

PONTIFICIA UNIVERSITÀ LATERANENSE

FACOLTÀ DI S. TEOLOGIA

ISTITUTO SUPERIORE DI SCIENZE RELIGIOSE

“ECCLESIA MATER”

L'ARTE DI TACERE
UNA PROSPETTIVA PEDAGOGICO-SPIRITUALE

Elaborato per il seminario:

ST 20: In ascolto dell'altro: dal silenzio al dialogo

Candidato: Kabore Gisèle Wendboude (matr. 16244 TO)

Docente: Ch. mo Prof. Gennaro Cicchese

Anno accademico 2016-2017

INDICE

INTRODUZIONE	2
I - PAURA E PERDITA DEL SILENZIO	4
1. Il fenomeno del rumore.....	4
2. I difetti della lingua.....	7
3. L'oblio del silenzio.....	9
II - DELLA NECESSITÀ DI TACERE.....	12
1. Significato e spiritualità del silenzio.....	12
2. Le dimensioni del silenzio.....	14
3. Principi necessari per tacere.....	17
4. Riscoprire il silenzio e il suo valore.....	20
III - DAL SILENZIO AL DIALOGO.....	22
1. Il bisogno dell'altro.....	22
2. Silenzio e parola.....	25
3. Relazione tra silenzio, ascolto, dialogo e comunicazione.....	27
CONCLUSIONE.....	30
BIBLIOGRAFIA.....	32

INTRODUZIONE

Nella società di oggi, riscontriamo una notevole mancanza del silenzio che costituisce una delle sue grandi lacune. L'uomo sfugge il suo interiore e ha paura di fare questo lungo viaggio che consiste nel scendere nel profondo di se stessi per esaminarsi guardando in faccia la propria realtà. La parola è la sua arma più forte per difendersi, per affermarsi, per rivendicare e imporsi sugli altri.

Un proverbio africano dice: «il silenzio è la più alta saggezza dell'uomo», ma l'uomo contemporaneo ha dimenticato questo grande valore e preferisce correre dietro la retorica, l'eloquenza, per attirare su di sé gli applausi e la vana gloria, disprezzando quest'arte: quella di tacere. Infatti come lo dice l'abate Dinouart: «Esistono delle regole per lo studio delle scienze e per gli esercizi del corpo. La repubblica letteraria è piena di *Arte di pensare*, *Arte dell'eloquenza*, *Introduzione alla geografia*, *alla geometria*, eccetera. Perché dunque non insegnare l'*Arte di tacere*, arte così importante e, tuttavia, così poco noto?»¹.

Rispetto alle altre arti, l'arte del silenzio è meno diffuso, anzi, sconosciuto, non è in voga come tante altre. Il silenzio porta all'abbassamento e al nascondimento, e l'uomo contemporaneo è impregnato di onore, di ricerca di fama, ecco perché il silenzio è tralasciato. Il tema del silenzio molto raccomandato nel passato è sparito poco a poco dai dibattiti e dai trattati accademici, è spento nel corso del tempo e ha perso la sua centralità. Il male che fa soffrire oggi di più il nostro tempo è la scomparsa del silenzio e la paura della solitudine.

L'uomo ha paura di essere solo, perciò si perde nella loquacità, nella corsa sfrenata dei mezzi di comunicazione. Si verifica infatti, un aumento dei mezzi per diffondere la parola, sia in forma scritta, sia in forma parlata e di conseguenza si osserva indubbiamente la perdita del silenzio.

Il silenzio e il desiderio di vivere una vita interiore, sono ridotti al minimo possibile, se non del tutto spariti. La parola ha perso il suo valore primordiale, non è più tanto usata a buon fine come per esempio, canale di informazione di cose vere e utili, ma basta solo commuovere, suscitare l'interesse, persuadere il pubblico e impressionare. L'uomo contemporaneo è divenuto uomo di parole ripetute meccanicamente, non credibili e non affidabili.

L'uomo di oggi è in continua fuga da se stesso e dal proprio centro, non è più capace di ascolto e di dialogo, non ha tempo per meditare, per curare la sua interiorità. La mancanza e l'oblio del silenzio hanno generato un indebolimento nella sua struttura fondamentale. Inoltre, il silenzio è una esigenza della vita in società e nessuna vita comune può pretendere passare dal silenzio. L'impegno che ognuno si dà per applicarlo migliora la qualità delle relazioni. Thomas Merton lo nota chiaramente quando dice:

¹ A. DINOUART, *L'arte di tacere. Il silenzio come difesa della propria identità*, Demetra, Bussolengo (VR) 1995, p. 14.

«La società dipende nel suo esistere, dalla inviolabile solitudine personale dei suoi membri. La società, per meritare questo nome, non deve essere costituita di numeri o di unità meccaniche, ma di persone. Essere una persona implica responsabilità e libertà, e l'una e l'altra presuppongono una certa solitudine interiore, un senso di integrità personale, un senso della propria realtà e della capacità individuale di darsi alla società. Non si ricava gran frutto dal parlare agli uomini di Dio e dell'amore se non sono capaci di ascoltare. Le orecchie con le quali si ascolta il messaggio del Vangelo sono nascoste nel cuore dell'uomo e non sono capaci di udire nulla se non posseggono una certa solitudine e silenzio interiore»².

Il silenzio oggi, torna a diventare un tema d'attualità, s'impone alla nostra attenzione con esigenza. Il desiderio e la necessità di vivere un silenzio più profondo si fanno più intensi. Si sente un pressante desiderio di riscoprire il silenzio per salvaguardare la dimensione fondamentale dell'uomo.

Il nostro presente lavoro si baserà sul tema: L'arte di tacere in una prospettiva pedagogico-spirituale. L'obiettivo è di riportare l'uomo al silenzio. Infatti, è di grande interesse che l'uomo riscopra questo valore fondamentale per la sua vita personale e migliorare i suoi rapporti interpersonali nella società. Come la perdita del silenzio provoca anche tanti effetti negativi per l'uomo stesso, urge la necessità di ricercare questo arte tanto dimenticato e oscurato.

Il lavoro è suddiviso in tre capitoli. Nel primo capitolo, ci soffermeremo sulla paura e la perdita del silenzio molto nota nei nostri giorni. L'idea che si vorrà presentare sarà di rilevare il fenomeno del rumore e i difetti della lingua considerati come cause profonde dell'oblio del silenzio. Nel secondo capitolo, metteremo l'accento sulla necessità di tacere, cercando di indagare il significato vero e profondo del silenzio, le sue varie dimensioni, alcuni principi necessari e termineremo con il suo valore per eccellenza. Infine, l'ultimo capitolo farà il passaggio dal silenzio al dialogo, portando la riflessione sulla stretta connessione esistente tra silenzio, parola, dialogo, ascolto e comunicazione e facendo risaltare la centralità e la necessità dell'altro nei rapporti interpersonali.

Questo lavoro è un tentativo di un recupero del silenzio e non intende esaurire l'indagine sul tema. Data la ricchezza del tema, sarebbe raccomandabile un costante studio e un approfondimento perché l'uomo possa sempre di più aspirare a un silenzio vero e dignitoso e cercare di vivere nella sua dolce compagnia. Auguriamo che l'amore del silenzio possa portare l'uomo al silenzio dell'amore.

²T. MERTON, *Pensieri nella solitudine*, Garzanti, Milano 1962³, pp. 8-9.

I - PAURA E PERDITA DEL SILENZIO

Il mondo attuale sta attraversando un gran deficit: la paura e la perdita del silenzio. Il silenzio è considerevolmente temuto, si cerca di rimuoverlo il più possibile perché fa paura all'uomo, anzi lo si mette sotto i piedi e si riempie il vuoto con un flusso di parole o di fracasso. Questa paura ha condotto l'uomo a favorire il mondo esteriore a scapito del silenzio. Questa realtà non può passare inosservata quando si guarda attorno a noi, ci si accorge subito che il rumore si amplifica sempre di più e il silenzio se ne va dissipando. L'uomo sta costruendo un mondo chiassoso, dove tutto si disperde in questo enorme clamore di voci.

1. Il fenomeno del rumore

Oggi, viviamo in uno spaventoso rumore che ci circonda in tutti gli ambiti della società. Il rumore è diventato il compagno inseparabile dell'uomo senza il quale non può vivere. Tutto il suo ambiente è circondato di rumore e tutte le sue attività si svolgono in un caos totale. Il rumore ha invaso tutto il suo essere. Si è fabbricato un mondo chiassoso intorno a sé nel quale si compiace di vivere. In tutte le diverse parti del mondo, si ha, come dice H. Nouwen «la sensazione di attraversare un immenso dizionario»³. Questo fenomeno va sempre aumentando a scapito del silenzio. Negli spazi e da ogni parte, troviamo tanti motivi e oggetti che ci distraggono, che distolgono la nostra attenzione, e introducono dentro di noi una confusione totale e ci fanno così vivere un rumore continuo dentro e fuori di noi. Si creano e si sviluppano sempre di più gli spazi e i luoghi di divertimento al fine di togliere l'uomo dalla solitudine, di allontanarlo da se stesso, dal suo centro. Tutto intorno a lui parla, canta, grida, niente lo richiama al silenzio e a una vita interiore piena e intensa. Nouwen facendo allusione al fenomeno scrive: «Siamo circondati da parole dovunque andiamo: parole sussurrate a mezza voce, espresse a voce alta o gridate con ira, parole parlate, recitate o cantate; parole su nastri, in libri, su muri o in cielo; parole in svariati suoni, colori o forme; parole per essere udite, lette, viste o guardate, parole che vanno e vengono, si muovono lentamente, danzano, saltano o si agitano. Parole! Parole! Esse costituiscono le mura, il pavimento e il soffitto “della nostra esistenza”»⁴.

