

SILENTIUM

Il silenzio e la riflessione negli incontri

GIANCARLA BARBON - RINALDO PAGANELLI

Come in ogni cosa del mondo, esiste un silenzio buono e un silenzio cattivo. È buono quello che è efficace, perché trasmette un significato di forza a sostegno di una concezione e di obiettivi strategici ben definiti. È cattivo quello controproducente che dà all'interlocutore l'impressione di debolezza, di indecisione, e di non sapere che cosa si vuole. Se nella nostra società «l'uomo è diventato un'appendice del rumore», si fa sempre più urgente l'esigenza che ciascuno ritrovi la propria umanità attraverso l'apprendimento dell'antichissima arte di "ascoltare il silenzio". Solo il silenzio, infatti, rende possibile l'accoglienza, non soltanto della parola pronunciata ma anche della presenza di colui che parla.

Il silenzio: perché?

Purtroppo oggi il silenzio è raro. È forse la realtà maggiormente assente nelle nostre giornate. Siamo bombardati da messaggi sonori e visivi. I rumori ci derubano della nostra interiorità e le parole stesse vengono immiserite dal loro essere urlate. Abbiamo bisogno del silenzio. Ci è necessario da un punto di vista prettamente antropologico, perché l'uomo, che è un essere di relazione, comunica in modo equilibrato e significativo soltanto grazie all'armonico rapporto fra parola e silenzio. Ma abbiamo bisogno del silenzio anche dal punto di vista spirituale. Per la fede ebraica e cristiana il silenzio è una dimensione teologica. Dio parla attraverso il silenzio delle sue opere. Questa è una prima dimensione

La modernità è caratterizzata dall'ebbrezza della parola. Tutte le ideologie sono state segnate dalla retorica della parola, basti pensare ai discorsi di tanti governanti. Annunciare la Parola diventata carne esige un ben diverso approccio.

del silenzio di Dio. "I cieli narrano la gloria di Dio" (Sal 19,2), dunque non c'è bisogno di parole. È ciò che esiste, questa natura, questa terra e questo cielo che ci parlano, tacendo, del loro Creatore. Ecco un primo aspetto della fenomenologia del silenzio: la silenziosa scrittura dei cieli, quella che ci lascia stupiti di fronte alla bellezza del creato.

Inoltre Dio non parla nella potenza e nella grandezza, ma nella sconfitta. Dio parla nel silenzio. Sul monte Oreb, il profeta Elia percepì di essere alla presenza di Dio non nel frastuono di venti, tuoni e terremoto, ma solo quando ascoltò «la voce di un silenzio sottile» (1Re 19,12). «Nel silenzio è insito un meraviglioso potere di osservazione, di chiarificazione, di concentrazione sulle cose essenziali» (Dietrich Bonhoeffer).

Se credere in Dio fosse solo assicurazione, certezza, se Dio fosse solo il Dio dei ponti sospesi che ci fa superare ogni ostacolo, allora noi crederemmo come in un'ideologia che ci tranquillizza. Mentre il silenzio di Dio è lo spazio della nostra libertà. Gesù è la parola fatta carne, che rinvia a un abissale silenzio, il silenzio del Padre.

Per scoprire la realtà

Quando in un incontro mancano silenzio e riflessione, si creano problemi. Ne dobbiamo

fare un grande uso ad esempio se desideriamo distinguere le apparenze dalla realtà. Con il silenzio e la riflessione, infatti, possiamo fare in modo che la superficie delle cose e degli avvenimenti non siano veli opachi che occultano la realtà essenziale di ciò che accade.

Il silenzio e la riflessione sono come gli occhi che perforano la nebbia che confonde gli oggetti e appanna la verità. È necessario un minimo di silenzio perché l'attenzione della mente possa concentrarsi sulla considerazione di ciò che abbiamo davanti, per risolvere le questioni che, con certa frequenza, la vita quotidiana sottopone ai nostri occhi. È bene anche tacere ogni tanto. Chi tace può ascoltare e un uomo che ascolta riflette ed è in grado di imparare molte cose. Per contro, è molto difficile ascoltare quando non si è capaci di contenere la cascata di luoghi comuni e di parole banali.

I nostri incontri dispongono di pochi momenti di silenzio perché da molti è considerato un far nulla.

