

LA DEPRESSIONE

Sofferenza, cause e risposte.

Davanti alla depressione dobbiamo essere disposti a dire: “Non lo so”. Se possibile individuare altre cause, ma prima di scendere nei particolari, la Bibbia ci complica la situazione. La depressione potrebbe essere riconducibile a una serie di cause, ma non possiamo adagiarci su un qualche schema. La Bibbia di solito evita di limitare le avversità a una causa specifica.

Dovremmo mettere in conto che nella nostra vita le lotte quotidiane hanno molteplici cause.

Le avversità di Giuseppe sono un esempio assai noto (Genesi, capitoli da 37 a 50).

A causa della gelosia dei suoi fratelli egli fu rapito e venduto come schiavo. Questo fu il primo tassello del dominio che includeva una serie di eventi, non escluso il tradimento di una donna bugiarda e anni trascorsi in carcere egiziano.

Quando molto tempo dopo Giuseppe incontrò providenzialmente i suoi fratelli, spiegò le sue sofferenze in questi termini: “Voi [fratelli] avevate pensato del male contro di me, ma Dio ha pensato di convertirlo in bene per compiere quello che oggi avviene: per conservare in vita un popolo numeroso” (Genesi 50:20).



In altre parole, Giuseppe individuò due cause delle sue sofferenze: i suoi fratelli e Dio che, a tempo debito, trasformò il male in bene; così facendo, ha aperto una piccola finestra che ci permette di intravedere il carattere del Signore. Giuseppe comprese che Dio poteva essere una causa di avversità, ma in modo tale che perfino l'evento apparentemente negativo poteva mostrare la Sua bontà.

Questo è certamente un mistero ma Giuseppe è ritratto nella Bibbia come una persona saggia, un esempio per tutti noi, e la sua opinione invita a una riflessione più approfondita, non mancheremo di farlo nei capitoli seguenti.

L'apostolo Paolo è un'altra persona di cui conosciamo molto bene le sofferenze. I suoi problemi erano causati spesso da altre persone, eppure anche lui si rendeva conto che Dio aveva permesso quelle difficoltà per indurlo a seguire le orme di Gesù e condividere le Sue sofferenze.

Tra le prove più dure che dovette affrontare, ce n'era una che egli chiamava la sua *"spina nella carne"* (2 Corinzi 12:7). Anche se non conosciamo la natura precisa di questa malattia, sappiamo che Paolo individuò il suo orgoglio, un messaggero di Satana, e Dio stesso come causa della medesima avversità.

Applicando questo insegnamento alla depressione, possiamo intuire che la nostra ricerca di una causa specifica potrebbe essere ancora troppo limitata.

Per esempio alla base della depressione potrebbe esserci una motivazione di ordine fisico, ma questo non esaurisce la lista di altri possibili fattori concorrenti: il disturbo potrebbe essere al tempo stesso la conseguenza di una battaglia spirituale, del peccato di altri, dei nostri peccati o di credenze errate che riguardano Dio e noi stessi.

Cause Sconosciute

Sebbene le Scritture rivelino che alla base della sofferenza ci siano diverse cause e che queste possano essere all'opera insieme e contemporaneamente, le diagnosi non sempre individuano fino in fondo le ragioni complesse che stanno a monte di determinate situazioni.

Ci sono dei momenti, in cui le cause delle nostre difficoltà sono evidenti. Per esempio, se un amico va in bancarotta dopo anni di cui ha accumulato debiti di gioco, egli stesso è causa del suo male; se una donna lascia il coniuge soltanto perché egli preferisce essere libera, è lei la causa della sua sofferenza (e di quella del marito).

Tuttavia anche in questi casi non possiamo sempre discernere altri fattori, come la persona che ha introdotto il tuo amico nel mondo del gioco d'azzardo o l'allibratore che continuava a dilazionare il credito, il collega che incoraggiò la moglie a lasciare il marito o la madre della donna, che aveva divorziato con leggerezza dal marito e abbandonato la famiglia, divenendo un esempio di una scelta che, forse, la donna non avrebbe preso in considerazione.

La Bibbia non fornisce delle chiare linee guida per attribuire la responsabilità della depressione, poiché per noi non è essenziale conoscere nel dettaglio queste dinamiche. Questa è sostanzialmente una buona notizia: per trovare speranza e consolazione, non dobbiamo conoscere a fondo e in modo dettagliato le cause esatte della sofferenza.

Qui, di nuovo, è Giobbe il nostro modello.

Noi sappiamo che fu Satana a causare le sue sofferenze, ma lui non ebbe mai questa percezione, e neppure quando si ristabilì conobbe i motivi per cui aveva dovuto affrontare quella mole di

sofferenze. Benché avesse chiesto udienza all'Altissimo per perorare la sua innocenza, l'unica cosa che Dio gli rivelò fu che egli, e non Giobbe, era l'Onnipotente. Ebbene, questa risposta fu più che sufficiente per far fronte a tutti i "perché" di Giobbe.

Potremmo quindi scoprire alcuni motivi che sono alla base della nostra sofferenza, ma probabilmente non riusciremo mai a identificarli tutti.

C'è un mistero di fondo nella sofferenza, che rimane irrisolto anche alla fine di tutte le investigazioni umane.

Invece di insegnarci a identificare le cause della sofferenza, la Bibbia ci indirizza a Dio, che conosce ogni cosa ed è pienamente degno di tutta la fiducia. In altre parole, le Scritture non ci forniscono la conoscenza per padroneggiare intellettualmente determinati eventi, ma ci consentono di conoscere Dio e confidare pienamente in Lui. "Dio, non so che cosa stai facendo, ma Tu lo sai e questo mi basta": in qualche modo, rivolgersi al Padre e affidare a Lui i misteri della sofferenza è la risposta al problema dell'afflizione.

Che cosa ha a che fare con la depressione? Potremmo forse individuare alcune cause evidenti della sofferenza, e conoscerle chiaramente potrebbe lenire il dolore. Siamo tutti alla ricerca di ciò che può attenuare la sofferenza. Tuttavia, ogni pena ha lo scopo di insegnarci a fissare lo sguardo sul Dio vero.

La depressione, quindi, a prescindere dalle cause, è un'occasione a rispondere alla domanda più profonda e importante in assoluto: "Di chi mi fiderò? Chi adorerò?"

Risposta

C'è tanto da assorbire in una sola volta. Etichettare la depressione come sofferenza ha alcune implicazioni importanti e

induce realmente alla speranza. La tua risposta, tuttavia, potrebbe non essere molto entusiasta. Da una parte sai che c'è speranza per chi soffre: decine di migliaia di persone sono cresciute grazie alla loro avversità e testimoniano che Dio è fedele.

Rimangono tuttavia delle domande spinose: come ha potuto il Signore permettere un evento così doloroso ed estenuante nella tua vita? Alla luce di una simile condotta come potrebbe Dio avere cura di te? Come può essere buono?

Ci sono due maniere per porre queste domande: stringendo i pugni o aprendo il cuore. Nel primo caso, non c'è alcuna voglia di ascoltare le risposte, nel secondo sì. Se ci mettiamo in ascolto, queste sono delle buone domande, e soprattutto ci sono delle risposte.

Edward T. Welch

da "Fuori dalla depressione"

Publicato da ADI Media



Edward T. Wilch è anche psicologo con un Master in Teologia e un Dottorato in Filosofia, è membro della Christian Counseling & Educational Foundation. Svolge la sua professione secolare e il suo servizio cristiano da più di trent'anni e ha scritto numerosi libri sul tema delle dipendenze, in generale, e sulle relazioni umane.