



“
QUESTI
È IL FIGLIO MIO,
IL PREDILETTO:
ASCOLTATELO!”

(Mc 9,7)



CAMMINO SINODALE

Natale 2022



**“QUESTI È IL FIGLIO MIO,
IL PREDILETTO:
ASCOLTATELO!”**

(Mc 9,7)

CAMMINO SINODALE

Natale 2022

Il primo
e più
importante
ascolto
è quello
della voce
di Dio.



“Questi è il Figlio mio, il prediletto: ascoltatelo!” (Mc 9,7)

Carissimi fratelli e sorelle,

in occasione del Santo Natale sono lieto di condividere con voi una meditazione sull'ascolto che, come sapete, è al centro di questo secondo anno di cammino sinodale.

Lo scorso anno pastorale, nei gruppi di discernimento comunitario, abbiamo cercato di ascoltare la voce dello Spirito, per comprendere cosa Dio stesse dicendo alla Chiesa di Roma, alle nostre parrocchie e comunità ecclesiali. Alla luce dell'ascolto della Parola di Dio e dell'ascolto tra di noi abbiamo cercato di discernere a quali cambiamenti siamo chiamati dal Signore. Abbiamo fatto così partire dei *cantieri*, che saranno tanto più fecondi quanto più riusciremo a metterci davvero in ascolto dello Spirito.

Quest'anno cercheremo di uscire dalle mura delle nostre comunità per andare nei villaggi, per le strade, nelle case e nei cuori di quanti abitualmente non incontriamo e non ascoltiamo, entrando in contatto con chi non abbiamo mai voluto o potuto raggiungere, per vedere come Dio agisce nella vita delle persone, e cercare di costruire ponti che uniscano mondi all'apparenza diversi e distanti dal nostro.

È vero, siamo nuovamente e per il quarto anno di seguito chiamati all'ascolto, ed è davvero grande il rischio, o la tentazione, di considerare questo “compito” come già svolto. Ma sarebbe un errore. Vale la pena quindi soffermarci ancora un po' sul tema dell'ascolto, per

riscoprire la sua importanza nell'ambito della nostra vita comunitaria ma anche in quello della vita spirituale personale di ciascuno di noi; comprendere che il primo e più importante ascolto è quello della voce di Dio, che ci rende poi desiderosi e capaci di praticare l'ascolto degli altri, di tutti coloro che Dio ci ha posto accanto come compagni nel nostro cammino di vita.



L'arte difficile dell'ascolto

Ascoltare è più difficile di quanto si possa pensare. Le difficoltà sono comprensibili: siamo più facilmente inclini a parlare piuttosto che ad ascoltare.



In realtà, noi non siamo *educati ad ascoltare*: da sempre ascoltiamo troppo passivamente, facendoci raggiungere da tutti i suoni che arrivano alle nostre orecchie ma molto spesso non selezionando quelli da far penetrare più nel profondo di noi stessi, permettendo loro di raggiungerci nell'intimo, di toccare la nostra anima.

Vale anche per noi quello che è vero per i bambini: solo dopo una lunghissima fase di apprendimento imparano a parlare, assimilando ciò che ascoltano; così è necessario anche per noi un lungo tirocinio per imparare ad ascoltare.

Plutarco diceva che “sbagliano i più nel ritenere che si debba esercitarsi prima nell’arte di parlare che in quella dell’ascoltare - e se ne vedono infatti i risultati - come se lo studio e l’esercizio fossero necessari solo per pronunciare un discorso, mentre l’ascolto potesse giovare di per sé stesso, anche se fortuito o superficiale. Chi gioca a palla impara contemporaneamente a prenderla e a lanciarla, ma la parola bisogna prima imparare ad accoglierla bene per poterla poi pronunciare...” (Plutarco, *l’Arte di ascoltare*).

IMPARARE AD ACCOGLIERE LA PAROLA È UN'ARTE NON FACILE DA APPRENDERE.



La stessa Chiesa, da sempre, è molto più abituata a parlare e ad insegnare, molto meno a mettersi in ascolto. Ma è necessario continuare in questo sforzo, anche se non ci viene naturale, perché solo con una giusta docilità di cuore è possibile realizzare, attraverso l’ascolto, quella comunione con i fratelli e con Dio a cui ciascuno di noi è profondamente chiamato.

Per questo motivo è bene chiederci, a questo punto del nostro cammino: *sono davvero capace di ascoltare? Come pratico l’ascolto quotidiano? Tra tutte le cose che ogni giorno ascolto, riesco anche ad ascoltare Dio, che mi parla attraverso la sua Parola e attraverso la mia vita? Riesco poi ad ascoltare le sorelle e i fratelli che camminano con me?*

Solo con una giusta docilità di cuore è possibile realizzare, attraverso l'ascolto, quella comunione con i fratelli e con Dio a cui ciascuno di noi è profondamente chiamato.

È fondamentale porci queste domande e comprendere che solo l'ascolto personale e intimo di Dio può portarci a volere e sapere ascoltare l'altro.

Le difficoltà nel riuscire in questo proposito sono molte, come accennato. Non ultimo il vivere in questo tempo così frenetico, in cui tutto scorre e viene vissuto a velocità dissennata.

Nell'attuale società del "fare", l'ascolto sembra essere una "non-attività". Rischia di essere vissuto come una sospensione dal fare più che un "fare altro". Nella visione comune, ogni nostro atto deve essere in qualche modo produttivo, concretamente funzionale a qualcosa; per cui sembra una follia dedicare parte del nostro tempo semplicemente ad ascoltare. Il nostro udito è poco sollecitato "attivamente"; siamo sempre più inclini ad isolarci dal mondo che ci circonda, spegnendo l'interruttore che collega direttamente l'orecchio al cervello e quindi al cuore, con la conseguenza di allontanarci da tutto, da Dio, dagli altri e scoprirci incapaci di restare in contatto con noi stessi, con la parte più intima e profonda della nostra anima; ma il nostro mondo interiore, se non è nutrito dall'esterno, dalla relazione con Dio e con il mondo, inevitabilmente appassisce e muore.

