



VICARIATO DI ROMA

Roma, 26 novembre 2021

A tutti i Sacerdoti,
Ai Religiosi e alle Religiose,
Ai Diaconi Permanenti
della Diocesi di Roma

Carissimi,

"Fate attenzione a come ascoltate" (Lc 8,18). Con l'inizio dell'Avvento desidero consegnarvi questo semplice strumento come aiuto per continuare il nostro ascolto spirituale di Dio e di fratelli.

Santa Maria dell'Ascolto sostenga il nostro cammino.

Con affetto

Angelo Card. De Donatis
Vicario Generale di Sua Santità
per la Diocesi di Roma

“FATE ATTENZIONE A COME ASCOLTATE”



Sono venuto qui per incoraggiarvi a prendere sul serio questo processo sinodale e a dirvi che lo Spirito Santo ha bisogno di voi. E questo è vero: lo Spirito Santo ha bisogno di noi. Ascoltatelo ascoltandovi. Non lasciate fuori o indietro nessuno. Farà bene alla Diocesi di Roma e a tutta la Chiesa, che non si rafforza solo riformando le strutture – questo è il grande inganno! –, dando istruzioni, offrendo ritiri e conferenze, o a forza di direttive e programmi ... ma se riscoprirà di essere popolo che vuole camminare insieme, tra di noi e con l'umanità. Un popolo, quello di Roma, che contiene la varietà di tutti i popoli e di tutte le condizioni: che straordinaria ricchezza, nella sua complessità! Ma occorre uscire dal 3-4% che rappresenta i più vicini, e andare oltre per ascoltare gli altri, i quali a volte vi insulteranno, vi caceranno via, ma è necessario sentire cosa pensano, senza volere imporre le nostre cose: lasciare che lo Spirito ci parli.

Papa Francesco alla Diocesi di Roma, 18 settembre 2021

“Fate attenzione dunque a come ascoltate; perché a chi ha, sarà dato, ma a chi non ha, sarà tolto anche ciò che crede di avere”. (Lc 8,18)

Al termine della parabola del seminatore e dopo aver offerto l'immagine della lampada che va messa sul lucerniere, l'evangelista Luca chiude con queste parole di Gesù: Fate attenzione a come ascoltate. Nell'avverbio “come” – oltre al “quello che ascoltate” di Mc 4,24 – si gioca tutto la qualità del nostro rapporto con Dio e con il prossimo. Sembra che il Signore voglia dire che uno ascolta con il cuore più che con le orecchie, e che la sua vita interiore influisce sulla parola di Dio: o uccidendola oppure facendola vivere e crescere rigogliosa.

Proponiamo quindi sette punti che, per il tempo di Avvento, ma validi per tutto l'anno, possono essere spunti di meditazione per approfondire la dimensione dell'ascolto e per una condivisione fraterna.

ADORAZIONE

1. PER ASCOLTARE BISOGNA ADORARE

*Gli occhi del Signore sui giusti, i suoi orecchi al loro grido di aiuto
(Sal 34,16)*

Amo il Signore perché ascolta... (Sal 116,1)

Noi crediamo in un Dio che è relazione. Per la sua parola vengono creati i cieli e la terra e quanto in essi è contenuto. Dio parla e, comunicando con le sue creature, le *ascolta*. Il Signore dell'universo ascolta il suono del mondo e di chi vi abita. Ascolta il grido e il sussurro della preghiera. Ascolta il subbuglio e il silenzio dei cuori.

Se vogliamo crescere nell'arte dell'ascolto siamo chiamati a partire dall'orecchio di Dio, teso verso di noi, capace di penetrare e udire ciò che noi non sappiamo esprimere ed è sepolto nel nostro “io” più profondo.

L'orecchio di Dio ascolta e ricorda tutte le nostre lacrime, dal sangue di Abele al grido degli Israeliti in Egitto, fino alla supplica di Gesù sulla croce.

Per imparare ad ascoltare, allora, il primo passo è immergerci in Dio e metterci dalla parte del suo orecchio. È adorarlo, chiedendo di immedesimarci in Lui, nell'ascolto di noi stessi e dell'umanità.

È quanto accade a Mosè. Con lui Il Signore parlava faccia a faccia, come uno parla con il proprio amico (Cfr. Es 33,11). Il dialogo presuppone un ascolto reciproco. Immaginiamo quindi Mosè e Dio in una splendida relazione di amicizia, nella parola, nel silenzio, nell'ascolto.