Si è abituati a parlare a voce alta, a strillare, a fischiare o a emettere un qualsiasi suono in vista di disperdere e coprire il silenzio, di non più sentirlo parlare e risonare dentro di se, perché è una presenza che disturba, interroga e rimprovera. Tutto intorno a noi ci invade di voci, ci sommerge in una continua distrazione. Lo testimoniano queste parole di Cicchese: «Intorno a noi

³ H. J. M. NOUWEN, *Silenzio, solitudine, preghiera. Linee di spiritualità sacerdotale*, Città Nuova, Roma 1985, p. 55.

⁴ *Ibid.*

traffico e rumore, radio e televisori, ma anche segnaletica stradale e cartelloni pubblicitari onnipresenti, frutto di un mondo chiacchierone che ci inonda di fiumi di parole»⁵. Ciò è molto evidente quando si guarda intorno a noi: quanto chiasso, quanto frastuono, quanta musica ascoltata ad alta voce, quante parole vuote! Sembra di assistere a un gran mercato interminabile dove tutto si vende e si compra e, dove l'uomo ritrova tutto tranne se stesso. Sembra che chi grida di più si fa più ascoltare, e prevale. Come asserisce M. Picard: «La grande città sembra un immenso serbatoio di rumore. Il rumore è fabbricato in città né più né meno di una merce qualsiasi, e ammucciatovi per riserva, indipendente affatto dall'oggetto da cui deriva, immagazzinato nella città, donde emana sugli uomini e sulle cose»⁶.

L'uomo vive in questa marea di rumore allagato, non s'infastidisce perché si è abituato a star bene così, ad entrare nella dinamica di quest'ambiente al punto di annoiarsi, di provare un malessere e un disagio nella mancanza di rumore. Non può più stare senza questo flusso di caos che lo scuote, lo fa vibrare, sognare; insomma, gli fa stare bene. Questo modo di vivere è notevolmente ancorato nella monotonia della vita quotidiana, fa parte ormai della vita normale in tal modo che quando ne viene a mancare, bisogna inventarne. C. G. Jung rileva il fatto: «La maggior parte degli uomini teme il silenzio, per cui quando cessa il brusio costante, per esempio di un ricevimento, bisogna sempre fare, dire, fischiare, cantare, tossire o mormorare qualcosa. Il bisogno di rumore è quasi insaziabile, anche se talvolta il rumore diventa insopportabile. È comunque pur sempre meglio di niente. Quello che si definisce, significativamente, "silenzio di tomba", rende terribilmente inquieti»⁷.

In realtà, l'uomo fugge il silenzio perché ha paura di incontrare se stesso, di guardarsi in faccia. Solo nel silenzio l'uomo riesce a scendere nella profondità del suo essere, dove si ritrova di fronte a se stesso. Siccome rifiuta di guardare la propria realtà in faccia, si rifugia allora in questo diluvio di rumore cercando di dissimulare e di far tacere la voce che le parla dal di dentro nel silenzio. Picard dice: «Il silenzio suscita nell'uomo la malinconia, poiché lo richiama allo stato in cui non s'era ancor data la caduta nel peccato a causa della parola; il silenzio rende l'uomo bramoso di tornare a quello stato precedente alla caduta e alla colpa, e insieme lo rende pauroso, poiché nel silenzio gli sembra che in ogni istante possa riapparire la parola e con essa ripetersi la prima caduta nel peccato»⁸. Il silenzio prende la forma di un rimorso di coscienza, e di conseguenza il rumore diventa una via di fuga. Perciò l'uomo cerca una certa e falsa tranquillità facendo rumore, riempiendo il così detto vuoto interiore da tanti elementi esteriori, dandosi tanto da fare,

⁵ G. CICHESE – G. CHIMIRRI, *Persona al centro. Manuale di antropologia filosofica e lineamenti di etica fondamentale*, Mimesis, Milano 2016, p. 508.

⁶ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, Edizioni di comunità, Milano 1951, p. 251.

⁷ C. G. JUNG, «Rumore e silenzio», in *Le dimensioni del silenzio. Nella poesia, nella filosofia, nella musica, nella linguistica, nella psicanalisi, nella pedagogia, nella mistica*, a cura di M. BALDINI, Città nuova, Roma 1989², p. 76.

⁸ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 46.

dedicandosi all'attivismo continuo; insomma il rumore è per lui una scappatoia. Infatti, nel caos non sente più quella voce interiore, nessun rimprovero della coscienza, nessun dittatore interiore che gli faccia sentire ciò che non vuole sentire. Purtroppo, l'uomo si allontana così da se stesso, si costruisce una falsa personalità. L'inconveniente in questa triste situazione, è che si indebolisce fisicamente e intellettualmente, perde molte delle sue facoltà, diventa incapace di concentrarsi. Questo si dimostra in questa ricerca d'insegnanti:

«Un'associazione di insegnanti ha domandato per quali motivi oggi giorno non si riesca più, malgrado il miglioramento dell'alimentazione, a svolgere completamente il programma delle scuole elementari. La risposta è: mancanza di concentrazione, troppi motivi di distrazione. Molti bambini fanno i compiti ascoltando la radio; ai bambini provengono talmente tanti stimoli dall'esterno, che essi non si devono più concentrare su qualche cosa che potrebbero fare da soli e per cui sarebbe necessaria una certa concentrazione. La dipendenza infantile del mondo esterno ne viene così rafforzata e prolungata fino a un'età più adulta, se non si fissa addirittura nel ben noto atteggiamento che demanda allo stato la soluzione di ogni inadempienza»⁹.

La dipendenza estrema ai mezzi di comunicazione e il loro eccessivo uso sono, infatti, uno dei veleni che infestano il cervello e lo indeboliscono togliendo all'individuo la maggior parte della sua capacità di concentrazione, la sua abilità di dedicarsi totalmente e lucidamente al lavoro. Questi mezzi in realtà, instaurano dentro di lui un vuoto interiore, lo rende un infinito assetato di piacere spingendogli sempre di più a riempire questo vuoto, a correre dietro realtà effimere. La radio produce un vero e puro rumore che tintinna dentro l'uomo aumentando il suo vuoto interiore. Picard notando il fatto asserisce:

«La radio è un meccanismo che produce il puro rumore verbale, non perviene quasi affatto a un contenuto, ma solo a generare un rumore. Le parole sembrano quasi pestate nella radio e trasformate in massa informe. Nella radio non c'è più silenzio, ma nemmeno parola; in essa si determina uno stato in cui non si sente più la mancanza del silenzio e nemmeno quella della parola, uno stato in cui la parola è ridotta a rumore radiofonico, in cui c'è tutto e non c'è nulla. La radio ha occupato tutto lo spazio del silenzio, non c'è proprio più silenzio: anche a radio chiusa sembra che il rumore della radio continui impercettibilmente. Così informe è questo rumore, che non mostra principio né fine, è illimitato. E tale è anche l'uomo stesso di questo rumore radiofonico: è informe, indeterminato, dentro e fuori, senza confini, privo di misura»¹⁰.

Il rumore in un certo qual modo inganna l'uomo. Infatti, quelle che sembrano parole nella radio, in realtà sono private di forme, mancano di sostanza, in breve, sono nulla. L'uomo cerca di trattenere una realtà sfuggente, è come dice Quèlet: «Tutto è vanità e un inseguire il vento». (Qo 1,14). «Per questo - attesta Picard- la radio corrompe l'uomo: all'uomo che deve stare in presenza degli oggetti la radio porta via la presenza. Ciò rende l'uomo del mondo della radio così scontento,

⁹ C. G. JUNG, «Rumore e silenzio», in *Le dimensioni del silenzio*, op. cit., pp. 75-76.

¹⁰ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., pp. 237-238.

ciò genera in lui un disagio: tutto gli è gettato attraverso la radio, ma nulla esiste veramente. Tutto gli sfugge»¹¹.

Infine, questo rumore invece di procurare piacere, come intende l'uomo, lo rende infelice, frustato, infinitamente assetato e in ricerca continua al fine di placare questa sete.

2. I difetti della lingua

Quando parliamo di difetti della lingua, intendiamo questa prolissità nel parlare, quest'abbondanza di parole vuote e insensate a scapito del silenzio, le maldicenze, l'incapacità di mortificare le parole, di frenarle per non offendere. Insomma, si tratta del vizio delle chiacchiere che uccide a fuoco lento le persone e che deve essere sradicato affinché la vita in società fiorisca. Nei nostri giorni, il veleno che infesta di più le nostre società è la lingua. Infatti, essa detiene una potenza distruttiva al punto di uccidere l'uomo togliendole la dignità, ne testimoniano le calunnie. La lingua è come una spada che trafigge l'anima, umilia e ferisce profondamente. La piaga causata dalla lingua cioè le parole maldicenti, indirizzate all'avversario al fine di ferirlo, è una piaga che non si cicatrizza come quella causata dalla spada. Spesso è meglio ricevere un forte colpo fisico di cui ci si rimetterà ben presto invece di ricevere in faccia una parola cattiva che penetra fino nell'intimo dell'anima e la ferisce irrimediabilmente. Non è raro sentire questa espressione "lingua di vipera", per significare l'intensità, la gravità e la profondità delle parole che escono dalla bocca di una persona, e che hanno lo stesso effetto del veleno di vipera.

L'abate Dinouart denuncia il difetto in questi termini: «Parlare male, parlare troppo o non parlare abbastanza sono i difetti più comuni della lingua»¹². Più volte, nelle controversie più violente si assiste a una marea di parole d'onorendo l'avversario, mettendo a nudo la sua realtà, esibendo la sua profonda intimità, riducendolo a nulla. Quante parole oziose e futili si pronunciano! Si parla per parlare, con tanta leggerezza, anche se ne mancano i motivi necessari; si parla nei momenti e tempi inconvenienti e inadeguati. La lingua è talmente abituata a parlare che anche se mancano le parole, bisogna inventarle, fabbricarle anche nel rischio di raccontare bugie. Questo è un gran male che distrugge i rapporti fraterni e famigliari sino alla grande società in cui viviamo. In tutti gli strati sociali, si riscontra questo difetto: dai giovani agli anziani. Con tanta facilità si lancia gli insulti senza pudore e senza rispetto dell'altro al punto di offendere la sua dignità. Le parole brutte e cattive escono dalla bocca dei giovani e degli adulti con una certa naturalezza senza alcun disagio. Non esiste più il tabù nel dire le cose, ci si esprime senza vergogna.

