

Fiducia, in crisi... di fiducia

di Sabina Fadel

Viaggio al centro di un'attitudine alla base di ogni relazione, personale e sociale, che oggi appare sempre più difficile da vivere. Perché? A che cosa è dovuta questa difficoltà? E, soprattutto, come affrontarla?



VAVILEY / GETTY IMAGES

La fiducia permea le nostre vite. Da quando saliamo in auto *confidando* che gli altri non guidino contromano a quando, al bar, *confidiamo* che il barista non ci avveleni il caffè; da quando prendiamo l'ascensore tranquilli *confidando* nel lavoro dei manutentori a quando, in macelleria, *confidiamo* che il negoziante non ci propini carne avariata... Confidiamo, cioè diamo fiducia, decine di volte al giorno a persone, istituzioni, oggetti. Ma che cos'è davvero la fiducia? La parola, dal latino *fidere*, «confidare» appunto, sta a indicare quell'attitudine umana che ci rende capaci di riconoscerci vulnerabili rispetto alle azioni di altre persone, con cui decidiamo di relazionarci basandoci sulla convinzione che esse agiranno in modo corretto verso di noi. Si tratta, dunque, di una scelta complessa, che mette insieme ragione ed emozione, perché se è vero che per fidarci di qualcuno dobbiamo valutare in modo razionale le sue intenzioni, è anche vero che la fiducia ci fa provare un senso di sicurezza molto profondo.

Il filosofo svizzero Mark Hunyadi, nel suo libro *Credere nella fiducia* (Vita e Pensiero, 2025), sostiene che la fiducia non permea solo i rapporti tra esseri umani, ma il nostro stesso rapporto con l'intero mondo del reale: la fiducia, scrive infatti, è una «scommessa che orienta la mia azione e le azioni tutte» e rappresenta «ciò che ci connette con il mondo», perché l'intero nostro rapporto con il mondo, le persone, gli oggetti, le istituzioni «è di natura fiduciaria». E, allora, la crisi di fiducia che la nostra società sta attraversando quando è arrivata? Secondo Hunyadi, le sue radici risalirebbero addirittura al XIV secolo, con l'avvento della cosiddetta «rivoluzione nominalista», che affermò il concetto di individuo, vero «nemico» della fiducia. Prima di allora, infatti, in Occidente vi era una visione della realtà (ereditata da Aristotele) secondo cui tutto era orientato a uno scopo ben preciso. In questa visione, dovere dell'essere umano era solo quello di eseguire, più o meno diligentemente, il compito, il fine specifico, che gli era stato assegnato da Dio, dall'universo, da un'entità superiore, e che egli era chiamato a «conoscere attraverso la ragione e perseguire attraverso il desiderio». Una visione che non contemplava l'idea di libertà così come noi oggi la intendiamo. In tale contesto, ovviamente, il problema della fiducia non si poneva, perché il lega-

me sociale era la finalità stessa dell'essere umano, che riusciva a compiere il suo destino grazie, e in compagnia, degli altri. Il nominalismo si oppone a tutto questo, decretando il primato dell'uomo sulla realtà. Nulla è determinato, tranne la volontà dell'individuo, la quale, se non deve obbedire a «leggi buone» universali, non è detto sia buona per tutti. E infatti, di esempi negativi è piena la Storia. Se poi, spiega ancora Hunyadi, ci mettiamo pure la rivoluzione digitale in cui siamo immersi, la frittata è fatta. Quest'ultima, infatti, ha ulteriormente accelerato il processo di chiusura nell'individualismo, rendendo l'appagamento dei nostri desideri (più o meno guidati dal mercato e dalle big tech) più immediata e comoda e il legame sociale più fragile, dal momento che si comunica e ci si confronta realmente sempre più di rado, chiusi nelle nostre «camere di risonanza» in cui le nostre idee vengono continuamente ripetute, confermate e amplificate.



