, un pò di attenzione e di stima. Per ottenere questo si serve di tutto, anche degli affetti più belli, anche di Dio.

Il superbo usa le relazioni, anche le più sante e sacre per affermarsi. Per il superbo, psicologicamente parlando, gli altri o l'Altro, sono delle cose che servono per dimostrare a se stesso che egli "è più in alto" o semplicemente che "egli vale", sempre.

Proprio per questo il superbo cade in una solitudine omeostatica che lo "incancrenisce" sempre più nella sua situazione distruttiva.

Questa condizione lo porta inevitabilmente ad essere impermeabile ad una vera conversione e maturazione psico-spirituale proprio perché si conosce poco e conosce di sé solo quel lato che egli desidera di essere.

Proprio per questo il superbo è incapace di ascoltare e di relazionarsi significativamente sia nella vita sociale che nella vita affettiva.

Non attua, in sintesi, per incapacità sedimentata e strutturale, quei meccanismi indispensabili che portano alla maturazione personale.

### **Il limite, il confronto, il chiedere aiuto.**

Prigioniero nella sua paura di essere mediocre e normale, bisognoso di approvazione, tende a codificare i rapporti significativi a vantaggio della sua proiezione smisurata di essere come dio senza Dio.

Egli si vuole dare un nome da sé, come il popolo di Babele.

L'autodeterminazione, modernamente intesa, anche dalle correnti ideologiche femministe, liberali e massmediali, si fonda su questo movimento psichico e su questa malattia spirituale. In tal senso, dunque, l'auto-determinazione è non solo una malattia dell'io, un disordine oggettivo e soggettivo ma anche un malessere sociale.

La superbia, inoltre, è fonte della quasi totalità dell'ateismo il quale, non solo per i motivi di disistima di cui sopra, ma anche per l'incapacità di ascoltare e di ascoltarsi si oppone a Dio e lo nega prima affettivamente e poi razionalmente.

Di fatto l'ateismo sano e sofferto è veramente raro.

Se è vero che una certa immaturità affettiva può portare alla religiosità è anche vero che quasi sempre alla base di un approccio ateo alla realtà c'è una persona infantile e narcisista, incapace di equilibrio affettivo che pone in sé il principio del sé.

Il che, alla luce di una ragione che ragiona, è empiricamente impossibile.

Tuttavia il danno più profondo della superbia avviene a livello spirituale. Infatti la dimensione psicologica fornisce una parziale risposta su questa cancrena che coinvolge i livelli più profondi del cuore dell'uomo, della sua personalità, della sua libertà e delle sue scelte. La natura competitiva della superbia ne fa un vizio che non si placa mai e che impedisce radicalmente di conoscere Dio.

Come si spiega allora che alcune persone appaiono religiosissime e sono invece superbe? La risposta è relativamente semplice, costoro non conoscono Dio ma adorano un dio immaginario costruito a propria immagine e somiglianza.

Quando la vita spirituale dà la sensazione di essere buoni e di essere a posto per le nostre forze e non per dono di Dio significa che il vizio della superbia ci ha permeato.

Nei fatti da cosa si vede? Dalle prove che ci fanno scontrare con il nostro senso del limite!

Le prove infatti obbligano sia la nostra psiche che il nostro spirito a smontare l'immagine di Dio che ci siamo costruiti e siamo chiamati ad andare oltre e a crescere. Così è avvenuto per ogni uomo di Dio.

Pensiamo per esempio ad Abramo, padre nella fede, che è stato chiamato sempre oltre.. prima ad uscire dalla propria terra, poi a credere che Dio gli avrebbe dato un figlio in tarda età e poi a credere che Dio è il Dio della vita e che resuscita dai morti.

Solo nel dramma del sacrificio "del figlio unico" ogni proiezione, pur buona di Abramo, crolla per far spazio a ciò che Dio rivela di se stesso e solo così Abramo conosce infine anche se stesso, il proprio limite e in definitiva la propria grandezza.

