

Il vescovo Gerardo in ascolto dei giovani

IL VERO AMICO CHE SA ASCOLTARE



LETTERA AI GIOVANI 2022-2023

Diocesi di Sora Cassino Aquino Pontecorvo



LETTERA AI GIOVANI 2022-2023

Diocesi di Sora Cassino Aquino Pontecorvo



CARI RAGAZZI

mi ha convinto a scrivervi il desiderio di ascoltarvi.

Vi chiedo l'amicizia dell'ascolto.

Se prendo la parola è solo per darvi la parola,
e fare spazio alle vostre confidenze,
pensieri e riflessioni, a cuore aperto,
senza riserve né esitazioni.





L'ascolto è come un collirio che migliora lo sguardo sugli altri perché impariamo a conoscerli meglio. In tanti vi chiedono di ascoltare, pochi sono disposti ad ascoltarvi davvero. Sui *social media* gli *influencer* fanno di tutto per captare la vostra attenzione per condizionare le vostre preferenze. Il fatto di controllare i loro account sta diventando un'ossessione, e chi non lo fa si sente come disconnesso o perso. L'informazione sta conoscendo un nuovo importante sviluppo in campo comunicativo attraverso le diverse offerte di *podcast* e *chat audio*, a conferma che *l'udire* rimane essenziale per la comunicazione umana.

I dati di Meta, impresa statunitense che controlla diversi servizi di rete sociale quali Facebook, Instagram, e i servizi di messaggistica WhatsApp e Messenger, calcola che vengono inviati circa sette miliardi di *voice messages* al giorno.

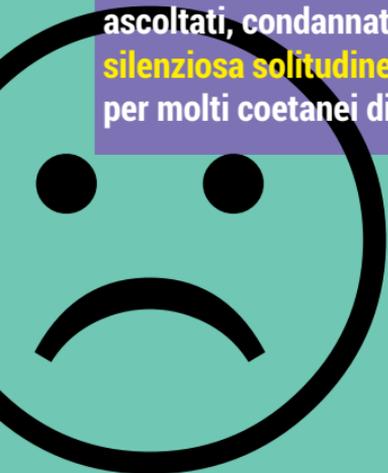
Una certa 'overdose' dell'udito può far diventare profondamente sordi, insensibili, distratti.

Praticamente assenti. Più connessi, più soli?

LA SOLITUDINE AL TEMPO DELLA RETE

Forse sì. Anche nella scuola, luogo per eccellenza di incontro e di relazione gomito a gomito, crescono solitudini e difficoltà relazionali evidenti nei momenti di ricreazione, che nella migliore delle ipotesi sfociano semplicemente in una sostanziale **indifferenza reciproca**.

Lo sviluppo tecnologico degli strumenti della comunicazione non sempre corrisponde alla crescita delle relazioni umane. Eppure, ci pesa non essere ascoltati, condannati a riparare in una **silenziosa solitudine**, con la deriva sofferta per molti coetanei di un vero e proprio **ritiro sociale**.



Questo fenomeno è conosciuto anche con la parola *hikikomori* (stare in disparte), perché nasce e si sviluppa dapprima in Giappone, porta all'auto-esclusione dai rapporti sociali, dalla scuola, dai luoghi ricreativi. In Italia si stimano oggi oltre 100 mila casi di ragazzi con un'età compresa tra i 14 e i 25 anni che passano intere giornate chiusi nella loro stanza davanti a tablet e pc, e sviluppano una vera e propria dipendenza da internet.

La parola chiave per la soluzione di questo disagio è ristabilire una 'connessione' di fiducia, che faccia riscoprire il ricco patrimonio umano delle relazioni. Perdere tempo per ascoltarsi è prendere tempo per comunicare in profondità.

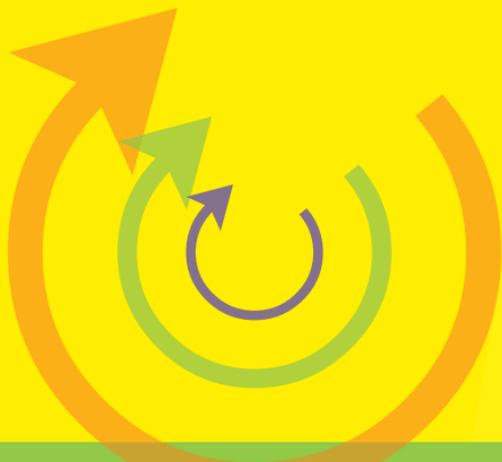
La comunicazione profonda è un processo circolare che ha come termine di riferimento l'altro, verso il quale ci si rivolge in atteggiamenti sia espressivi che ascoltativi: al bisogno di parlare corrisponde il beneficio di ascoltare. Non basta ascoltare. Abbiamo bisogno di *saper ascoltare* in modo attivo. *Sentire* non vuol dire *ascoltare*. Nel linguaggio corrente i due verbi, *udire* e *sentire*, sono usati come sinonimi di ascolto: "Ascoltare è qualcosa di ben diverso.



