Giuseppe Mariano Roggia, “Il progetto di vita personale,” *Formazione affettivo-sessuale: itinerario per I seminaristi e giovani consacrati e consacrate*, ed. Paolo GAMBINI, Mario Oscar LLANOS, Giuseppe M. ROGGIA (Bologna: EDB, 2017) 341-347.

**CAPITOLO 22**

**IL PROGETTO DI VITA PERSONALE**

di Giuseppe Mariano Roggia

L’intervento, partendo da alcune chiarificazioni sull’argomento, oggi molto studiato e dibattuto, delinea gli elementi indispensabili per la costruzione del progetto di vita personale: idee chiare - situazione personale - determinazione del centro unificante dell’esistenza - stile di approccio - itinerario e linee operative. Infine, nella conclusione, sottolinea la necessità della libertà di autoprogettarsi, che diventa uno degli strumenti significativi nella realizzazione di un’esistenza veramente riuscita.

1. Premesse di contesto

Progetto di vita e formazione permanente sono oggi un linguaggio così comune da ritrovarsi in ogni documento ufficiale e nelle diverse esortazioni proposte per ogni tipo di formazione. Il rischio è che si riduca a un semplice *pour parler.* Un progetto personale di vita, che rimane a tutti gli effetti la spina dorsale di ogni orientamento e di un’esistenza che si considera riuscita, non sorge improvvisamente, né può essere una moda esortativa, ma a tutti gli effetti è una costruzione importante di senso definitivo, ritrovato continuamente nella storia e nell’evolversi del proprio percorso esistenziale.

* 1. Dai sogni, ai desideri, al progetto di vita

Occorre dire che un progetto di vita serio ha sempre una lunga gestazione. Esso infatti inizia con l’affondare le sue radici nei propri sogni circa il futuro, che ognuno fin dalla propria infanzia immagina e coltiva. Un sogno è senz’altro un elemento importante nell’evolversi della crescita della persona, sia perché rivela via via gli elementi che costituiscono il proprio misterioso mondo interiore, sia perché attiva energie preziose di creatività e di impegno. È quasi un’anticipazione a livello fantastico del proprio mondo, da trasferire poi nella realtà. Da bambini, con la fantasia ci si limita a sviluppare tanti orizzonti di vita e poi da adulti coltivare il proprio sogno offre sempre una marcia in più per non rimanere bloccati dalla rudezza degli eventi che si possono incontrare. Il sogno, da pura fantasia, si avvicina a una qualche possibilità di realizzazione, quando vi si accompagna la forza del desiderio. Il desiderio infatti esalta le possibilità della persona come un forte incentivo emotivo, offrendo sollecitazioni e motivazioni alle linee ancora molto vaghe del sogno. Esso precede emotivamente e immediatamente lo stadio del progetto. Se il sogno è impastato soprattutto di linee fantastiche e il desiderio è tensione verso il futuro,

il progetto è un ponte che collega il presente al futuro ed è impastato a sua volta soprattutto di concretezza. Infatti, per fare un progetto serio, bisogna verificare che esso sia realizzabile e abbia le condizioni di attuazione con tutto il contributo della tenacia e della perseveranza che richiede.

* 1. In che cosa consiste un progetto di vita

Ogni uomo e donna cresce e matura con tutto ciò che è e fa, con tutte le espressioni di celebrità e di quotidianità, euforiche e dolorose, di cui è impastata resistenza. Avere un progetto per il quale vivere, giocando tutto quello di cui si dispone, per dare senso alla propria esistenza, contiene una ragione che aiuta anche a impostare il «come». Il progetto di vita personale è un fattore dinamico e costruttivo, necessario per la crescita e maturazione della propria personalità, come ricerca di direzione della propria vita, come domanda continua su di sé, come anelito di un senso per cui vivere, senza lasciarsi catturare dalla morsa dell’impulso immediato e dai molteplici condizionamenti dell’ambiente sociale e culturale.

Si tratta di cercare la propria identità in un progetto di vita autonomo, non soltanto modellato sulle persone significative ai propri occhi, ma soprattutto corrispondente alle esigenze della propria personalità, costruendo così il proprio ruolo nel mondo attraverso una realizzazione unica e irrepetibile. In questo modo il progetto di vita presiede allo sviluppo e alla ristrutturazione della propria personalità secondo uno scopo e un significato profondo, diventando così un centro di integrazione personale, che unifica le dimensioni e le energie della personalità. Certo, l’intuizione del proprio progetto rimane un evento misterioso e costituisce un’esperienza unica di vita.