Ascoltare Dio che parla

Ad indebolire il senso dell'udito c'è l'inevitabile circostanza di vivere in un tempo dell'immagine. Un tempo dell'occhio, più che dell'orecchio.

Nel mondo semitico era il contrario, tra i cinque sensi il primato era dell'udito, lo si privilegiava senza dubbio sulla vista e sugli altri sensi.

Nell'Antico Testamento, Dio si manifesta all'uomo attraverso la sua Parola, unico mezzo per un incontro personale con Lui, e il principale invito che ha sempre rivolto all'uomo è stato quello di mettersi in suo ascolto. Non a caso la preghiera più sentita da ogni ebreo è lo "Shemà Israel", "Ascolta, Israele!", recitata due volte al giorno, la mattina e la sera, richiamando le prime due parole di Deuteronomio 6:4, *Ascolta, O Israele: il Signore è il nostro Dio, il Signore è uno*, e che rappresenta l'essenza della fede ebraica.

Lo stesso Gesù, alla domanda su quale fosse il primo, il più importante dei comandamenti, risponde: *Il primo è: Ascolta, Israele*. Poi aggiunge: *Il Signore Dio nostro è l'unico Signore; amerai dunque il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza. E il secondo è questo: Amerai il prossimo tuo come te stesso. Non c'è altro comandamento più importante di questi* (Mc 12,28-31).

Il nostro Dio è un Padre che parla (addirittura che crea pronunciando la Parola) e che ci chiede di essere ascoltato, di non soffocare la sua voce sottile che ci chiama, che ci cerca, per sussurrarci continuamente che ci ama. La prima parola che Dio pronuncia ad Adamo, e quindi all'umanità intera, è proprio: *Dove sei?* (Gen 3,9).

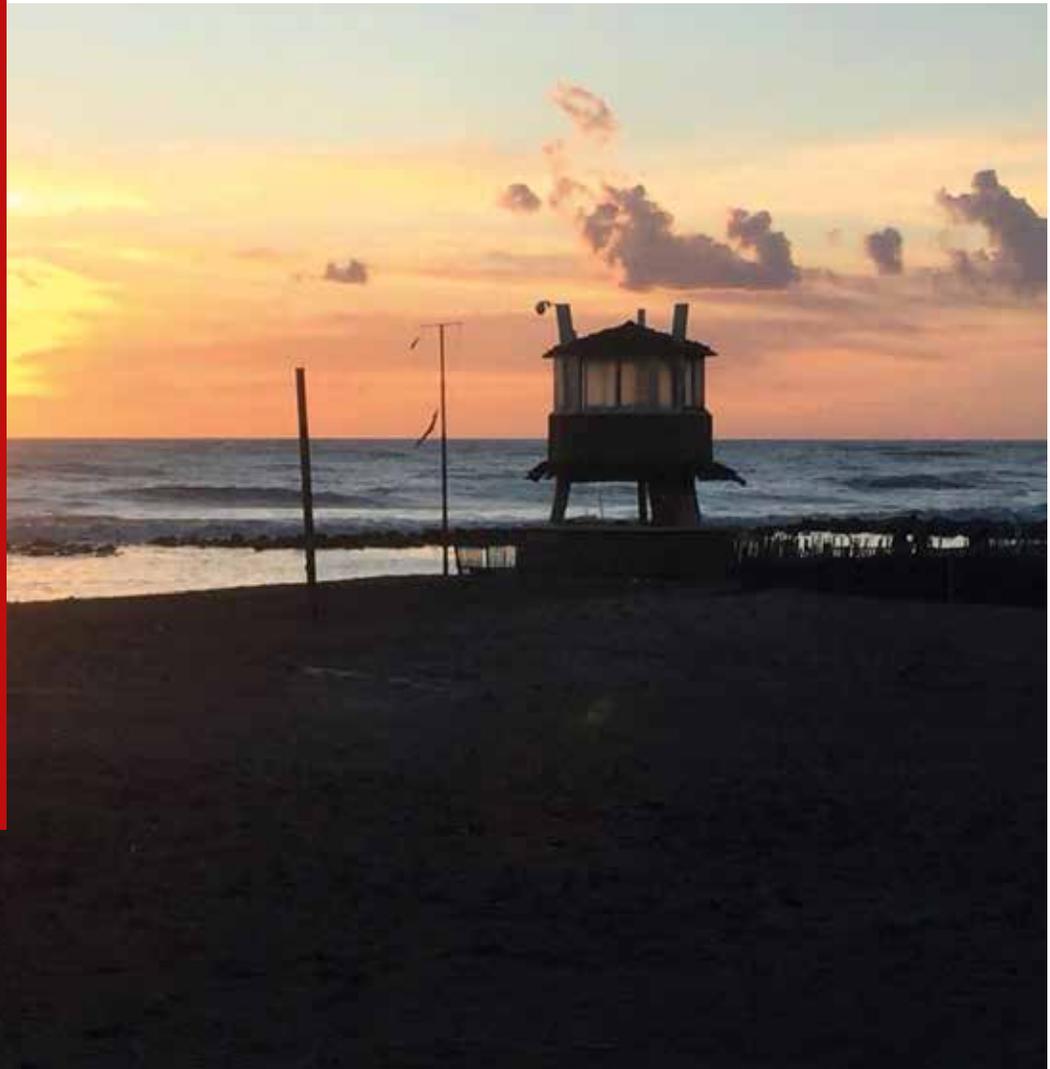
È la voce di un Padre che non trova più suo figlio, e chi è genitore può capire bene questo dramma; un Padre che cerca un rapporto intimo con lui, che può nascere e mantenersi solo attraverso un dialogo continuo, incessante, intenso.