ARTIGIANI DI RELAZIONI

Ascoltare una persona è differente dall'udire un rumore che si limita ad una funzione esercitata dall'apparato acustico perché coinvolge la persona: in sensibilità, intelligenza, comprensione, volontà. Siamo nella dimensione dell'arte, non della semplice capacità¹.





AD ASCOLTARE SI IMPARA!

Ogni educatore dovrebbe saperlo: *saper ascoltare* non è un'abilità istintiva, come il nostro respirare, o imitativa come il camminare che si apprende nel tempo in modo naturale e in maniera autonoma. Già Plutarco, scrittore e filosofo greco, focalizza il rischio di una visione superficiale: "I più si sbagliano, perché si esercitano nell'arte del dire prima di essersi impraticchiti in quella di ascoltare, e pensano che per pronunciare un discorso ci sia bisogno di studio e di esercizio, ma che dall'ascolto, invece, possa trarne profitto anche chi vi si accosta in modo improvvisato"².

Il deficit dell'ascolto si impone forse come la dimensione-ombra del vivere sociale così poco socievole, così avido di silenzio e di raccoglimento interiore: "Se fossimo artigiani dell'ascolto anziché maestri del discorso, potremmo forse promuovere una diversa convivenza degli umani"³.

L'ascolto è parola chiave, e senza *password* non si entra. Sappiamo quanto sia importante conoscere le *password* per poter entrare nei programmi dove si trovano le informazioni più personali e preziose.

ASCOLTARE IL CUORE

Ma anche il nostro cuore ha la sua *password*: per entrarvi devi digitare "ascolto".

Se non ti ascolti non arrivi al cuore, e se non arrivi al cuore non ti conosci. Infatti, il primo passo della conoscenza riguarda se stessi, e inizia con l'ascolto di sé.

Ognuno di noi è un ascoltatore originario che non può accontentarsi di "udire" parole, suoni e rumori. Per capire se stessi abbiamo bisogno di ascoltare le profondità inesplorate del cuore: "*gnosce te ipsum*".

Espressione latina che traduce il greco

γνώθι σεαυτόν (traslitterato: *gnòthi seautòn*), una delle massime attribuite ai Sette Sapienti.

Inciso sul frontone del tempio di Apollo in Delfi esortava gli uomini alla profonda esplorazione di sé,

riconoscimento delle proprie positive energie, e allo stesso tempo della propria limitatezza umana. Socrate ne fece la sua regola preferita, interpretandola come un invito a considerare la necessità della conoscenza umana di sé, prima di procedere nella via del sapere superiore. L'ascolto del cuore porta fin nelle profondità del mistero che sei tu: domande, desideri, emozioni, sentimenti e sogni. "Non conosciamo sufficientemente noi stessi, e *non vogliamo* nemmeno conoscerci per come siamo veramente. Quasi tutti noi ci nascondiamo dietro a una maschera, non solo di fronte agli altri, ma anche quando ci guardiamo allo specchio"⁴. Tutti abbiamo la tentazione di essere mascherati anche davanti a noi stessi.

L'ascolto del cuore permette di essere te stesso, di riconoscerti e apprezzarti così come sei, di amare te stesso, di gioire con sano e saggio realismo, senza illusioni e senza pessimismi.

Il cuore è il centro unificante che abbraccia la sfera affettiva, razionale e volitiva della persona.

Perciò, l'antica sapienza biblica invita a "non indurire il cuore"⁵ e a chiedere un "cuore che ascolta"⁶.

Dire cuore è dire coscienza interiore, voce inappellabile di una verità senza finzioni o ipocrisie.

La coscienza è "il nucleo più segreto e il sacrario dell'uomo"⁷, la cui voce risuona nell'intimità della persona umana.



L'ascolto del cuore non può avvenire nel disordine dei rumori assordanti per coprire i nostri vuoti interiori. Tutto è social, morbosamente raccontato, esposto senza esser spiegato, spesso con conseguenze devastanti.

Hai invece bisogno di stabilire un contatto innanzitutto con quanto senti e vivi dentro di te.