KLAUS VEDFELT / GETTY IMAGES

Fiducia, per sottrazione

In questo panorama sempre più desolante, che fare dunque? Accettare come inesorabile la perdita della fiducia mettendo a rischio la stessa società? Ovviamente no, risponde Luciano Manicardi, monaco e già priore di Bose, autore di un illuminante e sempre attualissimo volume, *Il Vangelo della fiducia* (Qiqajon, 2014). «La fiducia – ci dice infatti – è un elemento costitutivo dell'umano. Noi non siamo mai «assoluti», cioè completamente sciolti dagli altri, non siamo autosufficienti e neppure dotati di piena indipendenza. Quindi la fiducia è irrinunciabile. Noi siamo relazione. E la relazione ha bisogno della fiducia».

Una fiducia che impariamo sin dai primi mesi di vita, quando sperimentiamo un rapporto esclusivamente fiduciario con le nostre figure di accudimento. «La fiducia – spiega Manicardi – trova il suo alveo sorgivo nell'esperienza del bambino

Zoom

LA FIDUCIA SECONDO IL VANGELO

«**L'**insegnamento di Gesù sulla fiducia – spiega frate Luciano Manicardi – emerge in particolare dai suoi incontri. Egli crea fiducia con la donna samaritana incontrata al pozzo di Sicar, osando il proprio bisogno e rivolgendo la parola a una donna samaritana, lui giudeo e «i giudei non hanno rapporti con i samaritani» (Gv 4,10). Eppure Gesù le chiede da bere. Si pone in situazione di bisogno, lui, maschio, giudeo, davanti a una donna, e per di più samaritana. In tal modo viene a dirci che creiamo fiducia mostrandoci nella nostra inermità, esponendoci, mettendoci a nudo nel nostro bisogno, addirittura chiedendo aiuto a chi è separato da noi da appartenenze religiose e culturali. La fiducia, infatti, sa superare anche le innumerevoli inimicizie categoriali.

Il Vangelo, poi, ci racconta come Gesù si guadagni la fiducia dell'uomo alienato di Gerasa (Mc 5,1-20) ascoltando la sua sofferenza, la sofferenza che portava quell'uomo ad avere un atteggiamento aggressivo e respingente: Gesù non ascolta tanto le invettive che gli vengono indirizzate, ma la sofferenza da cui nascono. Non solo non mostra paura e non fugge, ma rimane e ripetutamente chiede a quell'uomo il nome e con la fatica della parola sgretola la barriera di diffidenza che costui elevava verso gli altri. La fiducia emerge qui dallo sguardo di Gesù: egli vede e risveglia l'umano presente in quell'uomo e, dandogli fiducia e instaurando con lui una relazione, lo libera anche dall'autolesionismo e dall'odio verso di sé che lo portava a percuotersi con le pietre. Probabilmente l'uomo alienato viene raggiunto e toccato da uno sguardo di amore, che gli infonde la possibilità di credere in se stesso. Qui Gesù insegna ad ascoltare la sofferenza dell'altro.

Alla donna adultera che scribi e farisei volevano lapidare (Gv 8,1-11), Gesù dice semplicemente di andare e di non peccare più: le dà fiducia, cioè la incammina verso la libertà rinviandola alla sua responsabilità.

Gesù mostra fiducia anche alla prostituta che, entrata in casa di Simone il Fariseo, si mette ai piedi di Gesù e li bagna con le sue lacrime, li asciuga con i suoi capelli, li cosparge con i suoi profumi (Lc 7,36-50). La fiducia qui consiste nell'accogliere così com'è questa donna, vedendo in lei, appunto «una donna», non una prostituta, non un peccato personificato. La fiducia non giudica né condanna, e così apre la strada al fiorire della vita e della libertà dell'altro.

Ma Gesù insegna la fiducia anche quando esorta i discepoli a non lasciarsi ossessionare da angustie e preoccupazioni, bensì a contemplare la natura e gli animali, a meravigliarsi della bellezza che il quotidiano dispiega e dona a noi umani, senza che lo abbiamo in alcun modo meritato (Mt 6,25-34).

E, infine, Gesù ci insegna ad aver fiducia rivolgendosi a Dio quale *abba*, papà. Con la fiducia con cui un bambino si rivolge, appunto, al proprio papà».