Tutto questo richiama l’insieme di ciò che in ambito religioso si raccorda con il tema della vocazione, un appello che reca con sé un significato più ampio ed elevato rispetto al semplice mestiere e professione, con un quadro di valori di una più ricca realizzazione. Il progetto di vita personale apre all’impegno per un ideale o una causa da realizzare, perché tutta la propria esistenza abbia un senso nel superare la ricerca esclusiva di sé, ma si apra agli altri e a Dio. Partendo dalle proprie inclinazioni, che costituiscono il germe di una vocazione verso un ideale di vita, esso viene a inserirsi nel processo maturativo della persona, e si sviluppa in un contesto umano, sociale oltre che relazionale. Tutti hanno la possibilità di rispondere a questa istanza interiore, indipendentemente dalla concezione religiosa che guida la propria vita. Per noi credenti, questa istanza proviene dal profondo della persona, aperta simultaneamente all’iniziativa di Dio, che chiama per una particolare esperienza di vita e per una missione specifica da svolgere nella storia e nel mondo. In ogni caso tutti devono riconoscere quello che con perspicacia affermava il segretario dell’ONU Hammarskjold: «Non ci è dato di scegliere la cornice del nostro destino. Però siamo noi a immettere il contenuto. Chi desidera l’avventura, l’avrà in misura della sua audacia. Chi desidera il sacrificio sarà sacrificato in misura della propria purezza».[[[1]](#footnote-1)](#bookmark453) Tutto ciò però comporta discernimento, maturazione e cura.

* 1. Pregi e rischi di un progetto di vita personale

Un progetto di vita personale ha anzitutto il pregio di chiarire e ordinare il percorso esistenziale di ciascuno, consolidando l’identità personale all’interno del contesto sociale e storico in cui vive, favorendo la crescita di sé armonica, alla prova delle fatiche, dei rischi e delle difficoltà immancabili dell’esistenza. Per questo è composto da dinamiche plurivalenti: un impulso creativo, un dover essere ideale, una missione da compiere, un’esigenza di cambiamento e di guarigione da imprimere attraverso formulazioni e revisioni continue. Non si tratta mai di un prodotto finito, ma di un cantiere sempre aperto.

Tuttavia contiene insieme anche dei rischi e dei limiti. Essendo un’opera sempre relativa e mai assoluta, non sempre raggiunge la sua piena realizzazione. Può essere infatti impedito o ostacolato da fattori esterni. Molto più frequentemente può essere interrotto o addirittura vanificato, perché abbandonato, perduto e anche tradito, a causa di situazioni immediatamente più gratificanti. Per queste ragioni, il progetto di vita personale ad ampio spettro (= vocazione esistenziale) deve essere assunto con discernimento ed elaborato con oggettività e responsabilità, nel breve termine puntuale della specifica situazione di vita, nel rispetto del principio della realtà, nel dialogo con la profondità di se stessi e affidandosi a una guida autorevole.

1. Punti fermi del progetto di vita personale
   1. Idee chiare sulla propria esistenza

Da queste riflessioni risulta evidente che il progetto personale non è un fatto statico, non avviene una volta per sempre in un dato momento dell’esistenza, ma postula un processo dinamico in perenne divenire, sempre in via di costruzione, con slanci in avanti, momenti di stasi, involuzioni, riprese, correzioni di rotta. È importante allora partire da alcuni principi chiari, che devono animare nel concreto l’elaborazione del progetto personale di vita.