Tutto parte dall'ascolto del Padre quindi, per sentire realmente di essere figli voluti e amati da Lui e per potere manifestare pienamente la nostra capacità di amare.

Come ricorda Papa Francesco: "La via per scoprire l'amore del Signore è ascoltarlo. Allora il rapporto con Lui non sarà più impersonale, freddo o di facciata. Gesù cerca una calda amicizia, una confidenza, un'intimità." (Papa Francesco, *Angelus* 5 settembre 2021)

Leggere
la Parola
di Dio
ogni giorno,
ci ricorda
e ci conferma
che siamo
suoi figli,
che Lui
è nostro
Padre.



Ma come si può ascoltare la voce di Dio?

Un primo modo, il più semplice, per ascoltare la voce del Padre è quello di contemplare con stupore e meraviglia il suo creato, per ascoltare nella natura, attraverso un'incredibile grammatica celeste, ciò che direttamente rimanda al suo Creatore... *I cieli raccontano la gloria di Dio e il firmamento annuncia l'opera delle sue mani* (Sl 19,1). Solo chi ha fatto esperienza di alzare lo sguardo verso il cielo stellato di una notte buia in montagna può capire quanto lo sguardo dell'infinito possa espandere la mente e trascinare il cuore verso la ricerca dell'origine di tale perfetta bellezza.

Come scriveva San Paolo, *... dalla creazione del mondo in poi, le sue perfezioni invisibili possono essere contemplate con l'intelletto nelle opere da lui compiute, come la sua eterna potenza e divinità* (Rm 1,20).

La Bibbia è la Parola di Dio, la natura è invece la sua scrittura, sosteneva Galileo Galilei, per il quale "le Sacre Lettere... ci insegnano come la gloria e la grandezza del sommo Iddio mirabilmente si scorge in tutte le sue fatture". Galileo, che cercando "nelle pietre le impronte del suo Creatore", ha finito per scoprire in quelle pietre le leggi fondamentali della natura.

Tutto ciò che c'è in natura parla di Dio, parla di un creato espressione del suo amore e della sua perfezione, che Lui ha reso intimamente comprensibile all'uomo. Adamo infatti può dare un nome agli animali creati da Dio, e nel linguaggio biblico vuol dire che ha potere su tali creature, perché può comprendere l'essenza profonda che Dio ha impresso in esse (Gn 2). Come ascoltare dunque la voce di Dio attraverso il creato? Già solo ammirando il miracolo della germinazione

di un seme o dello sviluppo di un embrione in un essere umano, ad esempio. Osservare semplicemente e con la curiosità di un bambino come un ragno tesse la sua ragnatela, come un bruco diventa farfalla, ammirare la perfezione di ogni essere vivente o la simmetria e l'unicità di ciascun fiocco di neve, permette di entrare in relazione intima, misteriosa e contemplativa con Dio, e di ascoltare la sua voce che parla di Lui in ogni cosa.



Ma la risposta alla domanda su come poter ascoltare la voce di Dio che parla, per un cristiano è ancora più immediata: attraverso suo Figlio.

Dio, che aveva già parlato nei tempi antichi molte volte e in diversi modi ai padri per mezzo dei profeti, ultimamente, in questi giorni, ha parlato a noi per mezzo del Figlio, che ha costituito erede di tutte le cose e per mezzo del quale ha fatto anche il mondo (Eb 1,1-2).

Gesù è la Parola di Dio per noi. È Lui la Parola che il Padre ci ha mandato.

*In principio era il Verbo,
e il Verbo era presso Dio
e il Verbo era Dio.*

*Egli era, in principio, presso Dio:
tutto è stato fatto per mezzo di lui
e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste. (Gv 1,1-3)*

Come ha detto Papa Francesco: "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." (*Angelus* 5 settembre 2021).

Solo attraverso l'ascolto del Figlio possiamo entrare in contatto col Padre e rimanere in Lui, tanto che sul monte della trasfigurazione lo stesso Dio rompe il silenzio per dire a gran voce: *Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo. (Mt 17,5).*

L'incontro e la comunione con Cristo, attraverso le Scritture, ci fa conoscere il Figlio e il Padre. Il confronto continuo con la Parola di Dio ci nutre e ci vivifica più di ogni altra quotidiana attività - *Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio...* (Mt 4,4) - e ci consente di rimanere "sintonizzati" con la sua voce. Rende il nostro orecchio attento al suono delle sue parole dentro di noi, come Elia sull'Oreb, al quale Dio "si manifesta non nella tempesta impetuosa, non nel terremoto o nel fuoco divorante, ma nel mormorio di un vento leggero. O meglio: in un filo di silenzio sonoro". (Papa Francesco, Udienza Generale, 7 ottobre 2020).

“Gesù
è la Parola:
se non
ci fermiamo
ad ascoltarlo,
passa oltre...”