¹¹ *Ibid.*, p. 238.

¹² A. DINOUART, *L'arte di tacere*, op. cit., p. 50.

L'Abate Dinouart individua soprattutto gli argomenti che sono alla base degli scambi e delle relazioni fra gli uomini: sono i temi religiosi; e stigmatizza i giovani e gli anziani; i grandi e la massa; gli eruditi e gli ignoranti nel loro modo di parlare della religione. Osserva che ci sono giovani che parlano troppo di religione perché piace a loro parlare e parlare di tutto; queste osservazioni fanno notare che la giovinezza tocca i limiti deplorabili per quanto riguarda la religione. Riguardo agli errori degli anziani è un vero e proprio spettacolo vedere un uomo anziano incapace di moderare la lingua in materia di religione!¹³.

È molto triste vedere i giovani passare la maggior parte del loro tempo a chiacchierare su temi che non edificano, a parlare di tutto e di niente alla volta, solo per piacere, a proliferare parole vuote che «non sono parole che realizzano la comunicazione e la comunione tra gli uomini, ma «non sono che parole»: parole vuote, vane, solo parole. Sono messaggi ingannevoli di un mondo consumista che ci alletta con i suoi seducenti miraggi»¹⁴. Questo difetto scava un vuoto dentro di loro e li porta alla dissipazione e alla perdizione. Difficilmente si riesce a domare la lingua, si fa fatica ad ammaestrarla, è una potenza che a volte supera le forze fisiche, conduce su strade sbagliate lasciando un rimpianto amaro. Si fa più presto ad addestrare un animale che ad ammaestrare una lingua difettosa.

Inoltre la parola ha un carattere irreversibile, è come l'acqua versata per terra che non si può più raccogliere, la parola non torna più in dietro una volta uscita dalla bocca, ragione per la quale si dice che bisogna girare mille volte la lingua prima di parlare per evitare le conseguenze disastrose. Saper controllare la lingua fa parte della saggezza umana ed è alla portata di poca gente. La lingua non soltanto rovina l'altro ma anche il soggetto stesso, può essere motivo di disprezzo, di condanna sino all'esilio. La lingua ha condotto e continua a condurre oggi tanta gente al disprezzo da parte degli altri e all'esilio. Per una parola irriflessiva, si incorre il rischio di farsi maltrattare e bestemmiare. Dinouart scrive: «Quante persone si sono rovinate con la lingua o con la penna! Ignoriamo forse che molti devono a una parola imprudente, a scritti profani o empì l'esilio o il bando e che neppure la sventura è stata loro maestra?»¹⁵. La parola una volta uscita dalla bocca cioè, espressa, è lasciata al giudizio degli uni e degli altri; essendo le persone diverse, i modi di capire e di interpretare possono variare secondo la gente, e succede più volte che non si riesce a dare il giusto significato ad alcune parole, quello come ha voluto darle il loro autore, avviene che si trasforma o modifica un pensiero alterando il suo senso originario, provocando così le mal comprensioni, le indignazioni che portano a volte alle condanne. S'incontrano tante volte persone vittime della loro lingua o di alcuni loro scritti, che subiscono maltrattamenti, per una parola detta o capita male. Pertanto ci vuole il massimo controllo nel parlare, una misura adeguata delle parole.

¹³ Cf. *Ibid.*

¹⁴ G. CICHESE – G. CHIMIRRI, *Persona al centro*, op. cit., p. 508.

¹⁵ A. DINOART, *L'arte di tacere*, op. cit., p. 11.

Un altro difetto della lingua è che essa rende l'uomo odioso. L'esperienza quotidiana dimostra che chi parla troppo finisce per non essere più gradito dalla gente, è scartato e perfino odiato. L'uomo loquace si fa attirare addosso delle noie e lui stesso diventa noioso e fastidioso nei confronti degli altri, non è né temuto, né rispettato, non si presta più attenzione alle sue parole. Le parole di un uomo chiacchierone sono come il fumo che si disperde nell'aria, non toccano gli ascoltatori né commuovono i cuori, mentre quelle dell'uomo saggio sono ben accolte e considerate. Ne testimonia il Siracide: «C'è chi tace ed è ritenuto saggio, e c'è chi è odiato per la sua loquacità» (*Sir* 20,5;8). Poi continua nel versetto 18: «Chi abbonda nel parlare si renderà abominevole; chi vuole assolutamente imporsi sarà odiato» (*Sir* 20,18). Questo paragone sottolinea molto la pericolosità della lingua, e il disprezzo che si ha per essa. I grandi saggi hanno sempre aborrito la lingua raccomandando una grande precauzione nel parlare anzi il suo disprezzo, perché chi sa trattenere la propria lingua, non solo fa onore al silenzio, ma dimostra una grande padronanza di sé.

Dopo l'analisi dei difetti della lingua «Avvertiamo che il silenzio si dilegua, e il rumore prende il sopravvento»¹⁶. Si accorge senza dubbio che il silenzio è andato perduto, si è dissipato e il rumore si è installato progressivamente. Nel nostro punto seguente, prenderemo in considerazione, quest'oblio del silenzio in vista di una migliore valutazione.

3. L'oblio del silenzio

Dopo aver descritto il fenomeno del rumore e i difetti della lingua, ne risulta dolorosamente che c'è un oblio più che mai del silenzio. «Passeggiando per le vie di una grande qualsivoglia città del mondo, – scrive Cicchese - assistiamo a un fenomeno che prende sempre più consistenza: è l'*oblio del silenzio*»¹⁷.

Il silenzio non esiste più naturalmente, è dimenticato, rimosso e temuto. Sembra una cosa esistita nel passato e inesistente nei nostri giorni, appena sta come ricordo nelle memorie. Non se lo ricerca perché è come ombra o come fantasma che fa paura all'uomo. Picard afferma: «Il silenzio non esiste più naturalmente; se per caso si trova ancora in un uomo, sembra che ci stia come in un museo o a guisa di fantasma»¹⁸.

Il silenzio di chi decide di praticarlo, è visto come una cosa che esce dall'ordinario, che richiama l'attenzione, ma non suscita un vero desiderio di imitare. Si pensa in tal caso che il silenzio esiste solo per determinate genti, come per esempio i monaci. Lo si classifica nell'ordine soprannaturale, fuori dalla portata di tutti e di conseguenza questa mentalità porta via ogni tentativo,

¹⁶ G. CICHESE – G. CHIMIRRI, *Persona al centro*, op. cit., p. 507.

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 252.

ogni prospettiva e ogni possibilità di ricercare il silenzio e di farlo rivivere. Si porta via il suo ricordo, la sua nostalgia e si è pervenuto così all'oblio totale del silenzio.

Quest'oblio del silenzio trova spiegazione e motivo nel divario che si è creato tra l'aspetto interiore ed esteriore dell'uomo. Infatti, l'uomo contemporaneo ha trascurato il suo aspetto interiore, ha perso il suo rapporto con esso e tutto il suo mondo si ritrova in quello fisico, cioè nella ricerca dei beni materiali, del potere e di tutto ciò che sembra procurarle piacere. Questa corsa sfrenata per il materialismo ha contribuito ad allontanarlo sempre di più dal suo centro e a mutare completamente il suo essere. Cicchese ha formulato così questo cambiamento:

«L'uomo contemporaneo ha privilegiato l'aspetto esteriore a scapito dell'uomo interiore, il mondo fisico rispetto a quello metafisico, in una continua fuga da se stesso e dal proprio centro, fino al mutamento della sua stessa natura di uomo, legata alla perdita del silenzio, come privazione di interiorità e incapacità di ascolto. Questa perdita è, probabilmente, una delle cause più importanti dello smarrimento dell'uomo contemporaneo»¹⁹. Senza una vita interiore e senza un rapporto con il silenzio l'uomo s'indebolisce e perde una sostanza indispensabile alla propria vita. Senza dubbio il silenzio è una dimensione fondamentale dell'uomo, è parte integrante del suo essere e il suo oblio porta con sé la perdita della vera natura dell'uomo, la sua identità profonda. L'uomo in realtà non si riconosce più come tale perché si è lasciato scivolare in un circolo vizioso di cui lui stesso è autore. Picard nota con tristezza:

«Nulla ha tanto mutato l'essenza dell'uomo quanto la perdita del silenzio. Né l'invenzione della stampa, né la tecnica, né l'istruzione obbligatoria hanno tanto radicalmente mutato la fisionomia umana quanto la perdita di ogni relazione col silenzio, quanto il fatto che il silenzio non esiste più come una cosa affatto naturale, naturale come le nubi del cielo, come l'aria. L'uomo che ha perduto il silenzio non solo ha perduto col silenzio una sua proprietà ma è stato modificato in tutta la sua struttura»²⁰.

Assistiamo purtroppo a una degradazione completa dell'uomo. Il silenzio è una dimensione costitutiva dell'uomo, e quando viene meno il rapporto con esso, ovviamente ne prosegue una vita priva di senso, una vita senza la spiritualità che le dà il suo fondamento. Anche le parole vengono a mancare di sostanza e di profondità, poiché la loro sorgente è il silenzio e ritornano sempre ad esso. Questo mutamento profondo e radicale dell'uomo fa sì che egli non rispecchi più la sua vera e propria natura voluta dal Creatore. L'evoluzione rapida della tecnologia ha reso l'uomo schiavo del frutto del proprio lavoro, non riesce più a controllare questi mezzi, ad avere la padronanza su di essi. In definitiva, l'uomo è divenuto alienato dagli strumenti di sua propria creazione, assiste sfortunatamente al suo profondo mutamento e alla sua lenta distruzione. G. Cicchese nota così il fatto: «Uno dei più grandi drammi dell'uomo contemporaneo è l'aver costruito un mondo che ormai

¹⁹ G. CICHESE, *Incontro a te. Antropologia del dialogo*, Città Nuova, Roma 2010, p. 8.