Ecco perché la superbia è il peggiore dei vizi, perché ha una natura totalmente spirituale.

A differenza degli altri vizi che sono di natura, per così dire animale, la superbia inquina lo spirito dell'uomo.

Insomma il diavolo, con la superbia, fa un investimento sulla tua dannazione.

Preferisce che tu compi alcune cose buone purché te ne impadronisca cadendo nel veleno dell'avarizia e della superbia.

La superbia, nella sua natura competitiva, tende a distruggere tutto il buono possibile e a non gioire della comunione e della comunione dei beni spirituali.

Spesso, infatti, la superbia va a braccetto, nei credenti, con una radicale mancanza di senso di chiesa. Il senso di chiesa, infatti, si fonda sull'umiltà e sui calli alle ginocchia. Mortificando volentieri, non solo affettivamente, ma effettivamente, quella parte di noi che crede di essere così importante, così decisiva per il bene della Chiesa e dimentica la logica del seme che muore per portare frutto.

Dimentica la logica del Triduo Pasquale.

Tutte le volte, con la condizione previa, non di fare verità, ma di sentirci giustificati agli occhi dell'immagine di Dio che ci siamo costruiti. Di rassicurarci nelle nostre categorie. La superbia a volte è sottile e a livello ecclesiale si sviluppa su cose non dette ma che fanno da motivo sotterraneo del nostro giudizio.

Insomma, spesso i prodromi di una eresia sono frutto di una mormorazione costante e solipsistica, di un relativismo coltivato da anni e che spacca le comunità.

Proprio per questo motivo la superbia è il veleno della divisione.

## Quali rimedi dona la Chiesa?

Innanzitutto la radicalità di una vita di preghiera sulla Parola di Dio e sulla autenticità del cuore.

E' lo Spirito Santo che "convince" al peccato e che fa verità nel tuo cuore, è lo Spirito Santo che ti dona di stare in ginocchio, dentro di te prima che fisicamente.

Nel contempo una robusta vita sacramentale, vissuta con coscienza e serietà gioiosa.

Nello stesso tempo una robusta vita ecclesiale fatta di confronto per essere veri e autentici.

Tra i mezzi che abbattono il veleno della superbia c'è il consiglio Evangelico dell'Obbedienza che non è solo per i religiosi o i sacerdoti ma per tutti i battezzati, in diverso ordine e grado.

Un altro mezzo che la Chiesa, nella sua sapienza propone, sottolineiamo la direzione spirituale.

Qui un breve accenno.

Se non sei capace di ascoltare e sottometterti - indipendentemente da quello che la tua ragione può cogliere in quel momento - significa che in te c'è prepotente il veleno della superbia.

Si sottomette e si umilia solo chi ha carattere e personalità; chi riposa totalmente fiducioso nelle mani del Padre.

C'è però anche una falsa umiltà, che è una superbia mascherata.

L'avversione ai complimenti ne è una dimostrazione. I complimenti quando ci sono, come gli apprezzamenti, sono una cosa buona, lo sbagliato è appropriarsene e non riconoscere la carezza che Dio ci fa attraverso il fratello e la comunità.

Ecco perché l'avversione ai complimenti sono una specie di truffa, sotto la scorza dell'umiltà mascheriamo ciò di cui abbiamo vitalmente e narcisisticamente bisogno, cioè l'apprezzamento.

Segno non solo di disistima ma del sentirsi a posto davanti alla proiezione di dio che ci siamo creati, una sorta di ladrocinio velato del consenso che si esprime con gesti facciali chiari e posture lampanti.

Su quanto una falsa spiritualità si sia fondata su questi atteggiamenti di sottile superbia potremmo a lungo continuare...

Altra falsa umiltà è generata da alcune maschere che ci creiamo ad hoc per "apparire" migliori.