Papa Francesco

L'avvicinarsi costante alla Parola rende la capacità di ascolto di Dio sempre più accentuata. Proprio come per un neonato, l'ascolto quotidiano della voce del genitore fa sì che pian piano lui sappia distinguere quella voce tra mille altre e possa riuscire ad ascoltarla anche solamente se sussurrata. Lo stesso accade a noi. Frequentando il Padre attraverso la sua Parola, riusciamo a percepire la sua presenza, a riconoscere la sua voce che ci parla in tutto quello che viviamo. Leggere la Parola di Dio ogni giorno, magari ad alta voce, per ascoltarne il suono, ci ricorda e ci conferma che siamo suoi figli, che Lui è nostro Padre. Leggere il testo di un Salmo, di un passo del Vangelo, di una lettera di Paolo, e lì soffermarci: entrare in dialogo con una parola che ci “chiama”, farla risuonare dentro di noi, farci interpellare da essa, lasciarci provocare, istruire, consolare, portarla con noi durante la giornata, nei nostri pensieri, nel nostro lavoro, è un'esperienza che non ha pari nella vita. Perché ci fa sentire viva e concreta la presenza di Dio dentro di noi e ci mette in grado non solo di ascoltarLo, ma di essere ascoltati da Lui, di entrare in un dialogo sempre più intimo con Lui.

Le qualità del cuore per ascoltare la Parola

L'ascolto della Parola nutre e dà vita, come detto, ma non sempre è efficace in noi quanto potrebbe. Il nostro atteggiamento interiore, la disponibilità ad accoglierla nel nostro cuore, che più dell'orecchio, è il vero organo dell'ascolto, influenzano i frutti che l'ascolto della Parola produrrà in noi.



La parabola del seminatore, in Luca 8,4-15, ci può aiutare a comprendere quali siano le qualità richieste per un vero ascolto.

In questa parabola si parla di un seminatore che uscì a seminare la sua semente. Mentre seminava, parte cadde lungo la strada e fu calpestata, e gli uccelli del cielo la divorarono. Un'altra parte cadde sulla pietra e appena germogliata inaridì per mancanza di umidità. Un'altra cadde in mezzo alle spine e le spine, cresciute insieme con essa, la soffocarono. Un'altra cadde sulla terra buona, germogliò e fruttò cento volte tanto.

Il terreno buono, che rappresenta chi riceve e accoglie la Parola di Dio, è caratterizzato da tre diverse qualità che definiscono il cuore umano: *l'integrità, la bontà e la perseveranza*, che consentono di custodire il seme della Parola e di fargli portare frutto.

Un cuore integro sa ascoltare tutta la Parola di Dio, senza selezionare ciò che ci piace e scartando ciò che non è secondo i nostri gusti.

1

In questo ascolto integrale, il cuore viene unificato vincendo quelle divisioni o scissioni interiori, spesso determinate dal cercare solo ciò che è secondo il nostro piacere.

2

Un secondo tratto è la bontà, che ricorda che un terreno accogliente è costituito dalla persona che ha cura di far maturare le proprie qualità umane, lasciandole fecondare dallo Spirito; il cuore diventa sempre più disponibile e aperto così che la Parola affonda le sue radici dentro di noi, facendo maturare un'umanità riconciliata e pacificata.

3

Infine è necessaria la perseveranza poiché è facile un'accoglienza gioiosa, che però rischia sempre di evaporare e svanire alle prime difficoltà che sopravvengono, o alle prime distrazioni che ci distolgono il cuore attraendolo verso altre direzioni, altre suggestioni.

Ascoltare la Parola e lasciar trasparire la Luce di Dio in noi

Le tre qualità ricordate – l'integrità, la bontà, la perseveranza – devono rendere luminosa la vita del discepolo.

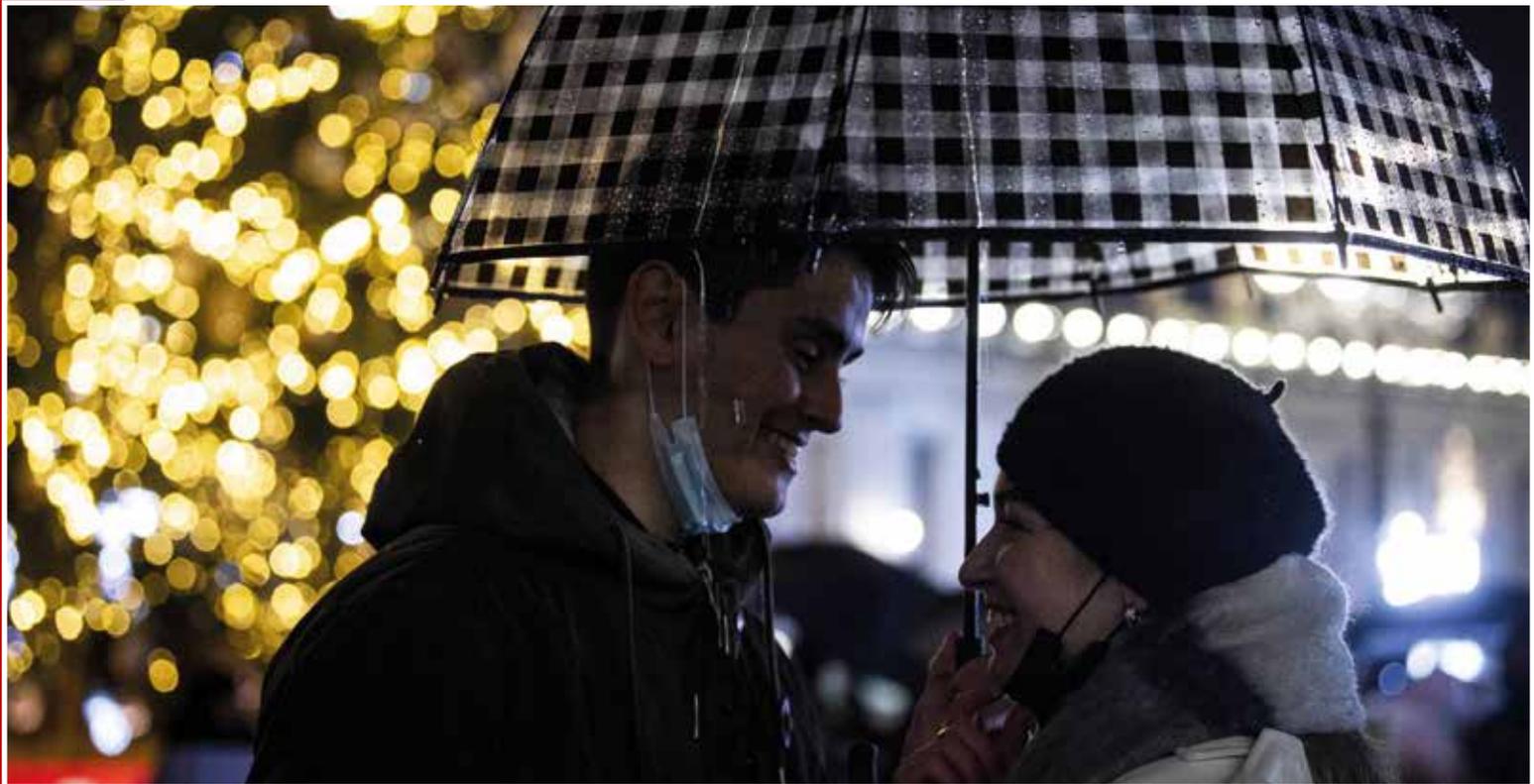
La Parola di Dio, ascoltata e accolta nella verità della propria vita, ci consente di essere nella luce. Concede di rimanere nella pace anche quando situazioni esteriori possono preoccuparci; ci permette di valutare e di discernere, anche se intorno a noi ci sono tenebre o nebbie che impediscono di vedere bene.

