

L'empatia che tutto comprende

Le virtù dell'ascolto vincono i mali che inibiscono le relazioni

di **Nello Dell'Agli**

teologo e psicoterapeuta

Ipotesi di non comunicazione

Con tutti i nostri sensi, col cuore, con la mente, siamo naturalmente predisposti a capire il prossimo e ad empatizzare con lui. Perché allora è difficile capire le ragioni degli altri? Forse - si potrebbe pensare - ciò avviene quando non percepiamo l'altro come amico. O, all'opposto, quando lo percepiamo amico e perciò ci deve sempre capire e mai deludere.

Forse la disponibilità all'ascolto dipende dalla serenità della nostra storia e dalla mancanza di ferite affettive. Certo, il passato ci condiziona, ma non è vero anche che alcune persone ferite hanno una sensibilità maggiore proprio perché ammaestrate dalla sofferenza? La disponibilità all'ascolto e la competenza dipendono da alcuni mali e da alcune virtù presenti nel nostro animo, nei confronti dei quali tocca a noi prendere liberamente e responsabilmente posizione.

San Francesco ce ne parla nell'Ammonizione XXVII:

«Dov'è amore e sapienza ivi non è timore né ignoranza;

dove è pazienza e umiltà, ivi non è ira né turbamento;

dove è povertà con letizia, ivi non è cupidigia né avarizia.

Dove è quiete e meditazione, ivi non è affanno né dissipazione.

Dove è il timore del Signore a custodire la sua casa, ivi il nemico non può trovare via d'entrata.

Dove è misericordia e discrezione, ivi non è superfluità né durezza».

I mali

Partiamo dall'analisi dei mali che, se non neutralizzati, ci impediscono di ascoltare, cercando di comprenderli in termini relazionali quali atteggiamenti che possono impedire l'incontro con l'altro.

Il timore. Letto in termini relazionali, esso indica che quello che ci dice l'altro ci impaurisce, a causa di una delle nostre tante insicurezze, sicché temiamo, se ascoltiamo veramente le sue ragioni, di non essere più in grado di sostenere le nostre, o che le nostre non valgono più o che noi stessi non siamo degni di stima o che la sua sofferenza ci può pesare "troppo": non è forse vero che, dinanzi al dolore del servo sofferente, tendiamo a coprirci il volto e a non voler accompagnare la sua sofferta narrazione?

L'ignoranza. Dal punto di vista interpersonale, essa ha a che fare con il poco impegno a capire la diversità e l'incomprensibilità altrui; è come se dicessimo: «Siccome sei diverso da me e a me straniero, non voglio faticare per imparare la tua lingua. Impara tu la mia o non c'è niente da fare». Non è forse vero che anche il linguaggio dell'Altro a volte ci risulta duro e ci porta a chiuderci all'ascolto? (cf. Gv 6,60).

Ira e turbamento. Può capitare che il racconto dell'altro ci irripi perché entra in conflitto con le nostre pretese riguardo a come l'altro dovrebbe essere e relazionarsi con noi e allora chiudiamo il contatto, come se dicessimo: «Ti ascolto solo se sei a mia immagine o se non ferisci il mio orgoglio».

Cupidigia e avarizia. Adorando la triade lavoro-successo-consumo si da sacrificare ad essa anche le relazioni con i nostri figli, come gli antichi cananei sacrificavano la prole agli idoli dei loro tempi, possiamo di fatto dire agli altri (anche alle persone care) che non ci interessano le loro ragioni e che tutto vogliamo tranne che farci ferire il cuore da esse.

Affanno e dissipazione. Dal punto di vista interpersonale, è come se dicessimo all'altro: «La ricerca del mio piacere e delle mie realizzazioni è ben più importante del vedere e ascoltare te».

Superfluità e durezza. Lette in termini relazionali, indicano l'eccessiva accondiscendenza verso l'altro (che mina le basi di un vero dialogo) e la chiusura nei suoi confronti dato che il limite dell'altro (i suoi sbagli, i suoi peccati, anche solo i modi in cui ci ferisce suo malgrado) non viene accolto con comprensione e riflessione, ma indurisce il nostro cuore.

I rimedi

Passiamo ora all'analisi delle virtù che sostengono l'ascolto. Anche in questo caso cerchiamo di farne una lettura attenta alla dimensione relazionale.

Amore. L'amore guarisce la paura e dal punto di vista relazionale esprime qualcosa di simile a questo: «Voglio ascoltarti al di là della paura che mi può suscitare il tuo racconto; e per far questo imparerò a conoscere le mie paure e a prendermene cura; così, pastore di me stesso, potrò custodire anche te».

Sapienza. La sapienza guarisce l'ignoranza e letta in termini interpersonali vuol dire la disponibilità ad attraversare con fiducia e in spirito di apprendimento i momenti e i periodi di incomprendimento. I padri della chiesa parlerebbero di *filoxenia* (amore per lo straniero) suggerendoci il desiderio di uscire fuori dai propri schemi usuali per capire quelli altrui.

Pazienza. La pazienza guarisce l'ira e significa, nel contesto dialogico, la disponibilità a portare il peso che il racconto dell'altro può recare, come ci invita l'apostolo: «portate i pesi gli uni degli altri» (cf. Rm 12), avendo interesse per "l'ecce homo" più o meno nascosto dentro la narrazione altrui.

Umiltà. L'umiltà guarisce il turbamento orgoglioso e, dal punto di vista relazionale, significa la rinuncia ad ogni atteggiamento di superiorità, memori, anche in questo caso, dell'invito dell'apostolo: «Gareggiate nello stimarvi a vicenda» (cf. Rm 12).

Povertà con letizia: la povertà con letizia guarisce la brama di possesso e, nel contesto interpersonale, crea le premesse per un autentico dialogo, come se dicessimo: «L'incontro con te e l'ascolto di te mi interessano più del possesso e nessuna sofferenza tra noi può togliere la gioia di fondo di riconoscerci alleati e fratelli nel Signore».

Quiete e meditazione. Esse guariscono dall'affanno e dalla dissipazione e si realizzano, dal punto di vista relazionale, nella disponibilità a custodire quanto l'altro ci narra e a riflettervi sopra.

Misericordia e discernimento. Guariscono dalla superfluità e dalla durezza; la misericordia si realizza nella disponibilità a guardare con comprensione il limite altrui, mentre il discernimento si realizza nella riflessione intelligente su ciò che capita a livello relazionale tra me e l'altro.

Sì, *dove lasciamo che sia il Signore a custodire la casa*, noi possiamo imparare alla sua scuola a custodire gli altri e le loro narrazioni, utilizzando tutte le difficoltà che l'ascolto pone come vie di apprendimento sapienziale. Allora, la nostra libertà si allea con quanto già predisposto nella natura umana e con la grazia del Signore diventiamo veramente uomini e donne secondo il cuore di Dio: libertà, natura e grazia al servizio dei processi di umanizzazione!

In riquadro:

dell'autore segnaliamo: *Parola, eucaristia e guarigione*, EDB, Bologna 2008.