

E D U C A T O R I A L L A V O R O

Le virtù minori

Ascoltare, voce del verbo tacere

Roberto Roveran*

Ormai non se ne può più: a tutte le ore i talk-show impazzano sugli schermi televisivi, le notizie raccontano di tutto e di tutti senza il minimo riguardo delle persone implicate e noi abbiamo imparato che farsi ascoltare significa urlare.

È il trionfo della parola che schiaccia e uccide i rapporti umani.

Proprio nell'era della tecnologia comunicativa che – come dice la parola – dovrebbe favorire la comunicazione, la parola è diventata verbosità ed espressione pressante della nostra aggressività verso gli altri. Se, mentre l'altro parla, noi pensiamo a cosa rispondere, vuol dire che non consideriamo l'altro come un'opportunità, ma come un concorrente, se non proprio un rivale o un nemico. Ci stiamo così avviando verso una società di individualisti e solitari che considerano gli altri come prede a proprio vantaggio o non li considerano affatto perché ognuno, dopo cena (cioè dopo essersi riempito la pancia) si ritira nella propria stanza per isolarsi con il pc, la tv o l'iPhone, o per parlare con chi non c'è.

Ascoltare è difficile

Oggi tutti cerchiamo pretesti per parlare – di solito di noi stessi – ed essere al centro dell'attenzione, mentre non si trova nessuno disposto ad ascoltare. Parlare ed essere centrati su se stessi sono due

* Docente all'Istituto Superiore per Formatori, Roma.

cose che non vanno d'accordo perché parlare si accorda con ascoltare e ascoltare implica uscire *volutamente* da se stessi.

Sembra che ci sia una spiegazione per questa mania dell'«audience»: non sappiamo decentrarci. Ascoltare e dialogare richiedono, sì, la disponibilità ad entrare nel proprio mondo interiore, ma per farne dono e per farlo diventare uno spazio di ospitalità in cui l'altro si arrende in qualche modo a noi e ci può dare con tranquillità il suo.

Ascoltare deriva dal latino *auscultare* che nel linguaggio medico significa applicare con la massima concentrazione l'orecchio sul petto o sull'addome del paziente per esplorarne i suoni e i rumori, dunque è tendere l'orecchio per udire, è prestare attenzione. Un medico che *ausculta* un paziente si concentra interamente sull'udito per cogliere anche i più lievi sintomi di una patologia. Egli si fa tutt'orecchi perché sa che dal suo *ascolto* dipende la sua diagnosi.

Noi siamo più sbrigativi, abbiamo imparato ad ascoltare facendo almeno tre cose in contemporanea, nell'ansia di non perdere nessuna opportunità che le occasioni ci presentano: come i due innamorati che, mano nella mano, passeggiano chiacchierando con un altro che è al telefonino e con lo sguardo rivolto a direzioni opposte.

Prestare ascolto e attenzione ci obbliga a mollare le redini del nostro tempo, comporta la percezione di non essere più padroni assoluti della nostra agenda, implica far slittare le migliaia di cose da fare. Sa ascoltare chi non misura il proprio tempo, non ha paura di perdere qualcosa se si intrattiene nelle relazioni, ma anzi cerca il confronto e lo scambio per arricchirsi e aprirsi alla realtà. Così appare Gesù nel Vangelo che, sulla scia del comandamento divino «Ascolta, Israele...» (Dt 6,4), ha sempre tempo e orecchi aperti per tutti e si lascia interpellare da chiunque. Si crea, allora, un paradosso: vogliamo essere padroni del nostro tempo, ma così facendo ci impediamo da soli di parlare e, dall'altra parte, diciamo che, sì, vorremmo parlare, ascoltare, comunicare..., ma il tempo è tiranno. Ci martelliamo le dita da soli.

Ma, a fianco del nostro difficile rapporto con il tempo, c'è un'altra area sensibile che è scoperta: si evita di ascoltare con la giustificazione plausibile che non si ha tempo, mentre in realtà il motivo più profondo è la paura dell'intimità, di quella vicinanza relazionale che può spaventare o mettere in allarme chi è insicuro di sé, chi non ha un'identità ben stabile o chi è debole emotivamente. Troppa intimità fa scattare la paura di perdere la testa.

Nella relazione di coppia

Ma ogni tanto la testa la perdiamo e incominciamo a comunicare. Succede quando ci si innamora. L'innamoramento (ma anche l'infatuazione) è la grande apertura alla comunicazione e all'ascolto. Nulla va perduto nello scambio emotivo e affettivo. L'attenzione è al massimo, l'attrazione spinge e l'entusiasmo e la passione aiutano molto l'apprezzamento e l'ascolto reciproco.

La situazione si modifica nel tempo (dopo il matrimonio o dopo la novità). Un po' perché si crede che sia l'amore (e non anche la volontà) a favorire in automatico la comunicazione, un po' perché si crede che la comunicazione abbia il potere di auto-generarsi da sola, un po' perché emergono incongruenze e conflitti del tutto nuovi che spengono la comunicazione anziché farla passare dal sogno alla realtà.

Se la comunicazione viene lasciata alla spontaneità, se non viene curata con propositi di volontà, ben presto lascia il posto a delusione, tristezza e incomprensioni. Sarebbe buona cosa chiederci ogni tanto (diciamo una volta alla settimana) che fine ha fatto la nostra capacità di comunicare. Ma siccome questo comporta una disponibilità previa a lasciarsi «contaminare» dal tu, per paura, lasciamo perdere e – dopo il lasciar perdere – verrà fuori il parlare aggressivo.