Nella Bibbia abbiamo anche l'immagine nuziale che esalta la bellezza dell'ascolto reciproco tra sposo e sposa. Se la sposa riconosce da lontano la voce dell'Amato, anche lo sposo chiede con forza: "O mia colomba, che stai nelle fenditure della roccia, nei nascondigli dei dirupi, mostrami il tuo viso, fammi sentire la tua voce, perché la tua voce è soave, il tuo viso è incantevole" (Ct 2,14).

"Fammi sentire la tua voce". Dio sa che il volto dell'umanità assume tutta la sua forza di espressione quando è animato dalla voce. Se vedendo una persona dopo tanto tempo abbiamo dubbi sulla sua identità, non ci resta che farla parlare e la riconosceremo.

È bello sapere che Dio mi ri-conosce dalla voce. Ognuno di noi è unico e prezioso ai suoi occhi e alle sue orecchie.

La liturgia è segno di questo reciproco ascolto. Nella liturgia della Parola si alterna la voce di Dio e la voce dell'uomo, perché possiamo aprirci all'adorazione del Verbo fatto carne, del Figlio donato a noi come cibo per il nostro cammino.

GRAZIA

2. L'ASCOLTO È UN DONO DI GRAZIA

*Parla, Signore, che il tuo servo ti ascolta
(Sal 34,16)*

Nei giorni in cui la Parola di Dio era rara (cfr. 1Sam 3,1), Dio si ripresenta, nella notte, pronunciando il nome di "Samuele". Il giovanetto si alza per tre volte, credendo che lo chiamasse l'anziano sacerdote Eli. Alla terza volta lo stesso Eli comprende che è il Signore a chiamare il giovane e lo invita – se Dio si presentasse di nuovo – a rispondere dicendo: "Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta". Il Signore venne, stette accanto a lui e lo chiamò¹.

Solo ascoltando veramente Dio, come ha fatto Samuele, si possono ascoltare i fratelli.

È l'atteggiamento dell'apostolo che Gesù amava (cfr. Gv 13,23), che posa il capo sul petto di Gesù e ne ascolta il battito del Cuore. Se vogliamo uscire in missione abbiamo bisogno prima di ascoltare il battito del Cuore di Gesù che non smette di amare neanche quando sta annunciando il tradimento di Giuda (cfr. Gv 13,21).

L'ascolto di quel battito, la contemplazione del Cuore di Gesù, ci portano ad essere immessi dallo Spirito Santo nel *mistero dell'amore di Dio che cerca le anime*. L'amore del Padre per i suoi figli è incomprensibile secondo le nostre categorie. Se ascoltiamo le ragioni della nostra "giustizia retributiva", le nostre logiche asfittiche, non comprenderemo mai perché dovremmo fare la fatica di uscire di casa per andare ad ascoltare qualcuno che forse nella vita quotidiana non degnerebbe neanche del nostro saluto.

Si dice che per andare ad evangelizzare occorra aver fatto un'esperienza personale dell'amore di Dio, si dice che non si possa parlare a qualcuno di un amore che non si conosce.

Chi ha vissuto la Grazia di questo incontro può però essere appesantito poi dall'accidia, l'indifferenza, l'egoismo, la tiepidezza. Il cuore umano è fragile, è soggetto a mutevoli cambiamenti e se non è costantemente nutrito dalla grazia... si spegne. Per questo, per evangelizzare occorre sempre, prima, ricavarsi del tempo per *posare nuovamente il capo sul petto di Gesù ed ascoltarne il battito*. Se voglio mettermi in ascolto del cuore delle persone, devo almeno aver intuito la potenza e l'inesauribilità dell'amore di Gesù per le anime, devo aver recuperato almeno *l'intuizione di*

¹ La confidenza con il Signore rimarrà per tutta la vita del profeta. Quando a Samuele ormai vecchio verrà fatta la richiesta da parte degli anziani di Israele di avere un re al governo, il profeta si opporrà a questa richiesta, perché Israele ha già Dio che lo governa... ma il popolo rifiuterà di ascoltarlo. Il testo biblico dice allora che Samuele "ascoltò tutti i discorsi del popolo e li riferì all'orecchio del Signore. Il Signore disse a Samuele: "Ascoltali..." C'è paradossalmente anche un rifiuto di Dio nei confronti del suo profeta, come un metterlo alla prova. Samuele ha già ascoltato il popolo e ha riferito al Signore, ma Dio gli dice di ascoltarli *di nuovo*, di accogliere la loro richiesta, di percorrere una via nuova istituendo la monarchia con tutte le sue conseguenze. Ciò che colpisce di tutto questo è comunque la confidenza che Samuele ha con Dio, tanto da potergli *parlare all'orecchio*.

quell'amore. Se questa sovrabbondanza non c'è, se non l'ho presente, il senso stesso e la forza intrinseca dell'evangelizzazione vengono meno.