²⁰ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 267.

non è più a sua misura, e che lo stringe, di giorno in giorno, in una morsa senza scampo»²¹. L'uomo vive così il triste dramma della soggiogazione. Il peggio in questa situazione è che non si rende nemmeno conto della scomparsa del silenzio, questi mezzi hanno occupato tutto lo spazio che lo circonda; dalla casa al lavoro e in tutti gli ambiti della sua vita, l'uomo trova sempre cose che lo distraggono, attirano la sua attenzione e lo inondano dell'incessante rumore in tal modo che non riesce a concepire in modo diverso il mondo. Il suo andamento quotidiano ormai è entrato a far parte dell'ordinariato della sua vita senza accorgersene che il silenzio è andato perduto. Picard ha chiamato questo "l'oblio dell'oblio" e scrive: «Non ci si accorge neppure che il silenzio è andato perduto, talmente lo spazio abitato prima del silenzio è occupato dalle cose, sembra anzi che non manchi nulla»²². Si può dire che è il culmine del dramma dell'oblio del silenzio.

Inoltre, nel passato, il silenzio era la guida sicura e l'insegnante dell'uomo; lo precedeva in tutte le sue azioni e opere e anche dopo di esse regnava sempre; tutto nasceva e tornava nel silenzio, in esso si rinchiudevano tutta la sapienza e i segreti profondi dell'anima. Tutto era sotto il suo potere e siccome l'uomo era legato al silenzio, egli sapeva molto attraverso di esso. L'uomo era preservato dal precipitarsi sulle cose poiché esse erano protette e circondate dal silenzio²³. Tutte queste prerogative oggi, sono scomparse, il silenzio esiste solo come mera immaginazione, un fantasma che impaurisce e terrorizza.

In conclusione il tema della perdita del silenzio è molto di attualità e merita una vera presa di coscienza che non si fermi solo ad una semplice constatazione ma che determini un nuovo cammino verso il suo ricupero, la sua rifioritura. L'uomo deve riscoprire il suo centro, la sua struttura fondamentale; perciò il suo obiettivo principale e la sua più grande preoccupazione deve essere il far rivivere il silenzio, il riappropriarsi di nuovo di questa facoltà che le farà tornare alla sua natura primitiva. Quindi, il recupero del silenzio resta un compito assolutamente necessario e indispensabile per far apprezzare l'uomo al suo giusto valore.

²¹ G. CICHESSE, *Incontro a te*, op. cit., p. 12.

²² M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 192.

²³ Cf. *Ibid.*, pp. 267-268.

II - DELLA NECESSITÀ DI TACERE

L'indagine sul silenzio ci conduce a interrogarci sulla sua vera necessità, sul suo come e perché. Se si insiste tanto sul silenzio, ciò significa che il silenzio ha la sua ragione di essere e merita di essere osservato per controbattere i difetti della lingua che abbiamo enumerato nel capitolo precedente e per salvaguardare il nostro mondo in preda al fenomeno del rumore. Bisogna sapere e riconoscere soprattutto il significato e le ragioni per cui si tace, ciò dà un senso e un'anima al silenzio. Riconoscere che il silenzio ha una sua spiritualità profonda, orienta meglio le nostre scelte verso un silenzio proficuo e pienamente vissuto. Nel caso contrario, si rischia di tacere per tacere, di osservare un silenzio esteriore ma rumoroso interiormente, ciò equivale a un silenzio vuoto di senso. Nel caso in cui il silenzio è vissuto per amore del silenzio e nella piena consapevolezza dei valori inerenti, allora si può dire che è un silenzio fecondo e proficuo che dà riposo all'anima.

1. Significato e spiritualità del silenzio

Il silenzio è un termine molto ambiguo e si crea facilmente la confusione tra silenzio e mancanza di parole. Molti identificano il silenzio all'assenza di parole, cioè quando cessano tutte le parole, tutti i discorsi, quando uno rimane zitto. Picard rettifica l'errore quando asserisce: «Il silenzio non consiste soltanto nel fatto che l'uomo, a un certo punto, cessa di parlare. Il silenzio è qualche cosa di più di una semplice rinuncia alla parola, è qualche cosa di più di un semplice stato nel quale ci si possa trasferire a proprio piacimento»²⁴.

Si avvera una falsa concezione del silenzio che non permette all'uomo di oggi di osservare un vero e rispettoso silenzio. Quando si parte da una concezione sbagliata, non si riesce ad adottare un comportamento giusto e conforme, bisogna dal punto di partenza avere un'idea fissa e chiara che diriga le nostre azioni. Il silenzio è dunque qualcosa che va al di là della mancanza di parole, non è il loro contrario e non si stabilisce quando esse vengono meno. Il dizionario lo definisce come l'assenza di suoni e rumori; il tacere; ma oltre a questa definizione, il silenzio va vissuto al di là dell'aspetto esteriore, coinvolge anche e soprattutto l'aspetto interiore. Il silenzio quindi sarebbe uno stato d'animo vissuto pienamente e intensamente dentro di sé senza alcuna divagazione mentale o rumore interno e esterno che perturbi; è la capacità dell'uomo di far tacere le parole per entrare nel suo mondo interiore per ascoltare parlare il suo vero "io", per dialogare con se stesso. Il silenzio come la parola ha questa capacità produttiva e feconda, non è una carenza anche se è vero che esso

²⁴ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 5.

inizia alla fine della parola come dice Picard: «Il silenzio invero comincia dove la parola finisce. Però non comincia perché la parola finisce, ma soltanto in quel punto si manifesta. Il silenzio è un fenomeno a sé, quindi non si identifica con la cessazione della parola, non è qualche cosa di ridotto, ma qualche cosa di integro, che sta a sé, produttivo al pari della parola: esso infatti forma l'uomo non meno della parola, sebbene in misura diversa»²⁵.

Molta gente conferisce solo alla parola la capacità comunicativa, l'unico modo per entrare in relazione con l'altro, dimenticando così la dimensione comunicativa del silenzio. La parola non sempre è la migliore forma di comunicazione, né è il garante di essa. «Il silenzio non è sempre assenza di comunicazione, né la parola, il fatto stesso di essere proferita, si pone automaticamente come garanzia di comunione»²⁶. Fare silenzio non è solo la capacità di auto dominarsi e di auto controllarsi trattenendo la lingua, è una vita interiore pienamente vissuta nella consapevolezza. Se il silenzio si limitasse solo all'aspetto esteriore, sarebbe un silenzio vuoto, produttore di rumore interiore e non meriterebbe il vero nome di silenzio ma sarebbe un'altra forma di rumore.

Nella mistica, il silenzio assume un carattere molto spirituale, è l'elevazione dell'anima al "Totalmente Altro" nella preghiera, è questo incontro con Lui che dispone la persona ad accogliere la Parola "vivente" che le viene detta nel silenzio, e ciò richiede un ascolto attento e aderito. «Fare silenzio per il mistico equivale a porsi in ascolto, a rendersi disponibile per un ascolto luminoso, attento, profondo, partecipato, ricco di una totale disponibilità. In breve, il suo silenzio è un ascolto che porta le stimmate di una grande attenzione e di una grande partecipazione emotiva ed intellettuale»²⁷.

Il silenzio del mistico è quindi una disposizione interiore che lo mette in rapporto con Dio, è la condizione necessaria per incontrarlo nel suo intimo e aprirsi a Lui. Nel silenzio, il mistico si annienta, si svuota completamente al fine di dare spazio alla parola divina che risuona nella sua interiorità. Il suo silenzio è «dunque, una dichiarazione di piena disponibilità a Dio, è il modo migliore per accogliere la parola del Totalmente Altro. In breve, è un silenzio centrato su un ascolto festivo, aurorale, sorgivo, umile, è un silenzio-ascolto in cui il mistico dichiara la propria finitezza e la propria creaturalità»²⁸. Questo è il vero senso del silenzio: incontro con se stesso e con Dio. Lo conferma J. Aldazábal: «Il silenzio è un viaggio nell'intimo di se stessi e nella realtà più profonda di ciò che si celebra. È il nostro gesto simbolico di reverenza di fronte al mistero. [...] Il silenzio è l'apertura a Dio e alla comunità con la quale condividiamo la preghiera, è un reincontro con se

²⁵ *Ibid.*

²⁶ C. GUGEROTTI, «Parola e silenzio nelle liturgie orientali», in *Le forme del silenzio e della parola*, a cura di, M. BALDINI – S. ZUCAL, Editrice Morcelliana, Brescia 1989, p. 387.

²⁷ M. BALDINI, «Il mistico tra silenzio e parola», in *Le forme del silenzio e della parola*, op. cit., p. 264.

²⁸ IDEM, *Le dimensioni del silenzio*, op. cit., p. 55.

stessi»²⁹. Solo chi sa fare silenzio è capace di entrare in relazione con il “Totalmente Altro” che si rivela soltanto nel silenzio. Nella preghiera le parole si fanno silenzio, si disperdono per far regnare la solitudine. Ciò che conta non è la produzione di parole ma la presenza di Dio che bisogna riconoscere e rispettare facendo tacere tutto ciò che è parola o discorso. Picard soggiunge: «Nella preghiera la parola che appartiene da sempre alla sfera del silenzio ritorna al silenzio; assunta da Dio, tolta all’uomo, rapita nel silenzio scompare in esso. La preghiera può essere ininterrotta: la parola della preghiera scompare sempre nel silenzio, la preghiera è un travaso della parola nel silenzio. Nella preghiera la parola si eleva nel silenzio come fa ogni vera parola, ma perviene al silenzio soltanto per darsi a Dio, alla “voce di spirante silenzio”»³⁰.