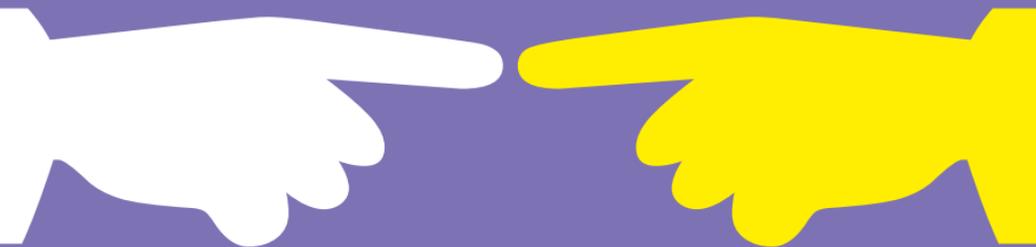
Guardarsi dentro infatti è un bene primario, così come il cibo e il sonno. Conoscere il luogo del proprio cuore, saper descrivere ciò che proviamo e chiamare per nome ciò che sentiamo significa giocare a carte scoperte con se stessi, capaci di un confronto con le nostre paure e le nostre ansie. Hermann Hesse nel suo noto romanzo introspettivo *Demian* scrive: *“La vita di ogni uomo è una via verso se stessi, il tentativo di una via, l'accento di un sentiero. Nessun uomo è mai stato interamente lui stesso, eppure ognuno cerca di diventarlo, chi sordamente, chi luminosamente, secondo le possibilità. La vera vocazione di ognuno è una sola, quella di arrivare a se stessi”*. E la via per arrivare a questa piena conoscenza di sé è la relazione con il proprio cuore e con gli altri.



COLTIVARE IL DIALOGO

Ascoltando con le orecchie del cuore entriamo in relazione profonda anche con gli altri, in sintonia con la loro intimità.

Il primo figlio di un reciproco ascolto è il dialogo, capace di valorizzare la bellezza e la forza della “parola”: attraverso (*dià*) la parola (*lògos*) si entra in una comunicazione che fa da sponda ad una relazione crescente. Nel dialogo l’io e il tu sono entrambi *in uscita* (Papa Francesco), protesi l’uno verso l’altro. Il dialogo è la forma originaria e creativa dell’incontro fatto di reciprocità e alternanza tra chi parla e chi ascolta.



**Ascoltare è un'arte, non semplice capacità.
Alcuni fenomeni sociali non ci rassicurano, tutt'altro.
Occorre fare attenzione a *ciò che si ascolta*⁸,
a *chi si ascolta*⁹, a *come si ascolta*¹⁰.**

Un ascolto senza regole può rendere aggressivi,
aggravare il disagio personale e sociale,
fino allo scontro non solo verbale.

Facendo attenzione a chi ascoltiamo, a cosa ascoltiamo,
a come ascoltiamo, possiamo crescere
nell'arte del discernimento, cioè nella capacità di
scegliere chi, cosa e come ascoltare:

**“Dio ci invita a valutare e a scegliere: ci ha creato liberi
e vuole che esercitiamo la nostra libertà.**

Per questo, discernere è impegnativo.

**Abbiamo fatto spesso questa esperienza:
scegliere qualcosa che ci sembrava bene e invece
non lo era. Oppure sapere quale fosse il nostro vero bene
e non sceglierlo”¹¹.**



“La scuola dev’essere il tempo privilegiato per l’incontro e la crescita umana.

A scuola non si matura solo attraverso i voti, ma attraverso i volti che si incontrano”¹².

La preziosità dei volti la ritroviamo in ogni gruppo di amici che frequentano con noi lo sport, la danza, la musica, la parrocchia, l’associazione di volontariato, etc.

PONTI NON FOSSATI

Ascoltare è imparare a intercettare anche il *non-detto* da parte dell’amico o dell’amica.

Il mutismo di un amico può nascondere un probabile sintomo di un grave disagio.

Cari giovani, ascoltatevi in profondità, favorite le confidenze profonde del vostro animo, restituite un’anima ai vostri discorsi perché non siano banali e superficiali.

Aprite il cuore per capire i veri stati d'animo, le gioie e gli entusiasmi, ma anche le ferite e i dispiaceri, il vuoto e le tristezze dei vostri amici.

L'amicizia dell'ascolto sa intercettare le gioie dell'altro, ma anche i suoi turbamenti e drammi, solitudini e angosce.

Domandatevi se nelle vostre amicizie siete profondamente veri, trasparenti, autentici.

Spesso non è così: si resta superficiali, spesso condannati alle proprie solitudini e inquietudini.



Sono convinto che l'ascolto più attento agli altri sa andare in profondità.