L'ascolto del Cuore di Cristo è sua Grazia, è un atto di fede – a volte non accompagnato da particolari emozioni, anzi, anche segnato da aridità – così potente, da illuminare il nostro agire, da imprimere un segno nella memoria spirituale.

L'ascolto profondo dell'interlocutore è possibile solo nella misura in cui – almeno con la coda dell'occhio della nostra anima – ci mettiamo davanti al mistero dell'amore di Dio per le anime. Dobbiamo essere costantemente consapevoli che Dio ama la persona che abbiamo di fronte di un amore indicibile. Questa consapevolezza ci permetterà di non fermarci neanche quando ci imatteremo nella miseria del nostro amore personale che funziona ad intermittenza. Quando l'evangelizzatore perde le forze, quando non ci crede più, è perché ha smesso di puntare lo sguardo sull'amore di Dio per le anime e ha incontrato il proprio. Evangelizzare vuol dire essere consapevoli di dover favorire l'incontro tra le anime e Dio sapendo che l'azione dello Spirito Santo, nella sua divinità, trascenderà totalmente le nostre piccole iniziative e parlerà al cuore dell'interlocutore ad una profondità che non possiamo immaginare. Allora potremo abbandonarci con meraviglia al mistero di un Dio che ci manda dal fratello che non conosciamo per annunciargli il Suo amore, non il nostro.

Come si ascolta il battito del Cuore di Cristo? Pregando, chiedendo a Dio di "ricordare" al mio cuore quanto smisurato sia il Suo amore per il fratello che sto per incontrare e soprattutto facendo memoria di quando io mi sono sentito cercato, incontrato dal Dio della Misericordia. Colui che poggia il capo sul petto di Gesù infatti è un apostolo *amato*. Il desiderio di evangelizzazione nasce *sempre* dall'essersi sentiti amati da Dio; è la consapevolezza dell'amore di Dio per noi che si trasforma in modo naturale, quasi necessario, in un dinamismo contagioso.

COMANDAMENTO

3. L'ASCOLTO È UN COMANDAMENTO DELL'AMORE PER AMARE

Io non ho che da ascoltare, è Lui che deve parlare; perché io ho da essere illuminato, e Lui è la luce; io sono l'orecchio, Lui è il Verbo (S. Agostino)

Nel Vangelo, quando gli domandano qual è il primo comandamento, Gesù risponde: «Ascolta, Israele». Poi aggiunge il primo comandamento: «Amerai il Signore tuo Dio con tutto il cuore [...] e il prossimo come te stesso» (Mc 12,28-31). Ma anzitutto: «Ascolta, Israele». Ascolta, *Shema*.

Gesù ci richiama all'ascolto di Dio.

Questo comandamento è un "mandato", un invito quotidiano, un dono di ogni giorno che dovrebbe essere il motivo del risveglio mattutino e la serenità del sonno della sera. Se infatti conosci e ami Colui che ti parla, non puoi che desiderare di ascoltarlo.

Invita noi cristiani, tra le migliaia di parole che sentiamo ogni giorno, a trovare qualche minuto per far risuonare in noi poche parole del Vangelo. Gesù è la Parola: se non ci fermiamo ad ascoltarlo, passa oltre. Se noi non ci fermiamo per ascoltare Gesù, passa oltre. Sant' Agostino diceva: "Ho paura del Signore quando passa". E la paura era di lasciarlo passare senza ascoltarlo. Ma se dedichiamo tempo al Vangelo, troveremo un segreto per la nostra salute spirituale.

La prima vocazione del cristiano è ascoltare Dio e renderci liberi perché la sua voce risuoni e rimanga in noi. Non possiamo e non vogliamo essere "ascoltatori smemorati".

Fate attenzione a come ascoltate. È una illusione pensare di poter decifrare i bisogni autentici degli uomini e delle donne di oggi senza aver sostato e digerito la Parola. Senza la grammatica della Parola non si decifrano le parole delle persone. In quel "come" sta tutta la qualità del nostro ascolto.

4. ASCOLTARE È ACCOGLIERE LA PAROLA, COME MARIA

*Il Signore Gesù, che fece udire i sordi e parlare i muti,
ti conceda di ascoltare presto la sua parola, e di professare la tua fede,
a lode e gloria di Dio Padre*

Non è un caso che la prima parabola di Gesù, una delle due che ha la spiegazione – oltre a quella del grano e della zizzania – sia proprio sull'ascolto della Parola.