M_A_Y_A / GETTY IMAGES

con la madre e i genitori, e si situa tra l'estrema vulnerabilità del neonato e la responsabilità della madre e del padre. È in quella relazione originaria che si pongono le basi della fiducia che consentirà al bambino di svilupparsi, maturare, aprirsi al mondo e agli altri. La fiducia è la matrice della vita e questo appare con evidenza nell'esperienza del neonato che sopravvive solamente grazie alle attenzioni di chi si prende cura di lui. Cura che consiste nel saper riconoscere e rispondere

ai suoi bisogni e nell'accoglierlo in un contesto accudente e amoroso. Possiamo dire, allora, che la fiducia nasce da un legame e genera legami. È la vulnerabilità che, portando il neonato ad affidarsi totalmente, sollecita una risposta etica. E, più radicalmente e immediatamente, di amore. La fiducia, pertanto, contiene in sé una dimensione generativa».

Una dimensione generativa che a un certo punto, esaurito il proprio compito, chiede anche di fare un passo indietro, in famiglia e nei contesti sociali. E pure questo va fatto con fiducia. «È proprio così – conferma Manicardi-. La dimensione generativa arriva a richiedere, nella vita adulta, anche la capacità di generare “per sottrazione”, ovvero sapendo diminuire per lasciar posto ad altri. Accade ai genitori, ma anche a livello sociale. E sappiamo come questo sia spesso difficile: ci pensiamo insostituibili, non nutriamo fiducia in chi deve succederci, e riteniamo di essere i soli che possono mandare avanti l'azienda, il dipartimento, la comunità, decidendo ciò che è bene per gli altri... In questi ambiti spesso si verifica l'incapacità o la non volontà di fare spazio ad altri accettando di mettersi di lato. La tirannia dell'ego impedisce di “fare fiducia”. Il ritirarsi, invece, è un atto di fiducia nell'altro, è un alveo fecondo, un grembo generante in cui l'altro può svilupparsi e crescere. L'esempio di Giovanni Battista che sceglie di diminuire affinché Cristo cresca è un bell'esempio di generatività gioiosa, non nella recriminazione o nel lamento. La fiducia esprime l'amore e nasce dall'amore».

La fiducia tradita

Il problema, a livello personale ma anche sociale, nasce quando la fiducia, pur appresa e messa in campo, viene a un certo punto tradita. Ed ecco allora che le amicizie o le famiglie si sfasciano e i cittadini iniziano a dubitare di tutto: non vanno più a votare «perché i politici fanno solo i loro interessi...», non credono più nella veridicità di quanto leggono «perché i giornalisti sono prezzolati e mentono...», non si fidano più dei medici «sempre al soldo di big pharma» e così via... Ma quando il virus della sfiducia colpisce una società, la mette seriamente a rischio. Urgono allora anticorpi che risanino il corpo sociale evitandogli

l'annientamento. In questi casi, come possiamo ripristinare la fiducia ferita? Guardiamo che cosa accade, per esempio, in una relazione di coppia o amicale. «Quando in una relazione viene meno la fiducia – avverte a riguardo Luciano Manicardi –, quest'ultima molto difficilmente può essere ricostruita. E, in ogni caso, la relazione cambia, perché il tradimento della fiducia ha significato, per chi l'ha subito, una rivelazione inattesa e sconvolgente del volto dell'altro per cui è come se ora avesse a che fare con un'altra persona, o almeno con aspetti inediti e indesiderati e insospettati di essa. E questa rivelazione getta un'ombra inquietante sul passato che si è vissuto con quella persona: è stato tutto falso? Con chi ho vissuto? Posso ricominciare o è tutto finito? Ne ho ancora la forza? Dire che la fiducia è essenziale a ogni relazione autentica significa riconoscere che la relazione avviene tra persone libere e che restano mistero l'una all'altra. La fiducia mi impedisce di considerare l'altro come mia propaggine: egli rimane altro da me. Mi impedisce di possederlo: egli resta libero. Mi consente di vivere ogni momento della relazione come un dono prezioso e inestimabile. E al tempo stesso precario. Anzi, tanto più prezioso proprio perché precario».