Il silenzio è la base di ogni vita spirituale e l’anima orante vive interamente assorbito dal silenzio perché ha fatto di esso il suo compagno, la sua guida. Il silenzio è il centro di gravità dei contemplativi, “il loro divino tesoro” molto prezioso. I padri del deserto danno un senso molto profondo e spirituale al silenzio, per mezzo di esso, si educano alla parola; «Per loro il mondo del silenzio è il mondo dell’autenticità. Dio stesso è silenzio. Il silenzio è carità, apertura verso il prossimo e il Totalmente Altro. Il silenzio è la migliore chiave d’accesso all’infinito e, nello stesso tempo, è anche la migliore chiave d’accesso alla finitezza umana. Infine, il silenzio è la crocifissione e la redenzione della parola, è il venerdì santo e la Pasqua di resurrezione di ogni segno linguistico, è la sola scuola che educa ad usare responsabilmente le parole»³¹.

I padri del deserto vedono nel silenzio una forza che li aiutano a vincere le insidie del demonio, a preservarsi dal vizio e dalla caduta, a non cedere alla tentazione alle quali sono esposti; trovano nell’osservanza del silenzio la sicurezza. Il silenzio è senza dubbio una “corazza” contro la quale il mondo esteriore si urta vanamente preservando la loro anima dalla perversione e dei rischi di cadere nel mondanismo³².

2. Le dimensioni del silenzio

Visto la complessità del silenzio, si possono distinguere diversi tipi tra i quali menzioniamo quelli enumerati dall’abate Dinouart: «Esiste un silenzio prudente e un silenzio artificioso; un silenzio compiacente e un silenzio beffardo; un silenzio spirituale e un silenzio stolto; un silenzio d’approvazione e un silenzio sprezzante; un silenzio politico»³³. Il silenzio è prudente quando si tace secondo il momento e il luogo. Dinouart pensa che è prudente osservare il silenzio secondo

²⁹ J. ALDAZÁBAL, *Simboli e gesti. Significato antropologico, biblico e liturgico*, Edizione Club della famiglia, Milano 1988, p. 185.

³⁰ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 282.

³¹ M. BALDINI, *Il silenzio nei padri del deserto*, Editrice La Locusta, Vicenza 1987, p. 14.

³² Cf. *Ibid.*, pp. 17-18.

³³ A. DINOUART, *L’arte di tacere*, op. cit., pp. 18-19.

dove ci si trova. A volte si osserva il silenzio per finta, è un silenzio che rimane esteriore, solo per “sorprendere”, Dinouart l’ha chiamato “silenzio artificioso”. Si ha un silenzio compiacente quando si ascolta senza contraddire le persone, apprezzandone la conversazione. Per quanto riguarda il silenzio beffardo, è un “riserbo scaltro e affettato” che di fronte a certe “imbecillità” si osserva, però tirando un piacere dissimulato. Quando si nota sul volto della persona che tace un’“espressione aperta, piacevole, animata”, si parla di un silenzio spirituale. Il silenzio “stolto” è il “profondo mutismo privo di senso”. C’è un modo di approvare, cioè di consentire a ciò che si vede o a ciò che si sente tramite il silenzio esprimendo alcuni segni esteriori o con un’attenzione favorevole. Un silenzio “sprezzante” non fa caso della persona davanti a chi ci si trova, è una impassibilità e un’indifferenza nei suoi riguardi, è un modo di disprezzare l’altro, di escluderlo e di rinchiudersi nel suo universo. Spesso accade che si tace non per virtù ma secondo l’umore, cioè i sentimenti che ci animano nel momento, secondo la voglia che si ha nell’istante di parlare o non. Questo è l’attitudine dell’uomo che non sa dominare le sue passioni e si lascia condurre da esse. Il silenzio assume in questo caso il senso dell’umore. Quando l’uomo ha una riserva nel dire e nel parlare, si parla di silenzio “politico” e significa che l’uomo in questo senso controlla se stesso e si comporta con prudenza³⁴.

Inoltre, si può dire che il silenzio è uno dei modi per comunicare, per esprimere i suoi sentimenti, il suo stato di anima. Tutti i silenzi non hanno gli stessi significati. A volte si lascia intravedere il tipo di silenzio per alcune espressioni del viso, per il comportamento e per altri segni esteriori. Siccome l’uomo prova un sentimento di paura nei confronti del silenzio che lo turba, lo sconcerta, lo disorienta e lo tortura, «Conosce solo silenzi da noia e da angoscia, silenzi per difetto»³⁵. Vive la maggior parte del tempo silenzi che non sono apprezzati al loro giusto valore, vive silenzi vuoti o caricati di altri sensi, sperimenta la dimensione positiva e negativa del silenzio, così che:

«Si è parlato di un silenzio che ha le stimmate del divino e, di contro, di un silenzio totalmente demoniaco; si è sottolineata l’esistenza di un silenzio rumoroso e, mi si passi l’espressione semanticamente un po’ insolita, di un silenzio silenzioso. Vi è un silenzio interruttivo ed un silenzio panico, un silenzio diplomatico e un silenzio sublime. V’è un silenzio legato allo status dei parlanti (ad es.; un silenzio di rispetto deferente) e quello legato a luoghi particolari (dal teatro alla chiesa, dalla biblioteca all’ospedale). V’è un silenzio rituale (cerimonie religiose, funerali) ed un silenzio che è il frutto di tabù. V’è un silenzio che trae origini da motivazioni caratteriali o psicologiche (timidezza, imbarazzo, paura) oppure si radica in differenze culturali»³⁶.

M. Baldini prosegue sulla stessa fila evidenziando che tutti i silenzi non sono autentici, ve ne sono che ingannano e illudono, quindi, che non sono veritieri. Inoltre, ve ne sono che significano:

³⁴ Cf. *Ibid.*

³⁵ M. BALDINI, *Il silenzio nei padri del deserto*, op. cit., p. 10.

³⁶ IDEM, *Le dimensioni del silenzio*, op. cit., p. 13.

“non c’è più niente da dire”, ed altri per i quali: “tutto rimane da dire”. Infatti, alcune volte, quando si esauriscono le parole, quando si è giunto a convincere con le parole e con i discorsi, il silenzio che segue è un silenzio che significa che tutto è compiuto perché è il silenzio di chi è giunto «ai confini del dicibile». Per contro, ci sono situazioni in cui niente convince, si rimane nella perplessità e nella sete di cavare in profondità, è allora che s’installa un silenzio di insoddisfazione, interrogativo che reclama con sordità “tutto rimane da dire”³⁷.

C’è il silenzio dell’uomo mistico che è accompagnato di meditazione e riflessioni spirituali, nel quale si legge una calma e una serenità interiore e esteriore che edifica. Non è un silenzio che annoia o pesa sulla persona ma al contrario è un silenzio che lenisce l’anima e la porta a un grado elevato di contemplazione. I padri del deserto osservano «un silenzio particolarissimo, non è un silenzio che soffoca la parola, non è un silenzio vuoto, inerte, amorfo, ostinato, è un silenzio contemplativo, un silenzio aurorale, un silenzio che possiede una forza primordiale, un silenzio di rapimento e stupore»³⁸. Il loro ritirarsi dal mondo è per dare un senso sublime al silenzio che va contro lo spirito del mondo attuale. Si osserva in loro la pienezza e la veracità del silenzio, un silenzio che si distingue da quello dell’angoscia. «Il loro è un silenzio dai mille suoni e dai mille volti dove ogni cosa è al suo posto, è un silenzio prezioso per l’anima, un silenzio che sta dalla parte della trascendenza»³⁹.

C’è un’altra dimensione del silenzio, quello della testimonianza. Tante volte si è dimostrato che le parole sole non bastano per convincere, per coinvolgere la gente e dare un buon esempio. Ci vuole soprattutto una testimonianza “coerente e silenziosa” che parla più delle parole e edifica meglio. Il mondo di oggi aspetta molto più la testimonianza e si fida poco delle parole anche se belle fossero perché sono esteticamente bene formulate per attrarre ma sono tutt’altro nella concretezza. Per rendere più credibili le nostre affermazioni, i nostri detti, bisogna prima cominciare per la testimonianza che rende coerente ciò che è stato detto o ciò che sarà detto. Spesso le parole sono inutili e rendono diffidente chi ascolta, ispirano poca fiducia. I padri del deserto hanno capito una tale esigenza, la vivono e la raccomandano a tutti perché «Il silenzio della testimonianza ha una eloquenza che le parole più belle, quelle più perfette non arrivano neppure a sfiorare»⁴⁰.

Il silenzio è una forma di espressione molto forte, con un suo linguaggio. Di fronte al dolore e alla sofferenza, si può osservare un altro tipo di silenzio molto espressivo, quello che è segno di vicinanza, di prossimità, un silenzio che si fa presenza e dà serenità e consolazione a chi soffre. Questo tipo di silenzio non ha bisogno di segni o di parole per farsi capire perché dice tutto più delle parole. Solo questa forma di silenzio è consigliata e giudicata migliore per chi sta nel dolore,

³⁷ Cf. *Ibid.*

³⁸ M. BALDINI, *Il silenzio nei padri del deserto*, op. cit., p. 12.

³⁹ *Ibid.*, p. 17.

⁴⁰ *Ibid.*, p. 19.

per chi vive l'abbandono e lo scompiglio. Il silenzio di compassione è molto migliore delle parole che si possono dire in tali situazioni, non offende ma lenisce il dolore; non giudica, ma si fa comprensione, non condanna ma libera il cuore sofferente. Davanti al cuore che sanguina di dolore i discorsi più belli perdono la loro efficacia, sono fuori strada e peggiori, aumentano il dolore. Insomma, questo silenzio contiene tutte le parole, così come asserisce Baldini: «Come vi sono parole parlanti e parole parlate, così esistono ugualmente silenzi parlanti e silenzi parlati. [...]. Come vi sono silenzi e parole pieni così si danno silenzi e parole anemici. Il silenzio, proprio come la parola, può essere un raffinato strumento di carità e di potere»⁴¹.