La dinamica dell'ascolto è condizionata dal tipo di terreno della nostra vita. Quando non ascoltiamo affatto ci ritroviamo come la strada che non ha possibilità di accogliere il seme; in altri casi non ascoltiamo, ma ci limitiamo a "sentire" senza interiorizzare la Parola e quindi bastano le preoccupazioni del mondo, un momento di prova o l'inganno delle ricchezze per distoglierci dalla Parola. Se invece siamo "humus", terreno buono fecondato di "umiltà" possiamo ascoltare come Maria e rispondere alla Parola ascoltata con una "offerta".

A Nazareth Maria, umile, è *travolta* dall'esperienza di Dio che le viene incontro, e, se pure piena di un umano timore, tutta si abbandona alla promessa che nasce da questo incontro e subito dice il Suo "Eccomi, si compia!". Maria ascolta il Dio dell'impossibile che si fa misteriosamente presente nell'ordinarietà della sua vita quotidiana e la prima cosa che fa è la più semplice, ma anche la più difficile: offre se stessa a Colui che a Lei si è offerto. Offre il Suo grembo a una promessa d'amore.

È così che Dio entra nel tempo, nella storia, nella carne dell'umanità. Non fa nessuna opera, solo accoglie il Mistero che la invade. Mi pare questo il primo passo di ogni evangelizzazione che germina dall'ascolto, un passo che forse si dà troppo per scontato: *offrire se stessi* all'invasione di Dio in tutte le fibre del proprio essere. Maria non si chiede che cosa fare, ma solo si sente invasa da una bellezza di Vita e di senso che l'ha incontrata, l'ha cambiata, ha riempito il Suo cuore. E ciò che è pieno trabocca, ciò che è luminoso si irradia... Mi colpisce sempre che, quando nella Chiesa antica sono diminuiti i martiri per lo spegnersi delle persecuzioni, i monaci hanno capito che bisognava continuare a vivere il martirio, un martirio incruento, ma non meno profondo, per la fecondità dell'evangelizzazione. Così Benedetto si è ritirato nella solitudine e ha composto la *Regola* che comincia proprio con l'ascolto del Signore: "Ascolta, figlio mio, gli insegnamenti del maestro e apri docilmente il tuo cuore; accogli volentieri i consigli ispirati dal suo amore paterno e mettili in pratica con impegno". L'ascolto è sempre obbedienza e "messa in pratica" della Parola. La Parola ascoltata si fa Vita nella vita di chi a lei si è offerto e si annuncia da sé, continua a parlare parole di vita...

Maria a Nazareth non fa nulla, non fa nessuna opera, ma mostra l'Opera, l'unica vera opera che è la sua fede, la sua fiducia sconfinata nell'adempimento della Parola. Lo stesso Gesù un giorno dirà a chi gli chiede: «Che cosa dobbiamo fare per compiere le opere di Dio?», «questa è l'opera di Dio: credere». Forse di quest'opera il mondo oggi ha molto bisogno: non della fede in un complesso di verità dottrinali, pure importanti, ma di una fiducia che fa risorgere, di uno sguardo penetrante sulla realtà che ne fa scorgere il senso, attraverso una sapienza divina, misteriosa, che è donata solo allo sguardo della fede.

5. ASCOLTARE È SCENDERE NEGLI INFERI DELLA NOSTRA VITA

L'abisso chiama l'abisso

Quando veramente diamo spazio a Dio, quando facciamo silenzio e ci mettiamo in ascolto della sua Parola, allora sarà naturale ascoltare i fratelli non a livello superficiale, ma scendendo nel "profondo", nell'abisso, negli "inferi". Ma il primo abisso che incontriamo sarà il nostro, scoprendo che siamo noi i primi a non ascoltare e a non volerci ascoltare. È l'esperienza della "durezza di cuore",

della “sclerocardia” che ha sperimentato anche Israele con l’ostinazione a non ascoltare Dio per ascoltare se stessi. Troppa dissipazione uccide in noi la Parola: ore passate in discussioni e parole inutili, stanchezza cronica, uno stile di vita non sano, voler fare tutto sempre e comunque, tempo fagocitato dai social... A volte facciamo fatica ad ammettere che stiamo male, facciamo fatica a chiedere aiuto, incapaci di intercettare anche i segnali del nostro corpo. Ma è solo scendendo nella nostra miseria che possiamo diventare compassionevoli nei confronti degli altri, desiderando di “uscire” e di far “uscire”. Ogni atto di ascolto, per un credente, è l’inizio di un esodo, di un cammino di uscita da sé per incontrare un Altro, un Esodo che avviene essenzialmente nell’Ascolto!

