

Comunicare da cristiani

Alberto Castellani*

Uno schema di comunicazione usato molto spesso nelle interazioni umane è quello in cui chi occupa una posizione più influente tende ad educare nella direzione di un messaggio che dogmatizza, moralizza o interpreta: si tratta di una comunicazione «calata dall'alto», più attenta al contenuto da trasmettere che al creare un contesto relazionale che favorisca la ricezione fruttuosa di quel contenuto. Questa modalità di tipo deduttivo, usata spesso anche nella pratica pastorale, ha come conseguenza il blocco della comunicazione per via dell'inibizione dell'interlocutore, che non si trova nella condizione di poter sviluppare un'evoluzione interiore. L'interlocutore, specialmente quando è interiormente distante dal messaggio che gli si vuole inviare, tenderà a percepire quel messaggio come un qualcosa da lui inaspettato e che si intromette nella vita di lui senza essere stato richiesto: anziché approfondirne il contenuto sarà più incline a reagire con il disinteresse.

Diversa è la comunicazione che avviene nel contesto di un contatto reciproco, di tipo affettivo oltre che intellettuale, dove chi propone un messaggio lo fa facendo leva su una qualche attesa già presente nell'interlocutore -almeno in forma latente ed embrionale- e che il messaggio è in grado di far riaffiorare e può appagare, per cui se quell'interlocutore si lascia coinvolgere da quel messaggio è proprio perché lo percepisce consono alle sue preve domande e l'esplorarlo assume il significato di un «ritorno a casa».

* Psicologo con specializzazione in psicoterapia familiare e relazionale, laureato in teologia. Castelfiorentino (Firenze).

PER COMUNICARE I VALORI

Intrinsecismo morale:

- Il valore è una realtà oggettiva, al di sopra e al di là dell'uomo.
- Tuttavia, ha la prerogativa di soddisfare una precedente attesa a-specifica già presente nell'uomo.
- Suscita, dunque, interesse: il desiderio inclina ad esplorarlo e la volontà ad accoglierlo.
- Se accolto dalla libertà, diventa un ideale di vita il cui effetto è anche la soddisfazione delle genuine aspirazioni umane.

Estrinsecismo morale:

- Il valore è una realtà oggettiva, al di sopra e al di là dell'uomo.
- Dall'esterno, e in modo del tutto inaspettato, interpella la vita dell'uomo.
- Suscita, dunque, dubbi e resistenze: il dovere spinge a subirlo e lo sforzo volontaristico a conformarsi ad esso.
- Se subito, diventa un obbligo il cui effetto è anche il sentirsi deprivato della libertà di agire.

(Cf A. Manenti, *Vivere gli ideali; fra paura e desiderio/1*, EDB, Bologna, 2002, pp. 181-187)

Come Gesù comunicava

Negli incontri di Gesù riportati dai Vangeli è possibile trovare un parallelo con la psicologia del nostro tempo a proposito delle modalità più efficaci dell'ascolto e della comunicazione?

Questo tipo di ricerca non è un tentativo di ridurre la persona di Gesù a teorie e concetti tipicamente umani, facendo di Lui uno psicologo *ante litteram*. Gesù non ha compiuto alcuna psicoterapia e non disponeva degli strumenti concettuali formali in uso oggi, anche se «in Lui è pienamente presente la conoscenza dei processi psichici costruttivi o distruttivi della vita; è una presenza fondamentale, che fa sì che gli psicoterapeuti di oggi possano ancora imparare da Lui»¹.

Sempre, anche quando rimprovera, Gesù invia i suoi messaggi nel rispetto e nell'ascolto dell'individualità dell'interlocutore, considerando la sua storia, le sue caratteristiche psicologiche, culturali, sociali e religiose, e mai nell'imposizione, ma nel rispetto della libera adesione tenendo conto delle reali possibilità ricettive dell'altro. Questo rispetto non è educata distanza ma l'espressione di un orientamento affettivo di Gesù che invita ad instaurare con lui una comunione personale ed una confidenza scevra da pregiudizi e schemi mentali.

Nel vangelo di Giovanni appare bene la natura intima del modo di Gesù di relazionarsi. Mi sembra, anzi, che il quarto vangelo, e i dialoghi ivi riportati che non compaiono nei sinottici, si presta meglio degli altri ad una lettura che porta un contributo significativo all'approccio psicologico-relazionale. E questo soprattutto quando il dialogo si fa difficile. Le resistenze degli interlocutori, che fraintendono o rifiutano quello che Gesù vuole dire, creano un evidente disagio comunicativo, ma è un disagio che non riesce a rompere la comunicazione perchè ad esso Gesù replica

con la sua disposizione d'affetto capace di accogliere e trasformare le resistenze e, quindi, di riattivare il dialogo.