Costoro evitano il peccato non perché sarebbe un dispiacere a Cristo e un disordine effettivo ma piuttosto per sentirsi perfetti, "sopra i peccatori"; talvolta sono talmente immersi in questa menzogna superba che vivono così per una vita, senza accorgersene, duri dispensando durezza, apparentemente sani, sono inquinati di superbia fin nelle midolla.

Struttura deviata che fece pronunciare a Pascal quell'iperbole: "caste come angeli, superbe come demoni".

Altra maschera frequente nelle nostre comunità è quella del "primo della classe". Sono i prezzemolini della pastorale. Coloro che si ritengono indispensabili, bisognosi di dire "ci penso io", sono spesso borghesi e provinciali e fanno le cose per desiderio di apparire, di crearsi un nome nella comunità, un riconoscimento sociale, una poltrona. E guai a chi gliela toglie. La poltrona prende il posto di Dio e il "buon nome" prende ogni reale priorità. Anche nelle comunità e nelle parrocchie c'è il veleno della "curialità".

Un'altra maschera ad hoc, così diffusa è quella del fare opere di carità, orante, monetaria o di volontariato, per sentirsi (e far vedere) che siamo a posto, giustificati, migliori.

Quante opere buone di ogni tipo, sono inquinate dalla superbia del cuore. Occorre vigilare sempre; gioire del bene e ridimensionarsi con un po' di sano umorismo. Perché tutto il bene viene sempre da Dio e noi quando collaboriamo alla sua grazia siamo chiamati a gioirne e non ad appropriarcene; la superbia è infatti, una stoltezza secondo ragione, una non verità, un assurdo ontologico.

Dietro ogni maschera, dunque, si cela la vera celebrazione: quella del sé!

Non a caso satana ne è stato il progenitore.

Tutte le volte che la società decide e stabilisce chi è uomo e chi non lo è, compie un atto di superbia distruttivo e selettivo. Da questo a-priori "statalista" e sociale viene ogni mentalità eugenetica, che passa dapprima velatamente con leggi scritte per selezionare l'uomo o ucciderlo quando esso è d'ostacolo al progresso, con l'apparenza di essere liberali o del volere il "bene comune" dello stato. Successivamente si scardinano le fondamenta societarie quali la famiglia.

Anche se, di fatto, il male, la superbia del controllo morale, massmediale e la manipolazione dell'informazione dei cittadini finisce sempre per divorare se stesso.

Ma il degrado della superbia sociale non finisce qui e continua poi con il degrado della tortura fisica e psichica, la discriminazione, il relativismo morale, la pena di morte, l'aborto, l'eutanasia, la pedofilia, la manipolazione genetica della vita e la guerra.

La risposta di Cristo alla superbia è espressa nel fantastico inno alla comunità di Filippi che scrisse l'apostolo Paolo:

***"Avete in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce.***

***Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome; perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre. "* (Fil. 2, 5-11)**

La nudità e la spogliazione di Cristo sono la via per essere veri davanti a Dio e davanti a se stessi, non tanto per essere migliori quanto per essere in comunione con Lui e con i fratelli ed essere nella verità. Questo è fare un continuo cammino di conversione, essere in permanente obbedienza a Dio e alla Chiesa; sempre discepoli.

Infatti diciamo, ancora una volta, solo quando sei nudo sei libero.

Per concludere: il peccato principe rimane l'INVIDIA, come ricorda san Paolo citando il libro della Sapienza:

“Per invidia del diavolo è entrato il male nel mondo“. Sul versante psicologico-spirituale l'invidia si riconosce dal fatto di non essere felici della felicità degli altri e di non accontentarsi del proprio essere qui ed ora.. come Dio comanda. E' stato Satana (prima di essere declassato a non volersi accontentare di essere quello che era...), a pretendere di più...

Dott. Stefano Ottaviani

(Psicologo, Psicoterapeuta, Psicoterapeuta vocazionale)