SILENZIO

6. PER ASCOLTARE È NECESSARIO IL SILENZIO

*Se urlì tutti ti sentono. Se bisbigli ti sente solo chi ti sta vicino.
Ma se stai in silenzio solo chi ti ama ti ascolta. (Ghandi)*

Dobbiamo confessarlo. Abbiamo bisogno del silenzio. Ne abbiamo bisogno umanamente perché ogni persona, che è essere in relazione, comunica in modo equilibrato e significativo solo grazie all’armonia tra parola e silenzio. Ma ne abbiamo bisogno anche dal punto di vista spirituale. Per il cristiano il silenzio è una dimensione teologica; solo sul monte Oreb, dopo il vento impetuoso, il terremoto e il fuoco, il profeta Elia riconosce il passaggio di Dio nella “voce di un silenzio sottile”; come udì quest’ultima, Elia si coprì il volto con un mantello e si mise alla presenza di Dio.

La rivelazione di Dio nella Bibbia non passa solo attraverso la Parola, ma avviene anche nel silenzio, un silenzio eloquente. Sant’Ignazio di Antiochia dice che “la Parola procede dal silenzio”. Il Dio che si rivela nel silenzio e nella parola esige dall’uomo l’ascolto, e all’ascolto è essenziale il silenzio. “Nel silenzio” afferma Bonhoeffer “è insito un meraviglioso potere di osservazione, di chiarificazione, di concentrazione su cose essenziali”.

Ancora una volta ci affidiamo all’ascolto di Maria. L’evangelizzatore dovrebbe chiedere allo Spirito Santo l’ascolto di Maria che è un ascolto vigile, costante, infuso. Maria è vissuta ascoltando il battito del Cuore di Gesù crescere dentro di lei e ha tradotto quel battito in un’incessante intercessione per l’umanità. Anche l’evangelizzatore nell’atto di accogliere la sofferenza, i desideri, le speranze dell’altro, è chiamato subito a *rioffrire* tutto quello che ascolta dell’interlocutore al Signore affinché sia Lui a sanare quelle ferite, a purificare quei desideri, a realizzare quelle speranze.

Nell’esperienza pastorale ci accorgiamo che quando l’evangelizzazione si fa pesante, quando parlare con le persone diventa faticoso è perché chi evangelizza sta dimenticando di essere un tramite; non sta tenendo sufficientemente in mente il fatto che lui non salva nessuno e che chi salva è solo il Signore. A volte quando ci si imbatte in una storia dolorosa l’immedesimazione, l’empatia e il desiderio di portare sollievo potrebbero indurre l’evangelizzatore a *caricarsi* di quei dolori e di quelle sofferenze. Ciò sarebbe sbagliato. Lungi dall’essere un atto egoistico, ridonare subito a Dio i pesi dell’interlocutore significa sapere chi siamo e cosa possiamo/dobbiamo fare.

Maria è colei che a Cana di Galilea anticipa *i tempi della pienezza*, è colei che *non dubita perché sa di essere sempre ascoltata da Dio*. E Dio l’ascolta perché Maria è umile, è consapevole della grandezza di Dio e della sua piccolezza. Eppure quella piccolezza, nell’amore reciproco tra Dio e la sua creatura, diventa *onnipotenza per grazia* come dice Sant’Alfonso Maria de Liguori nel sesto capitolo de “Le glorie di Maria”².

² Restava però il fatto che, mentre il Figlio è onnipotente per natura, la Madre è onnipotente per grazia. Infatti il Figlio non nega alla Madre niente di quanto ella gli chiede, come fu rivelato a santa Brigida. La santa udì un giorno Gesù che parlando con Maria le disse: ‘Madre mia, tu sai quanto ti amo; perciò chiedimi quello che vuoi, perché qualsiasi tua domanda non può non essere esaudita da me’. E Gesù ne spiegò mirabilmente la ragione: ‘Poiché non mi hai negato nulla sulla terra, non ti negherò nulla in cielo’.

L'evangelizzatore dovrebbe incontrare le persone con l'intima certezza nel cuore che se Dio lo manda come Suo messaggero gli riconoscerà anche un'autorevolezza nell'intercedere per coloro che ne hanno bisogno. *L'ascolto dell'evangelizzatore è esso stesso intercessione* quando si è consapevoli di dover mostrare ad un fratello l'amore del Padre. La missionarietà più efficace è quella che si sviluppa nell'intimo del missionario che prima di ogni parola e azione sa di essere mandato a pregare per coloro che incontra e a intercedere per loro.