Inoltre, si può parlare anche di un silenzio che uccide nel senso che è nocivo e dannoso. In tale circostanza, sarebbero preferibili le parole al posto del silenzio. Baldini oltre che riconoscere il bene del silenzio aggiunge che può essere anche feroce strumento di tortura e di morte⁴². C'è un silenzio di rimprovero; non sempre le parole sono utili per far capire agli altri i loro sbagli. L'abbondanza delle parole in un rimprovero non porta tanto il risultato desiderato, anzi, può condurre alla rivolta e all'indurimento del cuore, ma il silenzio tocca più il colpevole, lo mette nel disagio.

In definitiva, alla luce delle riflessioni fatte sulle dimensioni del silenzio, ci pare riaffermata la necessità di un silenzio vero, profondo e autentico che prima di tutto giova all'individuo stesso per la sua fecondità. Bisogna considerare il fatto che il vero silenzio non è né difetto né eccesso, ma pienezza⁴³.

3. Principi necessari per tacere

L'idea che si vuole qui presentare è di fornire alcuni principi necessari per i quali bisogna tacere. Visto che la malattia del parlare ha fatto sì che l'uomo riesca difficilmente a frenare la sua lingua, occorre cercare di rimediare a questo difetto. Si pensa che sia sempre necessario avere qualcosa da dire per non sembrare ridicolo davanti agli altri. Nei dibattiti e nei diversi scambi di idee, ognuno tende sempre ad avere l'ultima parola, a sostenere le sue idee in modo di sentirsi vincitore o maestro di parola. Ma l'abate Dinouart lancia questo appello: «Bisogna tacere se non si ha nulla da dire che valga più del silenzio»⁴⁴. Bisogna correggere questo difetto che pullula nella nostra società distruggendola e facendole perdere di vista il valore del silenzio. Non bisogna sempre necessariamente parlare, imparare a tacere facendo spazio al silenzio sarebbe la migliore cosa, sia per evitare di trovarsi davanti all'irreparabile, sia per la propria sicurezza e onore. Ci si ritrova infatti in alcune situazioni davanti ai fatti con un rimorso di coscienza e un rimpianto amaro che si

⁴¹ M. BALDINI, *Le dimensioni del silenzio*, op. cit., p. 14.

⁴² Cf. *Ibid.*

⁴³ Cf. IDEM, *Il silenzio nei padri del deserto*, op. cit., p. 15.

⁴⁴ A. DINOUART, *L'arte di tacere*, op. cit., p. 29.

poteva evitare solo controllando la lingua tacendo. Quando si vuole discorrere su cose delicate, è sempre opportuno pensarle bene prima di esprimerle per non pentirsi della loro diffusione che potrà essere dannosa. Il silenzio fa sempre del bene a chi l'osserva nei momenti in cui è richiesto, fa maturare le parole dando loro una forza e una sicurezza nel momento di pronunciarle. L'esperienza umana ha sempre mostrato che l'uomo di poche parole è temuto e rispettato per la sua profonda interiorità, mentre l'uomo loquace è disprezzato perché dice parole frivole e incontrollabili. La saggezza umana e spirituale raccomanda sempre la pratica del silenzio.

Abate Dinouart rileva alcuni principi necessari per tacere tra i quali:

«Bisogna parlare solo quando si ha qualche cosa da dire che valga più del silenzio. C'è un momento per tacere e un momento per parlare. Il momento di tacere ha la precedenza; si potrà esser capaci di parlare correttamente solo quando si sarà imparato a tacere. Tacere quando si è obbligati a parlare è indice di debolezza o di imprudenza, ma non si mostra minor leggerezza e improntitudine a parlare quando si deve tacere. In linea di massima, è certamente meno rischioso tacere che parlare. Mai l'uomo possiede se stesso come nel silenzio. Quando si deve dire una cosa importante, bisogna prestare particolare attenzione: è opportuno dirla prima a se stessi e, dopo questa precauzione, ripetersela per non doversi pentire in seguito quando non si sarà più in grado di impedire che ciò che è stato detto si diffonda. Non c'è maggior merito nello spiegare ciò che si sa piuttosto che nel tacere ciò che si ignora. Per natura si è portati a creder che chi parla poco non è un genio e chi parla troppo è uno sventato o un pazzo. È preferibile non apparire un genio di prim'ordine, rimanendo spesso in silenzio, piuttosto che passare per pazzo facendosi prendere dalla smania di parlare. Quand'anche si abbia una predisposizione al silenzio, è opportuno diffidare sempre di se stessi; inoltre, quando si prova il forte desiderio di dire una cosa, è spesso un motivo sufficiente per decidere di non farlo»⁴⁵.

Ne consegue che il silenzio è essenziale e indispensabile per la vita umana. Non si ha rimedio più sicuro e meno rischioso che di mantenere il silenzio di fronte a certe situazioni di insicurezza e di dubbio. Se avessimo imparato a tacere, potremmo evitare tanti dei nostri problemi, avremo potuto salvare il nostro onore, la nostra dignità in determinate situazioni. Anche nella piena sicurezza è sempre meglio imparare a tacere e ascoltare il silenzio che parla più forte delle parole. A maggior ragione ancora di più bisogna tacere nell'incertezza dove si rischia molto di sbagliare. L'abate Dinouart consiglia con queste parole:

«Nella mancanza di certezze, è più saggio astenersi dal fare affermazioni e dall'espone i propri dubbi, magari proteggendoli dietro una formale adesione alle certezze ufficiali. Quando si diffonde un'epidemia di parole, il silenzio è l'unica forma possibile di salute [...] quando il parlare, lo scrivere e il comunicare sono sotto il controllo delle leggi di mercato, e il proprio e l'altrui pensiero diventano inevitabilmente merce, si può solo comunicare e pensare... tacendo»⁴⁶.

Si dimostra quindi che il silenzio è la via migliore nell'incertezza e nel dubbio, permette all'uomo di prendere una distanza nei confronti del problema per esaminarlo meglio. Inoltre, il silenzio non è un semplice tacere per tacere, astenendosi di parole, di rumore esteriore; ma l'uomo

⁴⁵ A. DINOUART, *L'arte di tacere*, op. cit., pp. 16-17.

⁴⁶ *Ibid.*, p. 9.

che tace dimostra una forza d'animo, un dominio di se stesso, un auto-controllo, è caratteristico di chi sa distinguere la necessità e il momento opportuno di parlare e di tacere. Come lo asserisce Dinouart:

«[...] per tacere, non basta tenere la bocca chiusa e non parlare: diversamente, non ci sarebbe nessuna differenza tra l'uomo e gli animali, perché questi sono muti per natura; bisogna però saper dominare la lingua, scegliere i momenti adatti per frenarla o per accordarle una libertà moderata; seguire le regole che la prudenza suggerisce in materia; distinguere nelle circostanze della vita, le occasioni in cui il silenzio deve essere inviolabile; mostrarsi risoluti e inflessibili quando si tratta di fare, senza smentirsi, tutto quanto si è ritenuto opportuno per tacere: ciò presuppone riflessione, acutezza ed esperienza. È forse per questo che gli antichi saggi sostennero: "Per imparare a parlare bisogna rivolgersi agli uomini; ma è prerogativa degli dei insegnare in modo perfetto come si deve tacere"»⁴⁷.

Un silenzio osservato in queste circostanze, conferisce all'uomo una dignità differenziandolo dall'animale, perché nessun'altra creatura è capace di un silenzio pieno e meditato se non solo l'uomo. L'animale non sa dire "no" ai suoi istinti, non riesce a controllare i suoi impulsi naturali ma li subisce lasciandosi trasportare da essi. Solo l'uomo è capace di padroneggiare i suoi sentimenti, quindi, controllarli e domarli; è una sua prerogativa e deve avere maggiore soddisfazione di una tale particolarità. Tacere implica un dominio di sé, allora l'uomo deve imparare a frenare i suoi impulsi e non ad assecondarli, a reprimere questo flusso di parole che sente sgorgare dentro di sé in modo di rimanere maestro di lui stesso. Questo comportamento, questa abilità è l'arte di tacere nelle diverse circostanze della vita. Un uomo che sa contenersi saprà frenare la lingua al momento giusto e opportuno. Come afferma Dinouart: «Il primo grado di saggezza è saper tacere; il secondo è saper parlare poco e moderare le parole, il terzo è saper parlare molto, senza parlare male e neppure troppo»⁴⁸. Questo principio insegna che alla base di tutto, anche della parola, c'è il silenzio. L'uomo deve imparare a moderare le parole anche di fronte alle cose necessarie, deve parlare giusto solo quando occorre senza violare le regole del silenzio.

Oggi vige una grande difficoltà a saper dominare la lingua, l'uomo non è più capace di trattenersi dal di dentro, la sua forza sta nella sua capacità espositiva, nella potenza delle sue parole. Infatti, la lingua è usata come un'arma al fine di distruggere l'altro, di annientarlo, di umiliarlo, una spada che trafigge il prossimo. Il debole, l'incapace è colui che rimane zitto, che riceve i colpi, gli insulti senza rimmetterli all'avversario. Avremmo buoni rapporti sociali se ognuno imparasse a trattenere la lingua, a pensare e riflettere le parole prima della loro esposizione. Se le parole aggressive degli uni non riscontrassero la risposta degli altri, diminuirebbero molti dei conflitti, farebbero deporre le armi di guerra. Quindi accettare di essere trattato e considerato ridicolo quando si tace per un motivo giusto e nel momento opportuno, è cosa molto necessaria e lodevole. Bisogna essere forti, risoluti e inflessibili quando lo si deve, senza scrupoli e vergogna della reazione degli

⁴⁷ *Ibid.*, pp. 14-15.

⁴⁸ *Ibid.*, p. 15.

altri. Il nostro mondo ha bisogno di uomini coraggiosi e decisi che non gettano la spugna al primo ostacolo, questi sono come lievito che risolleverà il mondo, dandole un sapore nuovo.