Ci dona la possibilità di compiere gesti giusti e misericordiosi pur dentro condizioni esterne che sono caratterizzate da oscurità e incertezza.

Non dobbiamo preoccuparci solamente di essere luminosi in noi stessi, ma anche di illuminare gli altri, ecco un'altra qualità necessaria all'ascolto. Gesù invita a fare attenzione a "come ascoltiamo". Questo "come" non ci chiede solo accoglienza, custodia, obbedienza, messa in pratica, ma anche trasparenza: la nostra vita, trasformata dalla Parola di Dio, deve far trasparire la sua luce a vantaggio di altri, perché a loro volta possano rallegrarsi della Sua luce e lasciarsi da essa rischiarare.

Come il Sole "si serve" da sempre della Luna, su cui riflette la sua luce per illuminare le nostre notti, la Parola di Dio, illuminandoci direttamente, può renderci riflesso della Sua luce, che attraverso di noi potrà illuminare il mondo.

Egli ha voluto generarci secondo la sua volontà mediante la parola di verità, affinché in qualche modo siamo le primizie delle sue creature. (...) Ricevete con dolcezza la parola che è stata piantata in voi, e che può salvare le anime vostre. Ma mettete in pratica la parola e non ascoltatela soltanto, illudendo voi stessi (Gc 1,18; 21-22).



In Cristo siamo “parole di Dio” per gli altri

La Parola è viva e in ognuno di noi risuona in modo diverso. A ciascuno parla e ciascuno interpella in maniera personale, proprio come fa la parola di un padre per i suoi figli, arrivando diversa alle orecchie di ciascuno, e producendo frutti diversi come diversi e unici sono gli uomini agli occhi del Padre. “Tra tutte le parole della Scrittura ce n’è una destinata solo a me. Forse scoprirò un significato di quella parola nella mia vita...”, scriveva il filosofo ebreo Emmanuel Lévinas. La Parola di Dio, piantata in noi, racchiude quindi il messaggio d’amore personale di Dio Padre per ciascuno di noi suoi figli.

Questo però apre anche ad un’altra prospettiva: se è vero che il Figlio fatto carne, crocifisso e risorto, è la Parola definitiva e piena di Dio per il mondo, dall’altra anche noi siamo “parole” di Dio, uniche e irripetibili, parole d’amore pronunciate dal Padre, sussurrate dallo Spirito, per il bene e la gioia di tutti i nostri fratelli e sorelle. Parole che risuonano nel mondo e che dovrebbero essere portatrici di Colui che le ha pronunciate, rendendoci in qualche modo messaggeri dell’amore di Dio per le sue creature. E se è vero che in ciascuno di noi risiede una scintilla di Dio, se è vero che portiamo dentro di noi l’immagine di quel Figlio che il Padre ha generato dall’eternità, allora non c’è cosa più bella che riconoscere nei fratelli quei tratti “somatici” che ci rendono simili a Dio e a nostra volta simili tra noi.

Se ci mettiamo in ascolto del fratello e della sorella, faremo esperienza di rivedere il Figlio in loro, in ciascuno espresso in maniera diversa, unica, personale.

Solo partendo da questo desiderio di incontro, riusciremo a costruire quella Chiesa che sappia e voglia “scoprire Dio in ogni essere umano” (*Evangelii Gaudium*, 92), per specchiarsi in Lui attraverso i nostri fratelli e rintracciare nelle parole e nelle storie di cui sono portatori, l’azione continua, a volte misteriosamente nascosta, di Dio nella loro e nella nostra vita.