ANNUNCIO

7. CHI ASCOLTA ANNUNCIA. LE TRE TAPPE DI MARIA

Maria "in fretta" visita Elisabetta: l'evangelizzazione è ascolto che conduce all'incontro

L'esperienza del suo grembo gravido suscita in Maria il desiderio di un incontro, il desiderio di uno scambio di senso, di una condivisione di esperienza. Per questo va da Elisabetta. Ci piace pensare che non è solo per aiutarla che ci va, e forse non tanto per questo. Va da lei perché mossa dalla gioia di una condivisione, ma anche per essere confermata in quel "segno" che l'angelo stesso le aveva promesso. Maria va e porta ciò che la abita, e mentre porta Gesù si accorge che Lui già agisce nel suo grembo. Potremmo dire che Maria nell'incontro con Elisabetta è evangelizzatrice ed evangelizzata. Ogni incontro è sempre occasione per portare Gesù e per ricevere Gesù. Nell'incontro Maria diviene pienamente consapevole di Chi la abita, viene confermata e può cantare il suo *Magnificat*. Portando Gesù è Lei pure che lo riceve e lo comprende come il Dio che, accolto nella sua storia personale, si fa presente nella storia dell'intera umanità. Nell'incontro vitale con ogni persona noi possiamo *dare Gesù*, non tanto nel fare o nel dire, quanto piuttosto, come direbbe Charles de Foucauld, "nella misura della grazia che accompagna i nostri atti, nella misura nella quale Gesù vive in noi, nella misura nella quale i nostri atti sono degli atti di Gesù che agisce in noi e vive attraverso di noi". Così, in una vicinanza cordiale, mentre semplicemente Maria "si fa tenera amica", cercando con Elisabetta un contatto affettuoso e fraterno, Gesù si rende presente in quell'incontro e in quel "fra" dell'amore viene riconosciuto. Mi pare che, se abbiamo Gesù in noi, ci muove il suo stesso desiderio di incontrare gli uomini e dunque potrà avvenire "l'evangelizzazione da contatto" che è fatta dal semplice essere uomini fra gli uomini, ma uomini, e donne ovviamente, "profumati di tutti i profumi del Vangelo". Il profumo si sente, non lo devi dire. Quando si sente allora nascono le domande. Una vita che si fa memoria di Gesù non può non suscitare domande... Ma se anche queste domande non nascessero, se abbiamo Gesù, ugualmente lo portiamo. Forse ad alcuni non sarà opportuno dire neppure una parola su Dio e bisognerà solo pazientare come Dio pazienta, o solo pregare, a qualcun altro si potrà a volte dare quel "qualcosa" che può portare, ma sempre nell'incontro sincero con ogni uomo si potrà caricarlo sulle spalle e portarlo con sé nella comunione con Dio. Evangelizzare senza fare cose eccezionali, vivendo semplicemente la vita di tutti, in compagnia di tutti, ma non "come" tutti. Come si dice nella lettera a Diogneto "i cristiani non si differenziano dagli altri uomini né per territorio, né per il modo di parlare, né per la foggia dei loro vestiti. Infatti non abitano in città particolari, non usano qualche strano linguaggio, e non adottano uno speciale modo di vivere". Eppure c'è un *come* vivono le cose di tutti che fa la differenza.

Maria a Cana: l'ascolto dell'altro, eco di un Dio che ascolta

A Cana Maria si fa Maestra di ascolto: lei si accorge, vede le necessità e i bisogni di chi la circonda, intercetta la mancanza di gioia che sta per offuscare il banchetto nuziale. Il suo è uno sguardo partecipativo e intuitivo, Lei è la *Vergine dell'attenzione*. La stessa attenzione piena di amore che le ha permesso di ascoltare l'annuncio dell'angelo, Maria la esercita anche nell'ascolto delle



persone. Come dice Simone Weil, “l’attenzione è distaccarsi da sé e rientrare in sé stessi, così come si inspira e si espira... consiste nel sospendere il proprio pensiero, nel lasciarlo disponibile, vuoto e permeabile all’oggetto, è la forma più rara e più pura della generosità”. Solo questo tipo di attenzione, che nasce da un cuore vuoto di sé, ci permette di fare agli altri spazio dentro di noi, sgombrando ogni prevenzione, giudizio e istinto di rifiuto. Un ascolto così è già un annuncio, forse l’annuncio più bello: “Tu per me *sei*, esisti nella tua unicità”. È come fare eco con la propria accoglienza a quella Parola: “Tu sei prezioso ai miei occhi, sei degno di stima e io ti amo” (Is 43,4).

