

## L'arte di ascoltare - Plutarco

Parecchi anni fa, mentre mi trovavo dal droghiere, colsi un dialogo tra due signore che terminava con queste parole: “Allora io gli ho detto: lo sai perché abbiamo due orecchie ed una bocca soltanto? Perché siamo fatti più per ascoltare che per parlare!”

Questa frase si scolpì in me; aveva il sapore di una verità incontestabile: abbiamo due canali riceventi ed uno solo emittente.

Successivamente il mio interesse per la comunicazione umana mi portò ad approfondire il suo fondamento: **l'ascolto**. Mi furono suggeriti alcuni libri di studio tra i quali “L'arte di ascoltare” scritto attorno al 90 d.C. da Plutarco di Cheronea, filosofo ed educatore greco.

La prima meraviglia fu che pareva appena scritto tanto lo sentivo attuale. La seconda fu che pure Plutarco aveva raccolto e inserito nel suo testo, circa 1900 anni fa, una frase simile a quella da me ascoltata: “E la natura, si dice, ha dato a ciascuno di noi due orecchie ma una lingua sola, perché siamo tenuti più ad ascoltare che a parlare.”

Mi sembra evidente che l'uomo ha dovuto affrontare, anche in tempi molto lontani e in culture diverse, difficoltà molto simili nelle nostre relazioni umane. Plutarco, nel suo piccolo libro, sottolinea quali sono alcuni errori comportamentali nell'attività dell'ascolto e suggerisce gli atteggiamenti più consoni. Si può leggerlo tutto d'un fiato in poco tempo, ma ci sentiremo presto spinti a rileggerlo, punto per punto, per avere l'opportunità di meditarlo più a fondo.

L'ascolto è fondamentale per acquisire esperienza di sé stessi e degli altri ed attuare relazioni in autonomia, in armonia e con serenità. La filosofia di Plutarco è “medicina dell'anima”; per lui la virtù non è un concetto astratto o una disposizione eroica di anime elette, né una meta lontana e irraggiungibile, ma il frutto del progressivo formarsi di una coscienza morale. Sappiamo che i movimenti del nostro animo ci fanno sentire a volte capaci della più grande apertura e generosità, ma potremmo trovarvi anche fragilità ed egoismo. Come avvalorare le nostre potenzialità migliori e come affrontare le nostre debolezze attraverso l'ascolto?

Plutarco suggerisce di fare attenzione agli impulsi ed alle azioni che nascono da immaturità e da falsi ragionamenti.

“I più ... sbagliano perché si esercitano nell'arte del dire prima di essersi impraticati in quella di ascoltare.” Ecco quindi che egli ci invita a guardare in noi stessi, partendo da situazioni di dialogo, o di partecipazione a discorsi o a lezioni. Nella parola infatti sono insiti danni e vantaggi grandissimi. L'arte di ascoltare e quella di parlare vanno attuate con impegno, senza improvvisazione e con misura. “I buoni educatori rendono sensibili alle parole le orecchie dei ragazzi insegnando loro non a parlare molto, ma ad ascoltare molto”. “Il silenzio ... è un ornamento sicuro ... in ogni circostanza” ma in particolare porta ad evitare di agitarsi o di abbaiare ad ogni affermazione (dell'interlocutore) e anche se il discorso non è troppo gradito, (l'ascoltatore) paziente e attende che chi sta dissertando sia arrivato alla conclusione ... Chi si mette subito a controbattere finisce per non ascoltare e non essere ascoltato.”

Il giudizio va prima trasferito da chi parla a noi stessi, è il monito di Plutarco, per ascoltarci e valutare se anche noi non cadiamo inconsciamente in qualche errore dello stesso tipo. La domanda da farsi è: “Sono forse anch'io così?” In questo modo la risonanza di ciò che l'altro ci rimanda, aiuta ad ascoltarci.

Si può trarre profitto sia dai buoni che dai cattivi discorsi “Non è difficile muovere obiezioni al discorso pronunciato da un altro, anzi è quanto mai facile; ben più faticoso invece, è contrapporne uno migliore.”

Occorre quindi immergersi e coinvolgersi nel discorso, i cui “esiti felici” non dipendono dalla fortuna, ma sono frutto di applicazione, di duro lavoro e di lunga osservazione.

Come disporsi all'ascolto con partecipazione? Come e quando porre domande all'interlocutore? Come accogliere un rimprovero e come reagirvi? Cosa attendersi dal discorso di una persona? Sono altri dei vari argomenti per i quali rimando alla lettura de "L'arte di ascoltare", testo semplice ed arguto che non suggerisce atteggiamenti denigratori, né facilmente inclini all'ammirazione, ma nemmeno di essere ingenui e succubi. Un buon ascolto non è quello che subisce le parole altrui, ma vi porta rispetto e tuttavia cerca di esercitare una critica attenta e severa dell'utilità e della veridicità di quanto è detto, ascoltando anche i propri limiti, assieme ai punti propositivi e all'umanità altrui; una testimonianza quindi di un uso "altro" delle nostre possibilità psichiche, di determinazione dei valori, di vivere con dignità l'ascoltare e il dire.

Nonostante la somiglianza con chi ha vissuto così lontano nel tempo, credo che i cambiamenti culturali abbiano provocato ulteriori problemi nell'ascoltare e nel parlare. Molte sono oggi le sollecitazioni al "non ascolto", forse proprio paradossalmente, perché le parole e le immagini che udiamo e vediamo sono tante che possono creare una sorta di ingorgo mentale e togliere quel respiro interiore che possiamo ritrovare prendendoci spazi di comprensione e tempi più ampi e più lenti di quanto la "corsa quotidiana" permetta se l'assecondiamo.

Quante volte parliamo per luoghi comuni, anziché per esperienza? Quante volte assistiamo a discorsi che successivamente sono negati? Quante volte si tenta di stravolgere ciò che si è visto e udito con interpretazioni fantasiose? Quante parole arrivano come schiaffi o come sassate alle nostre orecchie? Che fare? Possiamo ancora leggere le ultime righe dello scritto di Plutarco che raccomanda, non di attenersi alla lettera delle sue riflessioni ma di **"... esercitarsi nella ricerca personale, per acquisire un abito mentale ... profondamente radicato e filosofico, considerando che il saper ascoltare bene è il punto di partenza per vivere secondo il bene."**

E ora che ho tanto "detto", mi rimetto ad ascoltare ...

Buona lettura!

Angela