Si può affermare che Gesù mette in pratica l'ascolto attivo, che non è il semplice sentire (registrare in sé) quello che l'altro dice (e sente), ma è la capacità di entrare in profonda empatia con lui, cogliendone tutti gli aspetti che non sono espliciti, per dare spazio ai suoi bisogni e anche alle sue resistenze e poi portarlo a una consapevolezza delle proprie possibilità e risorse. «Chi ascolta tenta di capire i sentimenti di colui che parla, il significato del suo messaggio. Poi cerca di riformulare con parole proprie ciò che ha compreso, aspettandone la conferma. Chi ascolta non dà valutazioni, opinioni, consigli, non fa analisi. Si limita esclusivamente a decodificare il messaggio di colui che parla senza aggiungere né togliere nulla»ⁱⁱ. È un ascolto che fa nascere nell'altro il desiderio di ascoltare a sua volta.

Il desiderio di educare gli altri al bene e al bene massimo si può trasformare, per eccesso di zelo, in pretesa di insegnare a loro il *nostro* bene.

Nelle interazioni con gli altri noi siamo sempre preoccupati di imporre il nostro punto di vista, di proiettare le nostre certezze e i nostri schemi mentali. Così facendo sentiamo di aver compiuto il nostro dovere ma non ci accorgiamo che abbiamo dato risposte a domande che non ci erano state poste. Saranno risposte anche esatte e vere, ma né attese né richieste e quindi non interessanti.

Viene naturale ed automatico diagnosticare («credimi, ti sta succedendo come dico io: tu adesso sei confuso»), moralizzare («non va bene come dici tu, ascolta me...»), generalizzare («queste cose le vivono tante persone, non sei l'unico»), dogmatizzare («la vita è un continuo alto e basso»), interpretare («per te la vita non ha senso perché non hai trovato gioia») o ridurre a sé («anche a me è successa la stessa cosa»).

Questi interventi direttivi sono inadeguati perché producono un blocco della comunicazione e, di conseguenza, negano all'altro l'accesso di opportunità di consapevolezza e di uscita dai propri dubbi e difficoltà.

Gesù sta al passo dell'altro ed entrando empaticamente in relazione, fa nascere la domanda nel cuore dei suoi interlocutori. Si affianca per un tratto di strada ai due discepoli di Emmaus, li lascia parlare facendo uscire tutta la loro delusione e frustrazione senza giudicarli, nasce un'atmosfera di amicizia e fiducia che porta i due discepoli, anche dopo il rimprovero da parte di Gesù, a invitarlo a restare con loro.

Un personaggio del quarto vangelo: Nicodemo

Giovanni ce lo presenta in tre occasioni, nell'incontro notturno con Gesù, nella discussione con i farisei e alla sepoltura di Gesù, in una progressione che vede Nicodemo dapprima sconcertato e intimorito fino al riconoscimento e all'interiorizzazione delle parole di Gesù.

Nicodemo è in contrasto tra l'andare da Gesù e l'andarci di notte. La sua fede è ambigua, si nasconde. È persona colta, un capo dei Giudei, che parla con autorevolezza e va da Gesù carico del bagaglio appreso dall'ambiente del suo gruppo religioso: connota Gesù come maestro, ma per lui è solo un profeta che non cambia le cose. Nel rivolgersi a Gesù, Nicodemo dice: «sappiamo». «Quel “sappiamo” crea una forte distanza tra il parlante e la sua affermazione. Egli infatti non parla per convinzione personale ma per dichiarazione dottrinale, confinando Gesù in uno schema di precomprensione teologica. Ma è in realtà proprio in questo eccesso di sicurezza, in questo voler prendere subito le distanze da una realtà che l'ha colpito, che è possibile scorgere molte perplessità, un disagio mal simulato dietro formule teologiche»ⁱⁱⁱ. Nel dialogo notturno con Gesù, Nicodemo si presenta come colui che sa, che non ha più niente da apprendere; si rivolge a Gesù considerandolo maestro, ma va da Lui per fare il maestro, sicuro di poter insegnare qualcosa, in virtù della sua esperienza.

In Nicodemo non c'è spazio per lo stupore meraviglioso, c'è spazio solo per uno stupore scettico. È come se, andando da Gesù, si fosse già aspettato determinate risposte; va a dialogare, ma per sentire confermate le sue idee. A questo proposito, Bonhoeffer offre una puntuale precisazione: «I cristiani, e specialmente i predicatori, credono spesso di dover “offrire” qualcosa all'altro, quando si trovano con lui, e lo ritengono come loro unico compito. Dimenticano che ascoltare può essere un servizio ben più grande che parlare. Chi crede che il suo tempo è troppo prezioso per essere perso ad ascoltare il prossimo, non avrà mai veramente tempo per Dio e per il fratello, ma sempre solo per se stesso, per le sue parole e per i suoi progetti»^{iv}.