Attraverso questo ascolto partecipativo, Maria *indica*, indica il Figlio e invita all’obbedienza a Lui: “tutto quello che vi dirà, fatelo”. Quando sei eco rimandi alla Parola da cui la tua eco proviene... Quando ascoltiamo in profondità ci facciamo eco della Parola creatrice di Dio che si ritira per farci essere, e dunque inevitabilmente rimandiamo a Lui. Nell’ascoltare l’altro noi ci facciamo spazio per la sua alterità e diveniamo così eco del Dio trinitario che in se stesso fa spazio alla sua creatura creandola nell’assoluta gratuità dell’amore. Il vero ascolto dunque indica sempre, rimanda a quel Mistero per cui solo è possibile, il Mistero di un Dio che si limita, si contrae per farmi essere. Se ascoltiamo in profondità diventiamo immagini di un Dio che è sempre in ascolto: “Ho ascoltato il grido del mio popolo” (Es 3,7). “Questo povero grida e il Signore lo ascolta” (Sal 34,7).

Maria “sta” sotto la Croce:

evangelizzare è ascoltare la sofferenza degli uomini e la sofferenza di Dio

Stabat Mater. Maria evangelizza anche rimanendo nel silenzio di Dio sotto la Croce. Il momento più alto dell’Amore di Dio per noi si mostra sulla Croce: così il Signore ha scelto di salvare il mondo. Potremo noi evangelizzare diversamente? Quale notizia più bella della bellezza di un Dio che “mi ha amato e ha dato se stesso per me”, che mi ha amato “fino alla fine”? Maria si fa evangelizzatrice nel “patire l’Amore” del Figlio, con Lui, in Lui. La Croce risignifica tutte le sofferenze dell’uomo. Dio ha ascoltato a tal punto la sofferenza dell’uomo che ha voluto prenderla su di sé e in sé. Così ha portato la grande e bella notizia: nessuna sofferenza è senza senso, ogni dolore può avere un valore infinito e diventare il segno dell’amore più grande, l’amore di un Dio. Evangelizzare con Maria è dunque stare come Lei ai piedi delle mille croci degli uomini, stare in silenzio, “esserci” nelle sofferenze degli altri. È lo stare del “*com-patire*”: lasciarsi attraversare dal dolore degli altri. Ma è anche sentire in sé l’Amore e il Dolore del Figlio che si dona incompreso dai più e annunciare un Amore che è più forte della morte, un amore che vince la morte attraversandola. Maria patisce col Figlio le sue stesse sofferenze, obbedisce alla Croce. Obbedire significa “ascoltare stando di fronte”. Maria rimane di fronte alla Croce e vi aderisce con amore e così in questo supremo ascolto, diventa la più grande evangelizzatrice: l’Amore rimane oltre la morte e la vince.

Fate attenzione a come ascoltate. Nell'avverbio "come" – oltre al "quello che" ascoltate di Mc 4,24. Le parole di Gesù, dunque, indicano quanto sia indispensabile un certo tipo di ascolto per entrare più in relazione con Dio e con il prossimo.

