

---

## Farsi uno coi vicini (Evangelii Gaudium 127-129)

**Autore:** Pasquale Ionata

**Fonte:** Città Nuova

**La dimensione esistenziale della relazionalità, per vivere con autenticità e in modo positivo la propria vita. Le tre A della psicologia: apprezzamento, approvazione e accettazione**

### (Evangelii Gaudium 127-129)

Nella lettera apostolica di papa Francesco *Evangelii Gaudium* c'è un passaggio dal titolo: "Un'evangelizzazione per l'approfondimento del kerigma" dove nelle primissime pagine si possono cogliere ben tre momenti "psicologici" che rimandano espressamente ad una importantissima dimensione esistenziale come quella della "relazionalità" e nello specifico, al "relazionarsi positivo con i vicini".

Nel primo momento si parla di una «crescita della fede» da evangelizzazione, la quale rimanda ad una crescita integrale della persona, la cui piena formazione e maturazione consiste nell'arrivare a sperimentare come proprie le parole paoline del non far più vivere l'io in noi ma bensì Cristo. In psicologia si può parlare di crescita sana e armoniosa della persona quando quest'ultima vive l'auto-trascendenza, l'auto-oblio, che porta ad una auto-realizzazione non incentrata sull'io e sul proprio narcisismo ma su qualcosa di più grande che ci trascende. Insomma per vivere con autenticità la propria vita, è necessario far vivere dentro di noi non tanto l'io che è limitato, ma qualcos'altro che invece è illimitato, dove l'amore è dominante. Insomma si tratta di cogliere la possibilità di uscire dal proprio piccolo "ego personale" sotto il dominio della mente razionale e bisognosa di approvazione, per accedere al vasto "ego non-personale" dove vige la mente intuitiva-creativa ed è immune da critiche e lusinghe.

Nel secondo momento si dice che questa crescita sana e armoniosa della persona è possibile mettendosi a vivere il comandamento nuovo di Gesù che è quello di amarci reciprocamente allo stesso modo di come fa lui con noi, avendo in cuore la consapevolezza del dono della grazia di essere ciascuno figlio di Dio. Quindi una volta che l'io è in esilio, per la sua salute mentale è fondamentale che si metta a vivere il cosiddetto "sentimento comunitario", con cui realizzare l'incontro con l'altro, con il vicino, perché in fondo l'interesse per il vicino sarà possibile solo a condizione di comunicare a quest'ultimo qualcosa di sé, uscendo da sé. Infatti per la psicoanalisi freudiana, l'essere umano inizia sì con l'amare se stesso (narcisismo primario e narcisismo secondario), ma giunge poi all'amore dell'altro. Non esiste incontro in cui l'uomo non metta qualcosa di suo e attinga qualcosa di estraneo, altrimenti non vi sarebbe né incontro e né conoscenza.

---

Nel terzo momento si specifica che il principale annuncio di una catechesi cioè il “kerygma”, è “trinitario”, nel senso che il fuoco dello Spirito che si dona sotto forma di lingue ci fa credere in Gesù Cristo che con la sua morte e resurrezione ci rivela l’infinita misericordia del Padre. Quest’ultimo inciso spesso viene dimenticato perché come l’esperienza insegna, ciascuno di noi quando parla tra sé e sé (*self-talk*), deve continuamente sentire di essere in grado di sopportare sé stesso, oppure no, deve convincersi di essere accettato, approvato e apprezzato. In psicologia esistono le cosiddette tre A che ci aiutano ad andare d’accordo con noi stessi e successivamente con tutti i vicini, e sono: Apprezzamento, Approvazione e Accettazione. Ricordiamo anche che il modo in cui trattiamo i vicini sarà il modo in cui loro tratteranno noi, e questo crea un ciclo in “tre” tempi fatto di “energia, pensiero e attività” che alla fine ci permette di rinforzare il nostro atteggiamento positivo nei confronti della vita, il quale a sua volta rinforza la nostra capacità e il nostro entusiasmo, e che stimoleranno la nostra intuizione-creatività, per poi incrementare l’atteggiamento positivo in un nuovo ciclo di “tre” tempi che si ripete senza fine, e che sola permette il farsi uno con i vicini.