Il che, ovviamente, può essere trasposto anche sul piano sociale: in una «società del rischio», come la nostra, proprio dal rischio di venire feriti e delusi dobbiamo ripartire, accettando che il limite è costitutivo della condizione umana. «È proprio così – ammette Manicardi-. Bisognerebbe aver sempre chiaro che la fiducia ammette la possibilità del tradimento o della delusione: non so se l'altro sarà all'altezza della fiducia, se mi deluderà, così come non posso essere certo che non sarò io stesso a tradire e deludere. La fiducia è fatta della stessa “materia” di cui è fatta l'esistenza umana e di cui sono fatte le relazioni. L'incertezza, la delusione sono sempre possibili. La fiducia non è un contratto stringente (e costringente). Questo non lenisce certo il dolore di una fiducia tradita, ma non possiamo accordare troppo potere a tale tradimento, fino al punto da toglierci la volontà di vivere. La fiducia ci ricorda che io non posseggo l'altro, non lo conosco con assoluta chiarezza, ma resta sempre un mistero. E questo vale nelle relazioni sociali ma anche nel caso di quelle profondamente intime. Il tradimento della

Zoom

FIDARSI FA BENE (ANCHE) ALLA SALUTE

MariaGiovanna Luini, medico e psicoterapeuta, firma il podcast *Terapie Olistiche*, all'interno del quale ha approfondito anche il tema della fiducia nell'ambito della cura.

Msa. Dottoressa, un atteggiamento fiducioso, nel mondo e negli altri, incide sul nostro stato di salute?

Luini. Incide moltissimo, perché la fiducia apre ai diversi punti di vista, apre alle possibilità, apre alle relazioni. La fiducia è una componente essenziale anche delle terapie. Se qualcuno ha bisogno, per esigenze fisiche o psichiche, di terapia, la fiducia è l'impianto fondamentale per entrare in relazione con chi propone la cura, ma anche con la cura stessa. E poi serve una fiducia in un certo senso ancora più profonda, quella nelle proprie possibilità di guarire se c'è un problema. La fiducia in ambito di salute davvero mette nelle condizioni ottimali per restare in equilibrio oppure per guarire se c'è un problema. Ed è una questione proprio di chimica, di elementi chimici prodotti dal corpo in base a una catena di segnali interna, che vanno ad agire sugli organi e sui sistemi, sugli apparati. Quindi la fiducia garantisce una produzione interna di ormoni che sono orientati verso il funzionamento corretto, verso la salute. Non solo. La fiducia è anche alla base della *compliance*, l'adesione alla cura, che non vuol dire ciecamente affidarsi, ma parteciparvi positivamente, ponendo anche delle domande in caso, ma con un atteggiamento sempre costruttivo, di partecipazione attiva e positiva. La *compliance* è parte della risposta alle terapie. E, infine, c'è il cosiddetto effetto placebo, che in medicina esiste come comprovano numerose pubblicazioni scientifiche. L'effetto placebo è tutt'altro che da sottovalutare nella salute e nella malattia, perché rende ragione di risposte terapeutiche a volte straordinarie. Bene, l'effetto placebo si basa proprio sulla fiducia in chi propone il rimedio oltre che nel rimedio stesso che si sta assumendo. Possiamo dire che l'effetto placebo «è» fiducia, fiducia che muove una guarigione o comunque muove una risposta a una terapia. Ecco perché, per esempio, quando un paziente non si fida di un farmaco, il mio sforzo è quello di approfondire l'argomento in modo che non vi sia dentro quel paziente una sfiducia che riduce l'efficacia della terapia.

Possiamo sviluppare un atteggiamento fiducioso?

Tutto ciò che ci appartiene in termini psichici è sviluppabile oppure riducibile. Noi non siamo persone «fisse», i nostri tratti caratteriali sono tratti di base sui quali però possiamo costruire un universo. Nessuno di noi è inevitabilmente come pensa di essere o come si descrive nel bene e nel male. Questo fa parte proprio della plasticità della mente. Quindi sviluppare la fiducia è sempre possibile. Ci sono mille modi per diventare più fiduciosi, così come ci sono mille modi per modificare alcune proprie caratteristiche e aprirle al nuovo, perché noi siamo evolutivi, non siamo quelli di cinque minuti fa, neanche quelli di dieci anni fa, il punto è ammetterlo.