Se lo aspetta, anche se non ve lo chiede, l'isolamento di amici che si portano dentro decisioni estreme, non di rado anche drammatiche.

L'ascolto più attento degli altri può prevenire ed evitare tragedie. Il mutismo è eloquente più della parola, e può nascondere gravi e pericolosi disagi.

Dobbiamo saper costruire ponti di amicizia, non fossati di pregiudizi ed esclusioni.

L'ascolto amichevole può aiutare a ri-nascere, e a risollevarsi da pensieri negativi.

Così cantava Celentano in *Azzurro*:

“Quelle domeniche da solo, in un cortile, a passeggiar.

Ora mi annoio più di allora, neanche un prete per chiacchierar”.

NEANCHE UN PRETE PER CHIACCHIERAR



Ti voglio dare una bella notizia:

la Chiesa finalmente ti ascolta!

Leggendo i dati sulla condizione giovanile in Italia elaborati dall'Istituto Toniolo di Milano, emerge che il 70% -80% dei ragazzi crede in Dio e ha una personale ricerca spirituale.

Ma che ogni anno cresce il numero di quelli che dicono: *“Io non ho nessuna fiducia nella Chiesa Cattolica”*.

Siamo arrivati, nel 2020, al 30% dei ragazzi italiani che hanno barrato questa casella.

Voi capite che c'è qualcosa che interpella la Chiesa, e la spinge a fare il primo passo verso i ragazzi:

la Chiesa ha capito che avete bisogno soprattutto di essere ascoltati.



**Anche il vostro Vescovo Gerardo,
che tanti di voi hanno già incontrato almeno una volta
in occasione della Cresima, desidera mettersi in ascolto.**

**Sono certo che mi aiuterà a comprendere meglio e
ad apprezzare il vostro mondo,
le vostre risorse straordinarie, e anche le delusioni
nei riguardi della fede e della Chiesa.**

**Sono convinto che ascoltandovi è possibile aprire
nuove strade nella nostra amicizia.**

Conoscersi meglio è già un affare che arricchisce.

**Desidero fare un tratto di strada con voi: forse scopriremo
il bisogno di camminare un po' più a lungo insieme.**

La Chiesa è disponibile, come non mai;

anch'io sono pronto. Ti ascolto davvero, in silenzio.

**Puoi conversare liberamente con i tuoi amici, proponendo
il tuo pensiero e le tue riflessioni:**

**PENSI CHE LA CHIESA SIA VICINA
O LONTANA DALLA TUA VITA?**

**PENSI DI VIVERE VICINO
O LONTANO DALLA CHIESA? PERCHÉ?**

**Non dimenticare che l'arte dell'ascolto
richiede alcune 'regole' per un vero dialogo.
Te le propongo:**

*Condividi le tue riflessioni personali
Offri il silenzio necessario per ascoltare
Ascolta tutti, nessuno escluso
Ascolta con umiltà e rispetto
Evita pregiudizi e stereotipi
Ascolta con il cuore
Evita conflitti e divisioni
Non procedere per dibattito
Frena i chiacchieroni
Incoraggia chi parla poco*



**sono sicuro che avrò molto da imparare da voi.
Desidero ringraziarvi, con la stima speciale di chi sa
di poter contare su di voi.**

Sora, ottobre 2022

✠ **Gerardo, vescovo**



Note

¹ C. XODO CEGOLON, *Ascolto: condizione di educazione e di autoeducazione*, Milano 2013.

² PLUTARCO, *L'arte di ascoltare* (a cura di G. Pisani), Milano 1995.

³ C. FIUMARA, *Filosofia dell'ascolto*, Milano 1985.

⁴ T. GREEN, *Il grano e la zizzania*, Roma, 1992.

⁵ *cfr. Sal 95,7-8.*

⁶ *1Re 3,9.*

⁷ Concilio Vaticano II, *Gaudium et spes* 16. La citazione completa recita: "L'uomo ha in realtà una legge scritta da Dio dentro al cuore; obbedire è la dignità stessa dell'uomo, e secondo questa egli sarà giudicato. La coscienza è il nucleo più segreto e il sacrario dell'uomo, dove egli è solo con Dio, la cui voce risuona nell'intimità".

⁸ *Mc 4,24.*

⁹ *Ger 23,16; Mt 24,4-6.23; 2Tim 4,3-4.*

¹⁰ *Lc 8,18.*

¹¹ PAPA FRANCESCO, *Udienza generale*, 31 agosto 2022.

¹² *Idem, 14 maggio 2021.*



Grafica Gabriele Pescosolido