Perché tutte queste resistenze? Probabilmente esse vanno ricercate nella sfera affettiva. È proprio agendo su quella sfera affettiva di Nicodemo e relazionandosi con lui in modo affettivo che Gesù lo aiuta a superare le resistenze. Nicodemo va di notte: non è convinto, ma qualcosa di quell'uomo lo attrae. L'andare di notte di Nicodemo potrebbe assumere un significato protettivo, un essere avvolto da un guscio che nasconde dagli sguardi degli altri e che permette di non esporsi, mantenendo i legami con il mondo esteriore, ma più che altro interiore. Eppure va, mosso da una fede incerta, ancora solo a livello di fascino e curiosità. Nelle risposte di Gesù, con la forza dell'intelletto Nicodemo coglie la verità, ma il suo affetto resta legato ai suoi schemi e non si lascia andare alla sequela, finendo per rimanere nello stallo del «vorrei ma non si può».

Fra Nicodemo e Gesù si stabilisce una comunicazione a due livelli che, di solito, è premessa di incomunicabilità. Ma Gesù non disconferma e neanche rifiuta questo modo di Nicodemo di impostare il dialogo; invece, lo sa gestire in modo da farlo diventare un'imprevista premessa di incontro.

Da persona piuttosto stereotipata e diffidente, Nicodemo conduce il dialogo con domande che dogmatizzano e mettono in dubbio. Chiede come è possibile? come può accadere? Restringe il campo comunicativo fino a dover tacere. Gesù invece può continuare a parlare perché non si infila in vicoli ciechi; egli non contraddice mai direttamente Nicodemo, ma con il suo modo di porsi lo porta a considerare da solo la pochezza delle sue argomentazioni. Quindi: lo ascolta e lo fa ascoltare se stesso.

Nelle interazioni ci possono essere tre modalità fondamentali di rapportarsi: la conferma, la disconferma e il rifiuto. Confermiamo l'altro quando lo accettiamo così com'è, e con lui quello che ci porta nella comunicazione; lo rifiutiamo quando esplicitamente neghiamo la relazione con lui e gli facciamo chiaramente capire di

non voler comunicare; lo disconfermiamo quando neghiamo la relazione non in modo esplicito, ma ambiguo e velato, facendo prevalentemente uso della comunicazione non verbale. Delle tre modalità, la disconferma è senza dubbio la più dannosa ed apportatrice di disagio.

Gesù non disconferma né rifiuta nessuno dei suoi interlocutori, ma usa come modulo comunicativo quello della conferma, mettendo le persone a proprio agio. Il suo modo di comunicare non è mai ambiguo e c'è sempre una perfetta consonanza tra parole e atteggiamenti. Gesù ascolta, non diagnostica non moralizza, non generalizza, non dogmatizza, non interpreta e non riduce a sé, ma conferma qualsiasi realtà umana. I personaggi che Gesù incontra sono fragili, indecisi, insicuri, ma con ognuno di loro propone sempre lo stesso modello di relazione improntata all'ascolto e all'accoglienza, in modo da mettere l'altro nella condizione di sviluppare la propria autoconsapevolezza e aprirsi ad una possibilità di cambiamento.

Le parole e gli atteggiamenti di Gesù sono quindi attuali e costituiscono un modello per tutti coloro che operano nel sociale e nella comunicazione, e ci ricordano come non vada mai subordinata l'attenzione per la persona e la sua realtà, qualunque essa sia. Oggi in campo educativo sono sempre presenti atteggiamenti prevaricatori che invece dell'ascolto e dell'accoglienza cedono il posto all'autoritarismo e alla logica della punizione. Gesù mostra l'esempio: né lassismo né autoritarismo, ma accoglienza che trasforma.

Il messaggio evangelico passa anche dal modo di comunicare. È vero che l'uomo può sempre rifiutare la verità, va però messo nella condizione di poterla scegliere.

ⁱ H. Wolff, *Gesù psicoterapeuta*, Queriniana, Brescia 2003.

ⁱⁱ T. Gordon, *Genitori efficaci*, La Meridiana, Molfetta, Bari 1997.

ⁱⁱⁱ G. Gaeta, *Per l'interpretazione del capitolo terzo dell'evangelo di Giovanni*, Paideia, Brescia 1974, p. 46.

^{iv} D. Bonhoeffer, *La vita comune*, Queriniana, Brescia 1986, p. 124