* + 1. **Conoscere e accettare se stessi**

Occorre prima di tutto raggiungere una realistica conoscenza di sé e del mondo senza illusioni: questa è la premessa essenziale per elaborare un progetto di vita. Non voler accettare se stessi e non voler riconoscere i propri limiti costituisce la prima fonte di conflitti e tensioni, che possono innescare una miccia fatale al progetto vocazionale. Conoscere se stessi è un compito continuo, indispensabile per vincere le proprie paure e guardare al presente e al futuro con una certa sicurezza. Accettare se stessi comporta:

* accettare la propria realtà di persona nelle doti e nei limiti, in particolare la propria corporeità sessuata con sufficiente integrazione della propria storia affettiva, inoltre un’accettazione di sé senza immagini di sé distorte e senza la paura di essere giudicati o non accettati dagli altri;
* accettare il proprio passato e la propria storia di relazioni con gli altri senza blocchi e rimpianti; questo è di fondamentale importanza nella storia del proprio vissuto affettivo;
* accettare i propri limiti senza frustrazioni e complessi di inferiorità;
* scoprire la fondamentale bontà del proprio essere nella gamma ricchissima delle proprie possibilità.
  + 1. **Farsi un quadro di valori**

Tutti i valori che danno senso alla vita, in particolare quelli che sono necessari per realizzare il progetto di vita, sono importanti e diventano criteri per valutare in ogni circostanza Torientamento e le scelte da compiere. Ci sono valori di cose da avere, ma soprattutto valori che riguardano il proprio modo di essere, come la libertà, l’autenticità, la ricerca di senso e di responsabilità, la capacità di donazione, l’apertura al trascendente. Nell’ambito del nostro studio questo richiede una grande apertura a tutta la ricchezza valoriale della sessualità e affettività. La sessualità infatti occupa un punto di rilevanza nello spazio del dono.

* + 1. **Sapersi programmare**

Nei condizionamenti della cultura in cui viviamo, con sfide continue e spesso inedite, c’è il rischio di lasciarsi vivere e traghettare resistenza senza guidare sul serio la propria vita in prima persona. Occorre ri appropriarsi della capacità di organizzazione e della programmazione di sé. Nell’immancabile *gap* tra ideale e reale, tra sogni e vita concreta, tra virtuale e reale è fondamentale saper programmare e programmarsi, studiando la situazione e le varie possibilità che si presentano, discernendo i passi concreti da realizzare, tenendo conto delle possibilità di insuccesso, fissando anche tappe di impegno a lunga e breve scadenza.

* + 1. **Sapersi decidere**

Per conseguire gli scopi che ci si prefigge nell’elaborare il progetto di vita personale è importante anche maturare una buona capacità di decisione. Le prese di posizione non devono essere fatte in forza di pregiudizi, dietro pressioni e condizionamenti ambientali o per reazione a impulsi di vario genere, ma essenzialmente in fedeltà al proprio progetto di vita vocazionale e guardando più al futuro che ai condizionamenti della propria storia passata. Esercizi di discernimento e di decisione aiutano e favoriscono lo scopo.

* 1. La situazione personale

«Se non si vuole che tutto sprofondi nell’abisso della causalità senza senso, vi è un’unica conclusione possibile: da qualunque parte provengo, sono donato a

me stesso».[[[2]](#footnote-2)](#bookmark454) Prendere coscienza di questa realtà porta necessariamente a fare memoria grata della propria storia di vita. Chi si cimenta nell’elaborazione di un serio progetto di vita personale deve avere fatto previamente il lavoro impegnativo di stendere la propria autobiografia, costruendo il proprio passato non semplicemente come un album di istantanee, ma cogliendo il significato del proprio esistere. Il filo rosso che collega i frammenti sia felici che sofferti del proprio vivere, permette di rileggerli provvidenzialmente alla luce di un ideale, che da un piccolo impulso interiore diventa sempre più definito in un’esplicita vocazione. A questo punto diventa facile fare il bilancio della propria situazione, anche quotidianamente, annotando i punti rilevanti e più significativi, corrispondenti ai seguenti campi di osservazione:

* *sono fatto così* (= il nuovo della conoscenza e accettazione di sé);
* *sono fatto per questo* (= il nuovo della presa di coscienza della propria vocazione e missione);
* *il mio tipo di relazioni* (= il nuovo nella relazione con me stesso, con gli altri e con Dio).

In questa prospettiva acquista particolare senso e valore il discorso della propria storia affettivo-sessuale con tutto il potenziale di doti al servizio dell’amore. Nello stesso tempo si prende atto delle fatiche, dei traumi e dei fallimenti sofferti nel tentativo di liberarsi dalle chiusure dello sfruttamento egocentrico.