Il Creatore dona l’esistenza agli uomini ed è continuamente in dialogo con ciascuno di loro. È un dialogo d’amore, misterioso e nascosto, in cui il Padre rivela e consegna se stesso al cuore della sua creatura. Talvolta l’uomo ne è inconsapevole, eppure quel dialogo è continuo e reale. Colui che ha imparato a riconoscere la Parola di Dio nella sua vita saprà trovarne tracce più o meno evidenti nella vita dei suoi fratelli, mettendosi in ascolto dei pensieri, dei sentimenti e della vita di ogni persona. Come la Rivelazione Dio, consegnata nella Scrittura e nella Tradizione ecclesiale, “comprende eventi e parole intimamente connessi” (*Dei Verbum*, I), così anche la rivelazione di sé che Dio fa ad ogni uomo si manifesta negli eventi della vita e nella Parola che li illumina.

La Bibbia ebraica e cristiana “presenta una rivelazione impastata di storia e di memoria, o meglio una storia raccontata di generazione e generazione. (...) Il termine ebraico ‘*dabar*’ significa ‘parola’, ma anche ‘fatto, evento’. La parola di Dio è impastata negli eventi, non nel senso che gli eventi emanano direttamente da Dio, annullando la responsabilità dell’uomo, e neppure nel senso che la storia rivela Dio *sic et simpliciter*, ma nel senso invece che la storia, letta alla luce della Parola rivelatrice di Dio, diventa il luogo dell’incontro con Lui.” (Massimo Grilli, *Vangeli Sinottici e Atti degli Apostoli*).

La storia di tutti, fatta dalla vita di ciascuno, diventa quindi tempo e luogo di rivelazione e di incontro col Padre.

Dio crea parlando, e ogni fatto, ogni accadimento è una sua parola per noi.

Ascoltare Dio è anche mettersi “in ascolto” di ciò che viviamo, capire o tentare di rintracciare la Sua presenza nella vita, in ciò che ci accade.

Dio ha parlato ai nostri fratelli ebrei e parla ancora oggi, a ciascuno di noi, attraverso la vita che viviamo, fatta anche di incontri, di contatti, di rela-

zioni. Dio, con il suo Spirito, continua a parlare e rivelarsi attraverso di noi, agli altri, e attraverso gli altri, a noi.

L’ascolto quindi, è una vera esperienza spirituale; ascoltare l’altro, è un modo indiretto ma efficace di ascoltare Dio.

“Chi ascolta gli altri, sa ascoltare anche il Signore, e viceversa. E sperimenta una cosa molto bella, cioè che il Signore stesso ascolta: ci ascolta quando lo preghiamo, quando ci confidiamo



con Lui, quando lo invociamo.” (Papa Francesco, Regina Coeli, 8 maggio 2022)



E ancora, “abbiamo bisogno di esercitarci nell’arte di ascoltare, che è più che sentire. La prima cosa, nella comunicazione con l’altro, è la capacità del cuore che rende possibile la prossimità, senza la quale non esiste un vero incontro spirituale. L’ascolto ci aiuta ad individuare il gesto e la parola opportuna che ci smuove dalla tranquilla condizione di spettatori. Solo a partire da questo ascolto rispettoso e capace di compatire si possono trovare le vie per un’autentica crescita, si può risvegliare il desiderio dell’ideale cristiano, l’ansia di rispondere pienamente all’amore di Dio e l’anelito di sviluppare il meglio di quanto Dio ha seminato nella propria vita.” (*Evangelii Gaudium*, 171).

Ascoltare cambia chi ascolta e chi è ascoltato

L'ascolto diventa quindi fonte di ricchezza inesauribile, ma solo se fatto con il cuore, che come accennato, è il vero organo con cui dovrebbe essere praticato.

Nella tradizione biblica il cuore infatti aveva significato e funzioni molto diverse da quelle che gli attribuiamo nel nostro tempo, perché indicava la persona nell'unità della sua intelligenza, libertà; il cuore, più che essere una pompa che trasporta il sangue o rappresentare la fonte delle emozioni, è visto come la sede e il principio della vita interiore più profonda, il luogo più intimo e vitale della persona, sede del pensiero e della memoria, nel quale si elaborano decisioni e disegnano progetti. Ma il cuore è prima di tutto il luogo spirituale in cui Dio è presente e ci parla, in cui ci istruisce e ci consola, in cui decide di prendere dimora in noi. È quindi il luogo in cui siamo raggiunti dalla sua Parola e diventa così organo privilegiato per l'ascolto di Dio e dei fratelli.

La sordità del cuore diventa pertanto il vero ostacolo all'incontro con l'altro e con Dio.

“Tutti abbiamo gli orecchi, ma tante volte non riusciamo ad ascoltare. Perché? Fratelli e sorelle, c'è infatti una sordità interiore, che oggi possiamo chiedere a Gesù di toccare e risanare. E quella sordità interiore è peggiore di quella fisica, perché è la sordità del cuore. Presi dalla fretta, da mille cose da dire e da fare, non troviamo il tempo per fermarci ad ascoltare chi

ci parla. Rischiamo di diventare impermeabili a tutto e di non dare spazio a chi ha bisogno di ascolto: penso ai figli, ai giovani, agli anziani, a molti che non hanno tanto bisogno di parole e di prediche, ma di ascolto. Chiediamoci: come va il mio ascolto? Mi lascio toccare dalla vita della gente, so dedicare tempo a chi mi sta vicino per ascoltare? (...) La guarigione del cuore comincia dall'ascolto. Ascoltare. E questo risana il cuore." (Papa Francesco, *Angelus* 5 settembre 2021)

L'ascolto quindi non va inteso solo come un'attività per così dire "filantropica", ma diventa anche occasione e strumento per un reale cambiamento di noi stessi, del nostro cuore.

L'ascolto vero e disinteressato dei fratelli, delle loro storie di vita, dei loro pensieri, sogni, delusioni, dolori, anche l'ascolto paradossale dei loro silenzi, è qualcosa che ci cambia.

