

## Il senso delle colpe

Ci viene incontro in un caldo pomeriggio romano sotto il portone della sua abitazione; inizia così l'appuntamento con Lucio Della Seta psicoterapeuta di scuola junghiana che dell'aiuto ne ha fatto una professione. Dopo pochi istanti siamo nel suo studio ad ascoltare la sua teoria sui sensi di colpa. Teoria che è diventata un libro: Come debellare il senso di colpa, edito da Marsilio. **Cominciamo dal titolo: "debellare" è un verbo impegnativo significa superare ansie e angosce per vivere serenamente.** Sì, è possibile intraprendere un percorso in cui vengono eliminati i nostri sensi di colpa. Io credo che basta volerlo per venirne fuori. **Può spiegare cosa intende per senso di colpa?** Occorre analizzare le parole. Si tratta di termini vaghi ai quali si possono dare diverse interpretazioni. La definizione "senso di colpa" viene usata per la prima volta nell'Ottocento per definire il disturbo di una persona che si pensava afflitta da qualche dilemma morale mentre i disturbi di cui era affetta erano di ordine psicologico. Il non malato, quindi, era qualcuno che si sentiva in colpa. Queste colpe, vista l'epoca, erano quasi sempre legate alla morale sessuale. In realtà il senso di colpa è la paura di non valere abbastanza e quindi di non essere accettabili per gli altri. Diciamo a noi stessi: "Sono sbagliato per colpa mia". Io sono convinto che in natura non esiste nulla che non abbia una finalità e che il senso di colpa costituisca per l'uomo una spinta a fare meglio. Se mi sento più o meno sbagliato agli occhi del gruppo, ho un incentivo a migliorarmi per potermi stimare di più e questo si rifl ...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

01/10/2006