Di qui emerge il bilancio del proprio cammino e del proprio impegno: la mia situazione affettivo-sessuale oggi; la chiarezza o meno della mia vita affettivo- sessuale oggi, in vista e al servizio della mia vocazione; la descrizione delle mie relazioni affettive oggi, in rapporto con me stesso, con gli altri e con Dio.

* + 1. **Determinazione del centro ordinatore dell’esistenza**

Riflettere sull’evolversi della propria storia personale, dal proprio passato al presente e al futuro, porta a imbattersi in un mistero denso e oscuro, che per molti rimane un enigma assurdo e un non senso, ma che solo nella fede si squarcia come eccesso di luce e si rivela come vita ricevuta da Qualcuno, che ha dato me a me stesso per amore: Dio. Dipende però da noi rendere evidente e cosciente questa presenza. La nostra vita può e deve diventare una miniera di presenza divina. Se le cose stanno così, allora l’esistenza non è frutto di una serie fortuita di coincidenze, né del caso o del destino, ma è legata alla provvidenza di Dio, che ha voluto la mia esistenza, si prende cura di me e mi accompagna sempre, come intelligenza di amore. Dio vuole manifestarsi nella mia vita in maniera tale che essa possa diventare storia biblica di salvezza. Dipende tuttavia dalla propria libertà e responsabilità saper leggere e interpretare la propria storia di vita con queste chiavi di luce, che aprono la porta del mistero, edificando il proprio passato sulla pietra angolare, Gesù Cristo. È lui che dà un significato generale all’esistenza fino a oggi vissuta. È lui, il Signore, che dà consistenza a questa storia e porta a vivere il presente e a fare ogni cosa in memoria di lui. È lui, che la conforma a se stesso, presente con tutta la sua forza d’amore. È lui che riempie di senso e di pienezza il vissuto di oggi e ci in-

vita a guardare al futuro secondo le sue prospettive e aspettative, così da realizzare in pienezza ciò che si è chiamati a essere e diventare.

In tal modo Dio diventa il centro ordinatore dell’intera esistenza nell’ampio spettro vocazionale e nei piccoli spezzoni e brandelli delle vicende quotidiane; stimola a organizzare il proprio progetto personale di vita come filo conduttore di tutto, senza perdere per strada pezzi e frammenti preziosi della propria vita, che è a tutti gli effetti storia sacra della sua incarnazione. In tal modo può essere assicurato un cammino di crescita e di guarigione attorno a questo centro ordinatore, che aiuta a integrare ogni istanza della propria personalità, in particolare quelle che riguardano le dimensioni affettivo-sessuali.

* + 1. **Uno stile di approccio al progetto di vita personale**

Non è sufficiente avere idee chiare sul progetto di vita e costruirlo materialmente a tavolino, perché automaticamente funzioni. Ci vuole anche uno stile di approccio, che permetta una relazione costruttiva tra quello che si progetta e ciò che di fatto si vive. Diversamente si procede sempre verso la ricerca di mete e realizzazioni immediate, sopportando con difficoltà qualsiasi attesa e la strategia dei piccoli passi, incapaci di perseveranza e costanza nel cammino di crescita.

Evidenziamo però uno stile di approccio al progetto, che normalmente garantisce un cammino serio di buon equilibrio tra ciò che si progetta a lungo termine e ciò che si vive nel quotidiano.

Lo descriviamo con tre caratteristiche.