Il silenzio: come?

Dobbiamo ritrovare un modo di ascoltare in silenzio e di riscoprire la parola riflessiva. Sono due le grandi sfide che vengono a noi dagli scenari descritti:

- La sfida di ritrovare i sentieri del silenzio; non il silenzio della rinuncia, dell'incomunicabilità, dell'infinita solitudine, ma il silenzio come spazio dell'ascolto, dell'incontro, del dono.
- Dall'altra parte il bisogno di riscoprire la Parola in un tempo stanco di parole. In presenza di una cultura che non ha più certezze forti, in cui tutto sembra risolversi nella comunicazione volgare e rassicurante della

persuasione mediatica, dobbiamo mettere dentro la Parola che aiuta a riflettere.

Alcune attenzioni risultano fondamentali per dare ai nostri incontri un senso costruttivo:

- Il silenzio è custode dell'interiorità, in quanto ci conduce da una dimensione primaria e "negativa" di sobrietà, alla disciplina nel parlare o addirittura di astensione da parole. Il silenzio fa tacere i pensieri, le immagini, le ribellioni, i giudizi. È il difficile silenzio interiore, quello che trova il proprio ambito vitale nel cuore, luogo della lotta spirituale. Ma proprio questo silenzio profondo genera l'attenzione, l'accoglienza, l'empatia nei confronti dell'altro.

- In secondo luogo abbiamo bisogno di imparare nuovamente, ma a parlare nel senso di dire parole che vengano dal silenzio e che dimorino nel silenzio. Occorre imparare a tacere non per chiudersi nella prigione delle nostre solitudini, ma per lasciarsi raggiungere dalla parola che attira, che trasforma.

- Infine un terzo modello del silenzio del Dio biblico è un Dio che tace laddove vorresti che la sua parola si facesse sentire, lo scandalo del Dio nascosto davanti alla sofferenza dei suoi figli: "Io ho fiducia nel Signore che ha nascosto il suo volto alla casa di Giacobbe e spero in lui" (Is 8,17). Quando non c'è sofferenza, non c'è neanche pensiero e quando c'è pensiero vero, ci sarà anche dolore. Il pensiero è agonia, perché è lottare con la morte, lottare con la ferita ineludibile del dolore. Lo spirito è questa forza perché sa guardare in faccia il negativo e soffermarsi presso di lui. Questo soffermarsi è la magica forza che volge il negativo nell'essere. Possiamo constatare che non c'è una parola capace di rispondere a tutte le domande. L'uomo è un mendicante del cielo, un viandante, un pellegrino.

Il grembo dell'avvento di Dio

Se l'esistenza è esodo, il silenzio è provenienza e attesa della parola. Nell'uomo viandante, nel pellegrino del senso, il silenzio è anzitutto attesa riflessiva: nasce allo stupore davanti all'inspiegabilità della vita, del dolore. Quindi il silenzio è in qualche modo il grembo dell'avvento di Dio, dove tu fai silenzio perché la ferita della morte, la ferita del dolore ti hanno colmato di stupore, di attesa, di invocazione. Scopri di essere pensato, di essere amato, e che la tua casa non è la tua, ma è la casa dell'Altro in cui tu esisti, da cui vieni. Nell'abisso del silenzio, scopri di essere donato a te stesso.

Alcune attenzioni

L'adulto può essere imbarazzato di fronte alla proposta di momenti di silenzio o di riflessione, per questo indichiamo alcune semplici attenzioni da tener presenti:

Nei primi incontri saper vivere solo brevi spazi di silenzio.

In alcuni casi, per aiutare i partecipanti, si può offrire uno spazio di sottofondo musicale.

È utile dare una pista di riflessione, soprattutto le prime volte (domande, provocazioni) perché possa aiutare chi non è abituato a tacere.

Procedere via via con spazi più ampi di assenza di parole. Far emergere l'ascolto dell'altro e della vita.

Offrire piccoli aiuti per valorizzare il silenzio (annotare sensazioni, far emergere il mondo interiore, guardare i volti, un simbolo, ricordare...).

Passare dal silenzio alla contemplazione anche attraverso l'aiuto dell'immagine simbolica, dell'opera d'arte, dell'Icona...



Vai sul sito: trovi materiale per un incontro sul tema