4. Riscoprire il silenzio e il suo valore

Visto che il silenzio è andato perduto, emerge oggi, la necessità della sua riscoperta e soprattutto di conoscere il suo valore inestimabile che potrà stimolare a un suo recupero. Prima di tutto possiamo dire che la fede è un valore molto importante del silenzio. Infatti, quando si tace perché è Dio che agisce, lasciandole tutto il posto, quando si rinuncia alle voci del mondo per rimanere nella sua presenza, è la testimonianza di una fede generata dal silenzio. Il silenzio è questa fede che fa vivere nel nascondimento con il desiderio di essere conosciuto solo da Dio. Un altro valore del silenzio è l'adorazione perché nel tacere dei monaci o dei padri del deserto, si adora la presenza divina nascosta dentro di sé, una presenza che suscita meraviglia e prosternazione davanti al mistero. Quindi il silenzio non va percepito solo come difettoso, come isolamento, ma questa solitudine è il luogo di una presenza superiore e trascendente.

Il silenzio si qualifica anche come dominio di sé. Permette di reprimere le parole gorgoglianti dentro di sé, e impedisce il proliferare di parole insensate e istintive. Come afferma V. Isingrini il silenzio «ci permette di prendere distanza dagli avvenimenti, ci aiuta a non cadere nel circolo delle risposte reattive e impulsive»⁴⁹. Di cui emerge che il silenzio è un'ascesi, esso suppone un «andare contro le nostre tendenze istintive quando esse vogliono rinchiuderci, allontanarci da una relazione autentica, da un incontro con *l'altro* profondo e divino»⁵⁰. Pertanto, il silenzio ha un valore relazionale perché, altro che rompere i rapporti con gli altri, è la via verso un vero dialogo. La vera relazione nasce quando l'uno o l'altro sa tacere per ascoltare l'altro, qui, oltre al valore relazionale, il silenzio è ascolto. Ha anche un valore riflessivo perché solo nell'assenza di rumore si può fare spazio alla riflessione, all'attività mentale⁵¹. Inoltre, quando si tace per far emergere l'altro, per darle il primo posto lasciandole godere degli applausi, della gloria a scapito del proprio onore, il silenzio diventa umiltà. Ecco un valore che si trova molto raramente ai nostri giorni ma molto necessario nella vita quotidiana.

Nessuno vuole abbassarsi nelle controversie sia per riconoscere il suo male, sia per accogliere la verità proveniente da altri. È difficile piegarsi davanti agli altri, rinunciare a una idea che sembra migliore. Il silenzio ci insegna in questo caso l'umiltà. È altrettanto carità nella misura in cui tace per non svelare gli sbagli dell'altro che potrebbero essere umilianti. Il silenzio della carità sa essere

⁴⁹ V. ISINGRINI, *La parola che nasce dal silenzio. Comunicazione e vita fraterna: aspetti psicospirituali*, Paoline, Milano 2007, p. 125.

⁵⁰ *Ibid.*, p. 127.

⁵¹ Cf. *Ibid.*, p. 126.

attento alla situazione che vive l'altro, sa rinunciare alla parola quando questa potrebbe diventare umiliazione o offesa⁵². Quanto danno ha fatto la lingua rovinando la reputazione degli altri! Il silenzio è il migliore modo per salvare l'onore degli altri. Questa forma di carità è strettamente connessa a un altro valore del silenzio che è la misericordia. Esso consiste in non rivelare la colpa dei fratelli, in non condannare ma in intercedere nel profondo. La pazienza è un altro valore del silenzio nel caso in cui la sofferenza viene accettata e vissuta senza lamento. Nelle situazioni in cui non si affretta di intervenire ma si aspetta che le cose si risolvono al momento e tempo opportuno, è segno di una grande pazienza che si vive nel silenzio. In più il silenzio è una virtù che attrae e affascina per la sua dolcezza quando non si risponde alle offese, quando si lascia splendere sul viso la serenità e la gioia che contaminano gli altri. Spinto dalla nostalgia del benessere che procura il silenzio, L. Sapienza esclama: «Chi ci ridarà la dolce carezza del silenzio? Il silenzio è d'oro: ecco perché siamo tanto poveri!»⁵³.

Il vero silenzio riposa il cuore e la mente, allontana dalle lamentele. Il silenzio è un mezzo di conoscenza di sé. Quando l'uomo fa tacere il rumore esteriore e interiore, riesce facilmente a scendere nel più profondo di se stesso per vedere e esaminare la sua propria persona, così perviene meglio a una conoscenza di sé. Il silenzio permette la maturazione delle idee e dei pensieri, essi prendono radice e si maturano nel silenzio. «Nel silenzio ascoltiamo e conosciamo meglio noi stessi, nasce e si approfondisce il pensiero, comprendiamo con maggiore chiarezza ciò che desideriamo dire o ciò che ci attendiamo dall'altro, scegliamo come esprimerci»⁵⁴. Il silenzio è discernimento perché in ogni presa di grandi decisioni o di una grande svolta nella vita, il silenzio è molto importante perché istruisce e orienta meglio le scelte. Lo stesso quando ci si trova davanti a un flusso di messaggi e informazioni, il silenzio è di un aiuto considerevole per un buon discernimento. «Là dove i messaggi e l'informazione sono abbondanti, il silenzio diventa essenziale per discernere ciò che è importante da ciò che è inutile o accessorio. [...] Il silenzio è prezioso per favorire il necessario discernimento tra i tanti stimoli e le tante risposte che riceviamo, proprio per riconoscere e focalizzare le domande veramente importanti»⁵⁵.

Un altro valore che possiamo attribuire al silenzio è che esso crea un'atmosfera di interiorizzazione, permette di scendere nel profondo dell'anima e favorisce l'incontro con sé per fare verità. Nel silenzio, l'uomo non può fuggire a se stesso, si mette di fronte al suo "io" e vede le sue vere realtà, perciò J. Aldazábal dice: «Il silenzio stimola alla sincerità»⁵⁶. Il silenzio veritiero è sempre fruttuoso per chi l'osserva, perciò, «A chi sa tacere e far silenzio tutto parla, tutto è eloquente. Il mistero si rende accessibile come incontro e comunione»⁵⁷.

⁵² Cf. *Ibid.*, p. 125.

⁵³ L. SAPIENZA, *L'arte del silenzio*, Editrice La Ricerca, Roma 2012, p. 7.

⁵⁴ *Ibid.*, p. 11.

⁵⁵ *Ibid.*, p. 12.

⁵⁶ J. ALDAZÁBAL, *Simboli e gesti*, op. cit., p. 186.

⁵⁷ *Ibid.*

III - DAL SILENZIO AL DIALOGO

Il presupposto fondamentale di questo capitolo è costituito dalla stretta connessione esistente tra silenzio, parola, dialogo, ascolto e comunicazione. Infatti sono realtà che non possono auto escludersi ma camminano insieme in una stretta correlazione. «Quando parola e silenzio si escludono a vicenda, la comunicazione si deteriora, o perché provoca un certo stordimento, o perché, al contrario, crea un clima di freddezza; quando, invece, si integrano reciprocamente, la comunicazione acquista valore e significato»⁵⁸. Un vero dialogo e ascolto necessitano prima di tutto uno spazio per il silenzio. Silenzio, ascolto e dialogo si definiscono reciprocamente e sono complementari.

1. Il bisogno dell'altro

L'uomo per sua natura è essere di comunità, nasce in una famiglia, appartiene a una società, svolge il suo dovere dentro una comunità di lavoro, appartiene a un popolo, a una nazione, a una cultura. Antropologicamente, l'uomo è un essere sociale e risponde alla sua vocazione di esistere solo nel contesto sociale.

Ogni uomo fin dall'inizio della sua esistenza ha bisogno dell'altro per esistere perché nasce debole e molto delicato. «L'essere umano, quando viene al mondo, è particolarmente fragile. Dovrà vivere lunghi anni in stretta dipendenza dalla madre o da colei che ne fa le veci»⁵⁹. Così che nasce tra madre e figlio una relazione profonda e intensa in tal modo che la privazione all'improvviso della madre, mette in pericolo di morte il bimbo. Nonostante le eccellenti cure igieniche e il nutrimento che gli si possono prestare, rimane assolutamente necessaria una presenza che sappia sostituire quella della madre. «C'è dunque, nell'essere umano, e per tutta la vita, un bisogno primordiale dell'altro, della comunicazione con l'altro»⁶⁰. Nessun essere umano può negare questo bisogno primordiale e dichiarare la sua autonomia assoluta perché prima ancora di nascere ha avuto bisogno di un seno materno che gli portasse nel grembo, e, così per tutta la vita avrà sempre bisogno dell'altro per ritrovare la sua identità di uomo. Come dichiara M. Buber: «L'uomo diventa io a contatto con il tu»⁶¹. I. Sanna prosegue sulla stessa linea quando afferma: «L'uomo è e diventa immagine e somiglianza di Dio [...] attraverso la comunione delle persone che l'uomo e la donna formano sin dall'inizio; è l'immagine di Dio non nell'isolamento, ma nella duplice sessualità e, più

⁵⁸ *Ibid.*, p. 11.

⁵⁹ E. TIMIADIS, *Invito al silenzio*, Gribaudi, Torino 1977, p. 7.

⁶⁰ *Ibid.*

⁶¹ M. BUBER, *Il principio dialogico e altri saggi*, San Paolo, Milano 1993, p. 79.

generalmente, nella sua natura sociale, nell'orientamento al tu»⁶². L'altro non va visto come un fine utilitario, Papa Francesco chiama "persona antisociale" colui che considera l'altro secondo i suoi fini materiali e asserisce: «Una persona antisociale crede che gli altri esistano per soddisfare le sue necessità, e che quando lo fanno compiono solo il loro dovere. Dunque non c'è spazio per l'amabilità dell'amore e del suo linguaggio»⁶³.

Trasmettendoci la sua umanità, l'altro ci fa diventare uomo al senso pieno del termine. Oltre alla sua dipendenza totale alla madre a causa della sua fragilità, il bimbo ha ancora maggiormente più bisogno della presenza materna o di un'altra presenza simile per diventare uomo, per avere la sua vera identità. Di questo calore umano, il bambino ha bisogno per crescere e per integrarsi nella comunità degli uomini. Dalla nascita alla morte, il bisogno dell'altro si fa sempre presente nelle varie circostanze e in tutti gli ambiti della vita. Entrando in relazione con l'«altro», l'individuo ritrova se stesso, vede il suo riflesso nell'altro, e supera la solitudine e l'isolamento. L'incontro con l'*altro* nella *relazione* fa entrare l'uomo nella realtà autentica da cui si era allontanato⁶⁴.