MALTE MUELLER / GETTY IMAGES

fiducia resta all'interno di quella fragilità e vulnerabilità da cui è attraversata la fiducia stessa. Eppure sono le stesse ferite dovute alla fiducia tradita che paradossalmente ci rinviano al necessario rinnovamento della fiducia. Solo grazie alla vicinanza di altri, solo grazie a nuove o rinnovate relazioni, noi potremo mettere le nostre ferite in un contesto relazionale in cui potranno trovare consolazione. Il giusto amore di sé e per la vita ci chiede di fare delle ferite subite un elemento di conoscenza di noi e degli altri, sicché diventino dei punti di forza nel cammino esistenziale».

Ma che cos'è che rende accettabile tale rischio e la fiducia ancora possibile, nonostante tutte le esperienze negative che possiamo fare nel corso della nostra vita? «Il sentirsi amati – replica deciso Luciano Manicardi –. Il sapere che c'è chi crede in te. E crede in te perché ti conosce attraverso quella via regale che è l'amore. Conoscendo e amando in te anche le mancanze e le ombre. E questo amore ti dona libertà, ti aiuta a essere te stesso, a esprimere chi tu sei con gioia e libertà. La fiducia è estranea alle logiche del controllo, così come il controllo è estraneo alla dinamica dell'amore. Ma quando mi sento e mi so amato, posso respirare a pieni polmoni, correre nelle praterie che l'amore dell'altro mi apre dinanzi, posso esse-

re me stesso. Essere amato mi dà fiducia nella vita e in me stesso».

Tutto ciò, trasportato sul piano sociale, si traduce in un ripartire dalla forza della «parola data». «Nella fiducia – conferma il monaco – c'è quasi un mettersi a nudo, anche se non sempre è facile. Per far cadere le barriere che si oppongono a una piena apertura, sia nelle relazioni personali che politiche, è fondamentale la saldezza della parola, in particolare della parola della promessa. La promessa mantenuta testimonia l'affidabilità di chi promette e alimenta la sicurezza del destinatario della promessa che vede ben riposta la sua fiducia. Al contrario, la promessa non mantenuta ingenera diffidenza, fa sentire usato e manipolato colui che ha dato credito a chi prometteva e lo induce a ritirarsi della relazione. La statura etica della persona «di parola» accresce la fiducia e costruisce relazioni più stabili. Del resto, l'autorevolezza di una persona si rivela, in modo particolare, nel suo «essere in ciò che dice». Allora il parlare avviene non solo un dire, e neppure solo un dirsi, ma anche un darsi. Ovvero, un'apertura di fiducia verso l'altro. Analogamente alla promessa non mantenuta, anche la menzogna è distruttiva delle relazioni perché mina la fiducia. Ci possiamo chiedere se la crisi del rapporto tra generazioni, tra adulti e giovani, non sia legata anche a promesse non mantenute. E forse a un ascolto non avvenuto o deficitario da parte dei più adulti (le classi dirigenti) nei confronti dei più giovani. La fiducia, infatti, è nutrita dall'ascolto: ascoltare è accogliere, è dire di sì all'altro. E questo vale tanto nelle relazioni interpersonali quanto in quelle sociali e politiche. Grazie alla fatica dell'ascolto, le diversità che attraversano una relazione a due come le relazioni politiche e sociali possono accordarsi per costruire percorsi di convivenza comune».

«Certo – conclude Luciano Manicardi – la fiducia, come abbiamo più volte ribadito, non è certezza assoluta, è sempre esposta al rischio del tradimento, non ci dà garanzie, e proprio queste sue caratteristiche ci dicono come essa sia al tempo stesso *umile e coraggiosa*. E, in questo, essa appare la sostanza stessa della vita che chiede coraggio e umiltà per reiniziare ogni giorno l'avventura esistenziale».