1. Una prima caratteristica è vivere bene il momento presente, senza ripiegamenti né rifugi nel passato, come pure senza fughe fantastiche nel futuro. È tipico della nostra epoca essere in balìa dello stress per mancanza di tempo e per l’ossessione dell’orologio. Un primo atteggiamento da coltivare è quindi rallentare il ritmo dei tempi e delle proprie giornate, per entrare seriamente in relazione con ciò che pensiamo e facciamo; con le persone e le cose che contattiamo. Occorre convertire il tempo, per convertire la propria persona al benessere del realismo quotidiano. Senza questo primo movimento veniamo semplicemente travolti e tutti i nostri progetti a lungo e breve termine rimangono pura carta scritta.
2. Un secondo atteggiamento è abilitarsi al discernimento continuo, con una buona capacità di saper vedere criticamente la realtà, di saper ponderare e valutare la situazione e orientarsi a una decisione. Sono necessari dei punti di riferimento, cioè le convinzioni ideali personali orientate attorno al centro ordinatore della propria vita, insieme a vari oggetti: le azioni, le motivazioni, gli atteggiamenti mentali e affettivi di fronte alla realtà, a se stessi, agli altri, a Dio. Un grande aiuto in tutto ciò rimane il confronto continuo con la parola di Dio e con quelle persone che stimiamo mature, in particolare con i propri confratelli nel sacerdozio o nella vita religiosa.
3. Un terzo atteggiamento consiste nel riferimento costante a un accompagnatore e a una guida, sia in campo spirituale che di maturazione umana. L’uomo ha bisogno di una guida sperimentata, che non si limiti all’insegnamento e alla direzione, ma che sappia accompagnare anche sulle vie della crescita e della guarigione interiore nel profondo del cuore. Specialmente all’inizio del proprio cammino si vive molto di illusioni, non si è umili e autentici e non si è pronti ad affrontare le prove. È molto pericoloso pretendere di fare da sé, senza il confronto con altri e senza la-

sciarsi guidare. Ognuno deve necessariamente consegnarsi a qualcuno per camminare sicuro nella propria esistenza. Chi non si consegna, illudendosi di appartenere solo a se stesso, di fatto, e nella quasi totalità dei casi, diventa schiavo di qualcosa che egli ignora, subendo il condizionamento delle mode culturali o di varie paure.

* 1. **Itinerario e linee operative**

Ogni anno, soprattutto nei tempi forti, come gli esercizi spirituali, è opportuno prendersi del tempo per soffermarsi e fare la revisione della propria vita e un bilancio del proprio cammino, allo scopo di cogliere le cose che si sono maturate, i progressi di crescita, le ferite che rimangono aperte e sono bisognose di cura, come gli eventuali blocchi.

In conformità a questa lettura e a questa presa di coscienza è opportuno stilare il proprio progetto di vita per un anno, un periodo determinato o una particolare fase formativa, come un cantiere di lavoro personale sia di vita spirituale che di maturazione umana. Esso può essere indicato in due poli di impegno: un polo di guarigione e uno di crescita. Per indicazioni più pertinenti e più concrete si confronti quanto viene esposto strategicamente nel capitolo 26 «Mete, criteri e fasi dell’itinerario» della Parte quarta di questo manuale.

3. La libertà di autoprogettarsi

La persona che vuole ottenere un’esistenza riuscita in qualsiasi vocazione, in particolare in quelle di speciale consacrazione, accoglie l’ispirazione interiore che la spinge perennemente in avanti e non si accontenta della mediocrità e del vivere di rendita in uno stile di vita fatto di *routine* e di abitudini. Progettarsi significa gettarsi *in* e *più* avanti, oltre se stessi, diventando insieme con Dio artefici della propria esistenza, vivendo la propria originale personalità e diventando sempre più ciò che si è chiamati a essere. La realizzazione di sé non è una situazione statica, ma una direzione di cammino. Si accresce la pienezza di vita nella misura in cui il progettarsi costituisce uno degli strumenti significativi della gestione della propria esistenza.

Riferimenti bibliografici

Cencini A., *I sentimenti del figlio. Il cammino formativo nella vita consacrata,* EDB, Bologna 1998.

*—, Il figlio perduto e ritrovato. Dal lutto nuovi genitori,* Ed. Paoline, Milano 2003.

Gian L., *Cammino verso la maturità e l’armonia,* ElleDiCi, Torino 1981.

Dell’Agli N., *Lectio divina e lectio humana. Un nuovo modello di accompagnamento spirituale,* EDB, Bologna 2004.

De Pieri S., *Psicologia dell’orientamento educativo e vocazionale. Fondamenti teorici e buone pratiche,* Franco Angeli, Milano 2015.

Llanos M.O., *Servire le vocazioni nella Chiesa. Pastorale vocazionale e pedagogia della vocazione,* LAS, Roma 2005.

1. D. Hammarskjold, *Tracce di cammino,* Qiqajon, Magnano (BI) 1992,73. [↑](#footnote-ref-1)
2. H.U. Von Balthasar, *Teodrammatica,* Jaca Book, Milano 1982, II, 205. [↑](#footnote-ref-2)