Sin dalla nascita, dal primo grido di vita del neonato c'è parola che cerca, domanda ascolto nell'altro, capace di accogliere, riconoscere e dar senso, esistenza alla sua "voce". Per tutto l'arco della nostra esistenza, nelle varie fasi evolutive che la caratterizzano siamo immersi nelle relazioni e nei processi interattivi della comunicazione attraverso cui costruiamo i significati impliciti ed espliciti della nostra esistenza. Un aspetto fondamentale della comunicazione e quindi delle relazioni umane è costituito dall'ascolto e in particolar modo dalla capacità di dare ascolto. Nell'epoca del virtuale e dell'iper-connessione, che caratterizza il nostro tempo, siamo costantemente in contatto con l'altro, un contatto, però, in cui spesso siamo portati solo a sentire più che ad ascoltare. Il tempo della pandemia in cui siamo immersi, inoltre, è attraversato dal dolore, disorientamento, solitudine e paura, condizione che ancor di più invoca uno modo ed un tempo dell'ascolto dell'altro capace di far spazio dentro di sé per accogliere, sentire, riconoscere e comprendere la parola dell'altro. Per rendere possibile un contatto più autentico e profondo, che consente una qualità di relazione migliore è necessario interrogare sia la capacità di ascolto che il *come* ascoltare. Uno dei modi più efficaci nella comunicazione è l'**ascolto attivo**. L'ascolto attivo consiste nella capacità di porre attenzione alla comunicazione dell'altro senza formulare giudizi. È basato sull'accettazione e l'empatia, utile non solo a promuovere la capacità di esprimere in modo corretto ed efficace le proprie emozioni o argomentazioni, ma anche a saper ascoltare e percepire le ragioni e i sentimenti degli altri, stabilendo quel contatto autentico che può diventare base per relazioni arricchenti ed efficaci. Un ascolto, dunque, partecipativo e costruttivo. Sviluppato dal lavoro di C. Rogers, psicologo americano, l'ascolto attivo consiste nell'ascoltare l'altro con attenzione e in modo aperto, costruendo fiducia, rispetto ed empatia con l'interlocutore in modo che quest'ultimo possa esprimersi liberamente, senza paura di un giudizio affrettato e soprattutto senza pressioni. L'ascolto attivo si basa sull'empatia e sull'accettazione. Esso si fonda sulla creazione di un rapporto positivo, caratterizzato da "un clima in cui una persona possa sentirsi empaticamente compresa" e, comunque, non giudicata. Quando si pratica l'ascolto attivo, invece di porsi con atteggiamenti che tradizionalmente vengono considerati da "buon osservatore", ossia, come persone impassibili, "neutrali", sicure di sé, incuranti delle proprie emozioni e tese a nascondere e ignorare le proprie reazioni a quanto si ascolta, è più opportuno rendersi disponibili anche a comprendere realmente ciò che l'altro sta dicendo, mettendo anche in luce possibili difficoltà di comprensione. In questo modo è possibile stabilire rapporti di riconoscimento, rispetto e apprendimento reciproco. Per diventare "attivo", l'ascolto deve essere aperto e disponibile non solo verso l'altro e quello che dice, ma anche verso se stessi, per ascoltare le proprie reazioni, per essere consapevoli dei limiti del proprio punto di vista e per accettare il non sapere e la difficoltà di non capire.

I principali elementi che caratterizzano una buona attività di ascolto, sono:

sospendere i giudizi di valore e l'urgenza classificatoria, cercando di non definire a priori il proprio interlocutore o quanto egli dice in "categorie" di senso note e codificate;

osservare ed ascoltare, raccogliendo tutte le informazioni necessarie sulla situazione contingente, ricordando che il silenzio aiuta a capire e che il vero ascolto è sempre nuovo, non è mai definito in anticipo in quanto rinuncia ad un sapere già acquisito;

mettersi nei panni dell'altro – dimostrare empatia, cercando di assumere il punto di vista del proprio interlocutore e condividendo, per quello che "è umanamente possibile, le sensazioni che manifesta;

verificare la comprensione, sia a livello dei contenuti che della relazione, riservandosi, dunque, la possibilità di fare domande aperte per agevolare l'esposizione altrui e migliorare la propria comprensione. Un buon esito dell'ascolto attivo, che non bisogna confondere con una mera tecnica, consiste, quindi, nel **comunicare la nostra comprensione di quanto l'altro ci sta dicendo**.

Ciò che è importante sottolineare, è che da questa modalità di ascolto è escluso non solo il giudizio, ma anche il dar consigli, il moralizzare, il distrarsi, il rimanere impassibili, il mostrarsi impazienti; questi sono aspetti che costituiscono messaggi di rifiuto.

La necessità di un ascolto più aperto, empatico, partecipativo, scevro da pregiudizi e tendenze al rifiuto ma che al contrario crea spazio dentro di sé ad accogliere l'altro, nella sua unicità e diversità è quanto mai attuale considerando il presente che viviamo. Se pensiamo, infatti, alle forme di intolleranza esasperate e rigidità nei confronti dello "straniero", del "diverso" da noi per genere, identità di genere, colore, nazionalità, scelte politiche etc., appare sempre più necessaria un'azione tesa a proporre un ascolto diverso che rimanda all'idea di una frontiera, nel senso di un confine poroso, capace di distinguere l'identità dall'alterità ma al tempo stesso di consentire transiti, scambi, contatto con ciò che è altro da noi. Un confine dunque che attraverso un **Ascolto** più aperto e capace di accogliere più in profondità l'altro nella sua diversità esprime la sua porosità e non la sua chiusura più simile a un muro che determina inevitabili intolleranze e conflitti esasperati.