



ASCOLTO

Giovanni Angelo Lodigiani

H. Simberg, L'angelo ferito (olio su tela, 1903)

(Ateneum Art Museum, Helsinki)



*Il fatto che le persone siano nate
con due occhi e due orecchi,
ma con una sola lingua,
fa pensare
che dovrebbero guardare
e ascoltare il doppio
di quanto parlano*

Marie de Rabutin-Chantal,
marchesa de Sévigné
(Parigi, 5.2.1626 – Grignan, 17 .4.1696)
scrittrice francese.



Silenzio - Ascolto

*Per ascoltare occorre tacere. Non soltanto attenersi a un silenzio fisico che non interrompa il discorso altrui (...) ma a un silenzio interiore, ossia un atteggiamento tutto rivolto ad accogliere la parola altrui
(G. Pozzi, Tacet, 2013)*



Silenzio - Ascolto

La bambina scelse un largo tronco di faggio, per non farsi scoprire. Se ne stette là, zitta e immobile, spiando da dietro il tronco con le mani appoggiate sulla corteccia liscia e sottile: «Lasciati diventare albero tra gli alberi!», le disse a un tratto il faggio. «Sentirai la bellezza e il respiro della natura». «Come posso? Sono una bambina», lei rispose. «Chiudi gli occhi e ascolta il silenzio. Io ti farò da guida».

M. L. GIRALDO, C. PIEROPAN, *La bambina che ascoltava gli alberi*, edizionicorsare, Foligno, 2011, p. 32.



Silenzio - Ascolto

E le parole scorrono, fluide (...). Scorrono interminabili, allagano il pavimento salgono alle ginocchia, arrivano alla vita, alle spalle, al collo. È il diluvio universale, un coro stonato che sgorga da milioni di bocche. La terra prosegue il suo cammino avvolta di un clamore di pazzi che gridano, che urlano, avvolta anche in un mormorio docile, sereno e conciliatore. (...) Perché le parole hanno cessato di comunicare. Ogni parola è detta perché non se ne oda un'altra. (...) Per questo urge mondare le parole perché la semina si muti in raccolto (...) Perché la parola valga solo ciò che vale il silenzio dell'atto. C'è anche il silenzio. Il silenzio, per definizione, è ciò che non si ode. Il silenzio ascolta, esamina, osserva, pesa e analizza. Il silenzio è fecondo. Il silenzio è terra nera e fertile, l'humus dell'essere, la tacita melodia sotto la luce solare. Cadono su di esso le parole. Tutte le parole. Quelle buone e quelle cattive. Il grano e il loglio. Ma solo il grano dà il pane.



Silenzio - Ascolto

PLUTARCO, *L'educazione*, (raccolta delle opere di Plutarco *De liberis educandis*, *Quomodo adolescens poetas audire debeat*, *De recta ratione audiendi*, *De musica*), traduzione e cura di Giuliano Pisani, Edizioni Biblioteca dell'Immagine, Pordenone, 1994.

L'ascoltatore fino e puro deve lasciar perdere le parole fiorite e delicate e pensare che gli argomenti teatrali e spettacolari sono solo «pastura di fuchi» sofisticheggianti, ed immergersi invece con la concentrazione fino a cogliere il senso profondo del discorso e la reale disposizione d'animo di chi parla, per trarne ciò che è utile e giovevole, rammentando a se stesso che non è andato a teatro o a un odeon [luogo dove di esibivano i cantanti, n.d.r.], ma in una scuola e in un'aula, per raddrizzare la propria vita con la parola.

In un altro passaggio del testo evidenzia come:

I più invece, a quanto ci è dato vedere, sbagliano, perché si esercitano nell'arte di dire prima di essersi impraticati 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 trarre profitto anche chi vi s'accosta in modo improvvisato. Se è vero che chi gioca a palla impara contemporaneamente a lanciarla e riceverla, nell'uso della parola, invece, il saperla accogliere bene precede il pronunciarla, allo stesso modo in cui concepimento e gravidanza vengono prima del parto.

La semplicità di questa osservazione va rimarcata per la sua grandezza:

ascoltare precede, logicamente e temporalmente, ogni dire.



Parola e silenzio

Per esistere personalmente, l'uomo deve anche tacere. Non essere muto; il mutismo è mancanza di parola, in cui la persona soffoca. Al contrario, il tacere presuppone la persona. Solo essa può trovarsi in quella quiete raccolta che si chiama silenzio, così come solo la persona è in grado di volgersi verso l'altro e insieme con lui immergersi nella quiete. Anzi, il silenzio appartiene alla parola. Nel mutismo la persona soffoca; nella chiacchiera si corrompe. La parola, così come il silenzio, sono fenomeni parziali: solo insieme formano la totalità vera e propria, per la quale tuttavia non esiste nome – in modo simile a luce e oscurità che insieme costituiscono l'intera unità del fenomeno. Mera luce così come mera oscurità, ciò che abbaglia e ciò che ottenebra, distruggono; chiarezza viva, al contrario, e oscurità viva hanno riferimenti reciproci. Essa forma o l'unità del ritmo biologico, un po' come il collegamento tra giorno e notte; o quell'unità spirituale che sta nel collegamento fra trasparenza e mistero – non chiarezza da «illuminati» e superstizione. È un problema particolare però se e in quali circostanze si dia una conoscenza preverbale o extraverbale, che quindi non si possa comunicare. Essa sembra trovarsi in certe tensioni spirituali elevate, che in talune circostanze si avvicinano al patologico. (...) Entrambi i fenomeni danno l'impressione che l'uomo in essi si approssimi a un limite, superare il quale porta pericolo – in questo caso per altro appartiene all'essenza dell'uomo il sussistere di tale rischio per lui. Tuttavia è la sfera della parola e del silenzio che vi è collegato ad essere assegnata all'uomo e abitabile per lui.