La scienza ci dice da tempo che perfino le piante, se messe ad "ascoltare" certa musica, producono più frutti, e di migliore qualità. E anche nel cervello dell'uomo sono state identificate cellule nervose che si "accendono" in maniera selettiva quando riconoscono un suono specifico che ascoltiamo, una voce, una canzone. L'ascolto ci cambia.

Ma non c'era bisogno di studi scientifici per capire tutto questo. Quante volte la vita di una persona è cambiata dopo aver ascoltato certe parole, dette al momento giusto, dalla persona giusta, parole che hanno parlato all'anima, che ci hanno fatto balzare in piedi e ci hanno spinto a prendere decisioni? Quante volte l'essere ascoltati da qualcuno ha cambiato la sua vita e la nostra? Quante volte parlando all'altro abbiamo in realtà e principalmente parlato a noi stessi, dando voce e forma a pensieri prima di allora inespressi chiaramente?

L'ascolto è un atteggiamento dello spirito che cambia la persona che lo pratica con assiduità e amore, che lo rende visibilmente accogliente e pacificato, e chiunque conosce un buon ascol-

tatore sa quanto sia vero tutto questo. Ascoltare cambia chi ascolta e chi è ascoltato. Non è un'attività inutile, non è una pausa tra un parlare e l'altro. È il tempo in cui ci si contrae per dare spazio all'altro, per essere riempito dall'altro, per dare modo all'altro di manifestarsi, di esprimersi, di esistere ai nostri occhi e al nostro cuore. Un ritrarsi, per permettere il riconoscimento e l'"esistenza", se così si può dire, di un "altro da sé", dinamica che per

certi versi ricorda quello che la mistica ebraica chiamava *zimtzum*, quella ritrazione, quella contrazione o ritiro di Dio, simile a un respiro, punto di partenza della creazione.



Non solo la parola, ma anche l'ascolto della parola è in un certo senso un atto creativo, generativo, perché permette all'altro di esistere ai miei occhi e determina in me un cambiamento interiore, che modella il mio cervello e rigenera il mio cuore.

Ascoltare
cambia
chi ascolta
e chi è
ascoltato.
È il tempo
in cui
ci si contrae
per dare spazio
all'altro,
per dare modo
all'altro
di esistere
ai nostri occhi
e al nostro
cuore.

RISCOPRIAMO IL VALORE DELLA PAROLA E DELL'ASCOLTO.

Prendiamoci il tempo, direi “perdiamo” tempo per ascoltare. E ne avremo in cambio un arricchimento, un cambiamento che riscontreremo in noi stessi.

Non abbiate timore di ascoltare gli altri, anzi, consideratelo un atto di consegna dell'altro nei vostri confronti.

Come detto, la parola nel mondo ebraico era molto importante. Gli ebrei parlavano tendenzialmente poco, perché parlare voleva dire appunto consegnarsi all'altro, diventare di colui che ascoltava. L'ebraico *debar*, parlare, è un evento di comunione, di consegna. Lo stesso Dio, per consegnarsi al suo popolo diventa Parola, come detto.

E se parlare vuol dire in qualche modo donarsi, consegnarsi a chi ascolta, allora ascoltare è essenzialmente accogliere chi si consegna a me. Parlando e ascoltando, quindi, si realizza una vera, autentica comunione.

Se ascolto vuol dire accoglienza, il rifiuto dell'ascolto è indifferenza, noncuranza, incapacità di uscire da sé ed entrare nell'altro, nel mondo che ci circonda, non avere

consapevolezza di ciò che accade, essendo incentrati solo su noi stessi. E l'indifferenza conduce inevitabilmente a quella che viene detta nella Bibbia *sklerokardía* (Ez 3,7), durezza di cuore, quell'atteggiamento di chiusura interiore che non ci consente di cogliere le cose dalla prospettiva di Dio, e che in definitiva non ci permette un incontro con il Padre, di vederlo presente e attivo nella nostra vita, trascinandoci verso un atteggiamento di vita spento, svuotato, insensibile a Lui e agli altri.

Gesù stesso ammonisce severamente contro il pericolo della durezza di cuore: *Alla fine apparve anche agli Undici, mentre erano a tavola, e li rimproverò per la loro incredulità e durezza di cuore, perché non avevano creduto a quelli che lo avevano visto risorto* (Mc 16,14).



Il silenzio luogo dell'ascolto

Il Vangelo ci indica però anche modelli positivi di ascolto col cuore, primo tra tutti quello di Maria, maestra di ascolto, con cuore aperto nell'accogliere le parole dell'angelo Gabriele che gli preannunciava il suo coinvolgimento nel progetto straordinario di Dio su di lei e su tutta l'umanità (Lc 1,38). Maria, che fin dalla nascita di Gesù, nel silenzio *conservava tutte queste parole, collegandole nel suo cuore* (Lc 2,19). Maria, maestra di ascolto e di sapiente silenzio.

Una componente essenziale per l'ascolto, sia di Dio, che dell'altro, è proprio il silenzio che, come scrive san Giovanni Paolo II nella lettera apostolica *Orientale Lumen*, "è componente essenziale della spiritualità monastica orientale". Si legge ancora: "Dobbiamo confessare che abbiamo tutti bisogno di questo silenzio carico di presenza adorata. (...) Ne ha bisogno l'uomo di oggi che spesso non sa tacere per paura di incontrare sé stesso, di svelarsi, di sentire il vuoto che si fa domanda di significato; l'uomo che si stordisce nel rumore. Tutti, credenti e non credenti, hanno bisogno di imparare un silenzio che permetta all'Altro di parlare, quando e come vorrà, e a noi di comprendere quella parola" (*Orientale Lumen* n. 16).