Tempo, intimità, ma anche vergogna. A volte si sceglie di non esprimere il proprio cuore per un pudore nei nostri stessi confronti. Si dice, come difesa, che si ha paura di dire le cose come stanno perché l'altro può non capire, giudicare, offendersi, ma la vera ragione è che siamo noi a non reggere a tanta nostra tenerezza: saremmo i primi a vergognarcene. Se Marco dicesse chiaramente che a lui sua moglie piace ancora, arrossirebbe in volto, forse si sentirebbe meno maschio, forse sua moglie gli chiederebbe se stia poco bene: meglio dirle che lei perde tempo con sua sorella. Si sostituisce l'affetto con comunicazioni impersonali. Non avendo il coraggio di dire «mi manchi», si dice «non ci sei mai»; non potendo dire «sono arrabbiato con te», si dice «oggi ho il mal di testa»... Stop.

Ascoltami, mamma!

Una giovane mamma, in cucina, è totalmente concentrata a preparare le patate fritte, il piatto preferito dai suoi bambini. Il più piccolo

le sta raccontando quello che ha visto e fatto alla scuola materna. Lei risponde distrattamente con monosillabi e borbottii. Qualche istante dopo si sente tirare la gonna: «Mamma!». La donna accenna di sì col capo e borbotta qualche parola. Sente di nuovo altri strattoni alla gonna e di nuovo: «Uffa, Mamma!». Lei gli risponde ancora brevemente e continua imperterrita a sbucciare le patate. Passano cinque minuti. Il bambino si attacca alla gonna della mamma e la tira con tutte le sue forze. Lei non può fare altro che chinarsi verso di lui. Il bambino le prende il volto fra le manine paffute, lo porta davanti al suo viso e dice: «Mamma, ascoltami con gli occhi!». L'ascolto sarebbe certo più importante delle patate fritte, ma quando è il momento di lasciare tutto si fa fatica e non ci si accorge della distanza che man mano si viene a creare.

Tre condizioni favorevoli

L'ascolto è un atteggiamento attivo perché richiede la presenza di sé a se stessi, e nello stesso tempo passivo perché lascia spazio all'altro di muoversi liberamente dentro al tu.

1. *Fare silenzio.* L'ascolto è inseparabile da ciò che lo precede: il fare silenzio dentro di sé. Il silenzio è la condizione previa perché una parola possa giungere fino a me, in quanto fa decantare l'acqua agitata del mio essere continuamente recettore di stimoli esterni; il silenzio calma e pacifica. È la nostra vita intima che necessita di quiete interiore. Nel silenzio l'uomo si pone in stato di ricettività, è aperto e disposto ad offrire accoglienza e dimora al tu che gli rivolge la parola. Il silenzio permette al mondo affascinante dell'altro di entrare in me: apro uno spazio, offro il mio essere, ascolto ciò che il tu a me prossimo vuole dirmi.
2. *Prestare attenzione.* Quando si ascolta si tende l'orecchio verso l'altro, cioè ci si proietta verso il tu, si va in tensione verso il tu che parla e gli si offre un proprio spazio di interiorità che l'altro è libero di invadere. Chi sa prestare attenzione può udire le voci della natura, dei fiori, degli alberi, delle pietre e dell'acqua così che l'ascolto sarà quasi un fatto naturale, un abito quotidiano.

3. *Essere disponibile.* È ciò che consente all'altro di entrare in me e consiste nell'essere vuoto o sfaccendato, quale condizione per ricevere qualcosa. Ascoltare è spalancare il cuore senza ostacoli così che la parola viene accolta con lo stesso calore con cui si accoglie un amico. È come fare un'operazione di svuotamento, di rimozione di tutto ciò che distoglie dall'ascoltare attentamente, un sottrarsi volontario a manipolare la realtà e quindi gli altri ai propri fini. Dio ci ha dato due orecchie, ma soltanto una bocca, proprio per ascoltare il doppio e parlare la metà (Epitteto, filosofo del primo secolo d.C.).

Il bel tacere non fu mai scritto

- È bene parlare solo quando si ha qualcosa da dire che valga più del silenzio.
- C'è un tempo per tacere e uno per parlare.
- Nell'ordine, il momento di tacere deve venire prima: quando si sarà imparato a tenere per sé certi pensieri (ma non per nasconderli o fingerli!) si potrà imparare a parlarne rettamente.
- Tacere quando si dovrebbe parlare è segno di viltà e omertà, ma parlare quando si dovrebbe tacere è segno di arroganza e scarsa discrezione.
- In generale è sicuramente meno rischioso tacere che parlare.
- L'uomo non è mai tanto padrone di sé quanto lo è nel silenzio: quando parla può correre il rischio di dissolversi fra le parole così da appartenere meno a se stesso che agli altri.
- Quando si deve dire una cosa importante è buona precauzione dirla prima a se stessi, e poi ancora ripetersela, in modo da non doversi pentire quando non si è più in grado di trattenerla. La smania di dire qualcosa sarebbe un motivo sufficiente per tacerla.
- Quando si deve tenere un segreto non si tace mai troppo: in questi casi, l'ultima cosa da temere è l'eccesso di silenzio.
- Il silenzio a volte fa sembrare saggio un uomo mediocre e ignorante quello saggio.
- Il tratto distintivo di un uomo coraggioso è quello di parlare poco e di compiere delle grandi azioni. A volte il silenzio del saggio vale più del ragionamento del filosofo, poiché è una lezione per gli impertinenti e un'ammonizione per i colpevoli.

(da *L'arte di tacere* dell'abate Dinouart, 1771)