Parola e silenzio

far tacere il lavoro del proprio pensiero, sedare l'irrequietezza del cuore, il tumulto dei fastidi, ogni sorta di distrazione. Nulla come l'ascolto, il vero ascolto, ci può far capire la correlazione fra il silenzio e la parola.

Il silenzio è un bene da custodire

G. Pozzi, *Tacet*, 2013, pp. 20-21



Origini dell'ascolto

š^ema' yišrā'ēl

Ascolta Israele !

Contemplazione e della cura dell'interiorità

«**sentire**»: semplice sensazione fisica o emotiva

«**ascoltare**»: attenta cura delle disposizioni personali e interiori: generosità, fiducia, disponibilità, libertà interiore, apertura, sforzo di attenzione, impegno

Responsività e accoglienza dell'altro



L'uomo è capace di ascolto

L'esistenza personale è strutturata in forma essenzialmente **dialogica**. Parlare e ascoltare costituiscono situazioni **originarie**, in cui la verità dell'uomo si compie in un incontro di libera apertura e accoglienza: ogni comunicazione di contenuti oggettivi avviene nell'orizzonte di una libera auto-comunicazione, che richiede la solidarietà spontanea e gratuita dell'ascoltatore.

La parola pronunciata e la libertà vissuta si **richiamano** e si **interpretano** a vicenda

Prossimità – Alterità

Scuola elevata di tolleranza non rassegnarsi mai a **rompere** il dialogo



Nodo dell'ascolto

Presenta un duplice aspetto:

criteri che utilizziamo per
ascoltare l'altro

capacità di fare silenzio dentro
di noi



Ascolto attento e attivo

Precondizione al riconoscimento dell'altro

Si *sente* con l'udito; si *ascolta* con tutta la persona. La persona tutta dice e la persona tutta ascolta [...] Le parole con cui si risponde o si compilano i propri interventi possono essere nobilissime, ma se il *linguaggio della presenza* è in contrasto, esse risultano non vere e perlomeno non autentiche

G. COLOMBERO, *Dalle parole al dialogo. Aspetti psicologici della comunicazione interpersonale*, Ed. Paoline, Milano, 1988, p. 148-149

Presenza ascoltante

scoprire il centro interiore è una conquista fondamentale. È da tale centro infatti che scaturisce tutta l'attività dell'uomo, positiva o negativa. Essere situati, tramite la consapevolezza, in tale centro, significa avere nelle mani il governo della propria esistenza

G. ZAMPERETTI, *L'attenzione cosciente*, E.M.I., Bologna, 1980, p. 49.



Caratteristiche dell'ascolto attento e attivo

- a) evitare di imporre all'altro classificazioni ovvero sospendere i giudizi di valore (fare epoché)
- b) ascoltare ed osservare, cercando di acquisire le informazioni fondamentali relative alla situazione contingente (il silenzio favorisce la comprensione e l'autentico ascolto attento e attivo non è mai anticipatamente definibile bensì sempre nuovo)
- c) vestire gli «indumenti» altrui, dimostrare empatia, cercando di «accogliere», il che non implica «adesione», il punto di vista dell'altro
- d) analizzare il proprio comprendere, ossia verificare i contenuti emersi nella inter-relazione, senza chiudere la possibilità di ulteriori domande e lasciando all'altro uno spazio di risposta adeguato. Ciò agevola la narrazione dell'altro e migliora la reciproca comprensione
- e) predisporre con cura tempo e luogo dell'ascolto per far sentire l'altro a proprio agio



7 regole dell'arte di ascoltare

non avere fretta di arrivare a delle conclusioni. Le conclusioni sono la parte più effimera della ricerca

quel che vedi dipende dal tuo punto di vista. Per riuscire a vedere il tuo punto di vista, devi cambiare punto di vista

se vuoi comprendere quel che un altro sta dicendo, devi assumere che ha ragione e chiedergli di aiutarti a vedere le cose e gli eventi dalla sua prospettiva

le emozioni sono degli strumenti conoscitivi fondamentali se sai comprendere il loro linguaggio. Non ti informano su cosa vedi, ma su come guardi. Il loro codice è relazionale e analogico

un buon ascoltatore è un esploratore di mondi possibili. I segnali più importanti per lui sono quelli che si presentano alla coscienza come, al tempo stesso, trascurabili e fastidiosi, marginali e irritanti, perché incongruenti con le proprie certezze

un buon ascoltatore accoglie volentieri i paradossi del pensiero e della comunicazione interpersonale. Affronta i dissensi come occasioni per esercitarsi in un campo che lo appassiona: la gestione creativa dei conflitti

per divenire esperto nell'arte di ascoltare devi adottare una metodologia umoristica. Ma quando hai imparato ad ascoltare, l'umorismo viene da sé

M. Scalvi, *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Mondadori, Milano, 2003 p. 63



Le barriere all'ascolto

- - ordinare, comandare, esigere;
- - avvisare, minacciare;
- - fare la predica, rimproverare;
- - consigliare, dare soluzioni;
- - redarguire, ammonire;
- - giudicare, criticare, disapprovare;
- - definire, stereotipare, etichettare;
- - interpretare, analizzare, diagnosticare;
- - apprezzare, convenire, dare delle valutazioni positive;
- - rassicurare, mostrare comprensione, consolare;
- - contestare, indagare, mettere in dubbio;
- - eludere, distrarre, fare del sarcasmo