A ancora, riportando gli scritti di Madeleine Delbrêl, mistica e poetessa francese, "Il silenzio è talvolta tacere, ma è sempre ascoltare. Un'assenza di rumore che fosse vuota della nostra attenzione alla parola di Dio non sarebbe silenzio. Una giornata piena di rumori, piena di voci, può essere una giornata di silenzio se il rumore diventa per noi l'eco della presenza di Dio, se le parole sono per noi messaggi e sollecitazioni di Dio. Quando parliamo di noi stessi, quando parliamo tra noi, usciamo dal silenzio. Quando ripetiamo con le nostre labbra gli intimi sug-

gerimenti della Parola di Dio nel profondo di noi stessi, lasciamo il silenzio intatto.

Il silenzio non ama la confusione delle parole. Sappiamo parlare o tacere, ma non sappiamo accontentarci delle parole necessarie. Oscilliamo senza posa tra un mutismo che affossa la carità e una esplosione di parole che svia la verità.



Il silenzio è carità e verità. Esso risponde a colui che chiede qualcosa, ma non dà che parole cariche di vita. Il silenzio, come tutti gli impegni della vita, ci induce al dono di noi stessi e non ad un'avarizia mascherata. Ma esso ci tiene uniti per mezzo di questo dono. Non ci si può donare quando ci si è sprecati. Le vane parole di cui rivestiamo i nostri pensieri sono un continuo sperpero di noi stessi.

"Vi sarà chiesto conto di ogni parola". Di tutte quelle che bisognava dire e che la nostra avarizia ha frenato. Di tutte

quelle che bisognava tacere e che la nostra prodigalità avrà seminato ai quattro venti della nostra fantasia o dei nostri nervi.” (Dal libro “Noi delle Strade”).

Dio parla al cuore di ogni sua creatura attraverso il Figlio, che è la sua Parola, e attraverso i nostri fratelli e sorelle, ma per poterlo ascoltare è necessario interrompere il nostro incessante parlare, anche interiore. La parola nasce dal silenzio e torna nel silenzio, ed è necessario il silenzio per poterla ascoltare. È necessario interrompere quel flusso continuo di stimoli esterni ed interni che ci rendono sordi a ciò che ci accade intorno e dentro noi stessi. Per ascoltare Dio, come per ascoltare l’altro, bisogna svuotarci dai mille suoni che urlano incessantemente dentro di noi, e far spazio a qualcosa di nuovo che potremo accogliere e custodire.

Se siamo pieni di qualcosa, non possiamo ricevere e riempirci di null’altro.

Il silenzio precede l’ascolto, ed è il “contenitore” che consente di riempirci dell’altro: *Fa’ silenzio e ascolta, Israele! Oggi sei divenuto il popolo del Signore tuo Dio.* (Dt 27,9).

San Giovanni della Croce scriveva: “Il Padre pronunciò una parola, che fu suo Figlio e sempre la ripete in un eterno silenzio; perciò in silenzio essa deve essere ascoltata dall’anima”.

IL SILENZIO DELLA BOCCA E DEL CUORE È COMPONENTE FONDAMENTALE DELL'ASCOLTO.

E se è così difficile ascoltare, forse è ancor più difficile tacere, e far tacere le nostre voci interiori, soprattutto di fronte a chi ci parla. È difficile non avere in mente e nel cuore qualcosa da dire, mentre si ascolta chi ci sta parlando, soprattutto quando ciò che ascoltiamo in qualche modo ci disturba, urta contro il nostro modo di vedere e pensare. È difficile non assumere un atteggiamento di giudizio nei confronti dell’altro, in queste occasioni. Ma è fondamentale farlo, provarci con grande forza e desiderio di riuscire.

Per concludere

Al termine di questo lungo interrogarci sull'ascolto, ci si dovrebbe chiedere a questo punto: desideriamo e siamo in grado di fare tutto questo? Di ascoltare Dio attraverso la sua Parola? Di riuscire a intravedere nell'altro un'opportunità unica di incontro con Lui? Di praticare il silenzio, come premessa fondamentale per un vero ascolto?

L'unico modo per saperlo è provare.

Il mio invito è quindi e nuovamente quello di provare a rimanere ancora in ascolto. Provare a credere che indirizzando orecchie e cuore all'ascolto della Parola di Dio raccoglieremo frutti tangibili che ci consentiranno di essere più attenti e desiderosi di ascoltarci tra noi, per arrivare a sentirci tutti concretamente più figli di un unico Padre, più fratelli tra noi, più uniti in Lui.



Vi auguro di mettervi in ascolto dell'Unigenito del Padre che viene nel mondo, accogliendo il suggerimento di Maria a Cana: *qualsiasi cosa vi dica, fatela!* (Gv 2,5).

Che sia un vero Natale di pace e gioia nello Spirito!
Buon ascolto!

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

Indice

| | |
|--|----|
| “Questi è il Figlio mio, il prediletto: ascoltatelo!” (Mc 9,7) | 3 |
| L’arte difficile dell’ascolto | 5 |
| Ascoltare Dio che parla | 8 |
| Ma come si può ascoltare la voce di Dio? | 11 |
| Le qualità del cuore per ascoltare la Parola | 15 |
| Ascoltare la Parola e lasciar trasparire la Luce di Dio in noi | 17 |
| In Cristo siamo “parole di Dio” per gli altri | 19 |
| Ascoltare cambia chi ascolta e chi è ascoltato | 23 |
| Il silenzio luogo dell’ascolto | 28 |
| Per concludere | 31 |



Per una Chiesa sinodale
comunità | partecipazione | missione



DIOCESI DI
ROMA

www.diocesidiroma.it



SEGRETERIA DEL CAMMINO SINODALE