Per comunicare e per entrare in dialogo, bisogna almeno una seconda persona altrimenti, si fa un puro soliloquio. L'uomo essendo un essere dotato di parola ha obbligatoriamente bisogno dell'altro per esprimersi, per dialogare e poter sviluppare e maturare questa sua prerogativa. Lasciato da solo, staccato da ogni rapporto umano e sociale sin dall'inizio della sua esistenza, l'individuo non potrà mai avere la sua identità di uomo e essere riconosciuto come tale perché l'uomo è un essere sociale. Ne testimonia l'idea Buber: «All'inizio è la relazione: categoria dell'essere, disponibilità, forma che comprende, modello dell'anima; all'inizio è l'apriori della relazione, il *tu innato*.»⁶⁵. Quindi è fondamentale e inconcepibile, una vita umana senza la relazione interpersonale. Non può esistere la persona in sé perché l'umano lo si diventa pienamente per mezzo degli altri, essi hanno un'influenza molto importante sulla formazione della personalità, quindi, esiste solo la persona in relazione. G. Cicchese lo conferma: «Gli *altri* costituiscono una parte d'enorme rilievo nel mondo. Noi stessi siamo, in certo modo, il prodotto dell'ambiente sociale»⁶⁶. È la società che forma e educa l'individuo, lo abilita ad assumere la sua identità di uomo. Essendo cresciuto in un ambiente sociale, in una famiglia come primo gruppo sociale, l'individuo è portato istintivamente a vivere con gli altri, a ricercare la presenza e la compagnia degli altri. «Un'esigenza antropologica fondamentale segna il corso della storia: il rapporto con gli altri essere umani. È una necessità biologica, sociale ed etica. Noi siamo "circondati" dagli altri e viviamo

62 I. SANNA, *Chiamati per nome. Antropologia teologica*, San Paolo, Milano 1994, p. 161.

63 FRANCESCO, *Amoris Laetitia. Esortazione apostolica postsinodale sull'amore nella famiglia*, Ancora, Milano 2016, n. 100.

64 Cf. *Ibid.*, p. 15.

65 *Ibid.*, p. 78.

66 G. CICHESE, *I percorsi dell'altro. Antropologia e storia*, Città Nuova, Roma 1999, p. 30.

costantemente in relazione. Tuttavia, se la presenza dell'altro è un fatto palese, non è mai abbastanza scontato il rapporto nei suoi confronti»⁶⁷.

Inoltre, i contemplativi che sembrano staccati dal mondo e dalla società, hanno la ferma consapevolezza che la vita comune è una delle priorità e necessità fondamentali. La loro vita, altro che essere un isolamento, è la ricerca della perfezione vissuta insieme nell'aiuto mutuo; ognuno è responsabile della crescita e del benessere dell'altro. Sono tutti consapevoli che non ci si santifica da soli, ma insieme. La *Lumen Gentium* ne dà la conferma: «Tuttavia Dio volle santificare e salvare gli uomini non individualmente e senza alcun legame tra loro, ma volle costituire di loro un popolo, che lo riconoscesse nella verità e fedelmente lo servisse»⁶⁸.

Nella *vita fraterna in comunità*, si nota che la vocazione più alta dell'uomo è entrare in comunione con Dio e con gli altri uomini suoi fratelli⁶⁹. Ogni uomo porta con sé la predisposizione di relazionarsi con altri, di stare insieme ai suoi simili. Quindi, il bisogno dell'altro non è un semplice desiderio per soddisfare i suoi bisogni ma fa parte della dimensione costitutiva dell'uomo, è qualcosa di innato in lui. Si verifica nel genere di vita dei religiosi che la relazione è primordiale e indispensabile per giungere a Dio. Per mezzo del fratello messo accanto a sé, il monaco raggiunge Dio e perciò la sua presenza è indispensabile per la propria santificazione. Nessun tipo di vita trascura questi rapporti ma tutti riconoscono che «L'uomo, antropologicamente parlando, non è un essere esistente nell'isolamento, ma nella pienezza della relazione tra l'uno e l'altro: solo l'azione reciproca rende possibile la comprensione adeguata dell'umanità»⁷⁰.

Nella relazione interpersonale, si compie per l'uomo il disegno del Creatore. Infatti, essendo Dio comunione, l'uomo riflette veramente l'immagine del creatore nella misura in cui vive in comunione con gli altri, entra in relazione con i suoi simili. Queste relazioni per essere vere, richiedono una cura attenta, una considerazione reciproca tra gli individui apprezzando ognuno secondo il suo giusto valore. «La condizione fondamentale per l'istituirsi di una vera conversione è che ognuno consideri il suo interlocutore come quest'uomo, proprio questo. Intuisco ciò per cui egli è altro, essenzialmente diverso da me, in questo modo unico, caratteristico, suo proprio, essenzialmente diverso da me, e accetto l'uomo che ho intuito, così da potere in tutta serietà indirizzare a lui, in quanto lui, la mia parola»⁷¹.

La fecondità della vita in comune sta nell'accettazione reciproca di ogni membro, nel dialogo aperto senza ridurre l'altro a un oggetto. «Dove la conversazione si realizza nella sua essenza, tra

⁶⁷ IDEM, *Incontro a te*, op. cit., p. 114.

⁶⁸ CONCILIO VATICANO II, Costituzione dogmatica *Lumen Gentium*, 18 Novembre 1965, in *I documenti del Concilio Vaticano II*, Paoline, Ancona 1967⁷, n. 9.

⁶⁹ Cf. CONGREGAZIONE PER GLI ISTITUTI DI VITA CONSACRATA E LE SOCIETÀ DI VITA APOSTOLICA, *La vita fraterna in comunità*, EDB, Bologna 1994, n. 9, § 2.

⁷⁰ M. BUBER, *Il principio dialogico e altri saggi*, op. cit., p. 309.

⁷¹ *Ibid.*, p. 304.

interlocutori che si sono rivolti l'uno all'altro nella verità, si esprimono senza riserve e sono liberi dal voler apparire, si realizza una memorabile fecondità comunitaria, che non si trova in nessun altro luogo.»⁷². Oggi sorge una necessità di migliorare i rapporti sociali, la qualità di questa comunione tanto desiderata avverrà nella misura in cui l'altro sarà preso in considerazione non come secondo il modo che desideriamo che sia ma così come si presenta. «Un colloquio autentico non può ignorare l'altro, anzi deve considerarlo “in quanto altro”, cioè così com'è»⁷³.

Papa Francesco esorta a un vero incontro con l'altro indicando il modo per arrivarci: «Per disporsi ad un vero incontro con l'altro, si richiede uno sguardo amabile posato su di lui. Questo non è possibile quando regna un pessimismo che mette in rilievo i difetti e gli errori altrui, forse per compensare i propri complessi»⁷⁴.

2. Silenzio e parola

Il tema del silenzio è molto legato a quello della parola, non si può discorrere sull'uno senza far appello all'altro. C'è una stretta correlazione tra ambedue i temi, sono come le due facce della stessa medaglia. L'uno si spiega più chiaramente alla luce dell'altro. Per capire meglio il silenzio, bisogna farlo intercorrere con la parola. Come l'abate Dinouart fa notare: «non si può dare un'idea esatta di certi oggetti senza descriverne allo stesso tempo altri con i quali intercorrono rapporti essenziali: non si può quindi parlare delle tenebre senza conoscere la luce, né della quiete senza fare riferimento al movimento»⁷⁵. Entrambi i termini non sono da contrapporre come lo fanno alcuni, l'uno non è la negazione dell'altro, non s'ignorano a vicenda ma fanno strada insieme e il vero silenzio non esclude la parola e vice versa. L'uno deve rispettare lo spazio dell'altro per una vera comunione. «Parola e silenzio sono legati: la parola sa del silenzio, come il silenzio sa della parola»⁷⁶. Il silenzio, dice Baldini, «è madre della parola parlante e dell'ascolto inaugurale, col venir meno del silenzio vien meno anche una siffatta parola e un siffatto ascolto, l'una e l'altro sopravvivono solo, in modo caricaturale, a livello fantasmatico»⁷⁷. Le parole hanno bisogno del silenzio per essere bene percepite meditate e assimilate, senza il silenzio, volano nell'aria come polvere perché private di ricettacolo. Anche la parola, la più banale, per essere percepita, ha bisogno del silenzio, detta nel rumore, muore tra mille inutili fracassi⁷⁸. La parola che non tiene conto del

⁷² *Ibid.*, p. 312.

⁷³ G. CICHESSE, *Incontro a te*, op. cit., p. 57.

⁷⁴ FRANCESCO, *Amoris Laetitia*, op. cit., n. 100.

⁷⁵ A. DINOART, *L'arte di tacere*, op. cit., pp. 14-15.

⁷⁶ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 6.

⁷⁷ M. BALDINI, *Le dimensioni del silenzio*, op. cit., p. 19.

⁷⁸ Cf. *Ibid.*

silenzio, tintinna nel vuoto senza trovare spazio nell'interiorità. Il silenzio è la fonte della parola, in esso, la parola prende forma e si attualizza. Il silenzio non è un vuoto ma una pienezza che genera la parola. Picard ratifica il fatto quando dice:

«La parola proviene dal silenzio, dalla pienezza del silenzio. Questa pienezza sarebbe addirittura scoppiata se non avesse potuto defluire nella parola. [...] La parola nasce dal silenzio con tanta evidenza e naturalezza, come se fosse soltanto l'inverso del silenzio, il rovescio del silenzio. La parola è il retro del silenzio, come il silenzio è il retro della parola. In ogni parola qualche cosa tace, ed è il segno che la parola deriva dal silenzio, in ogni silenzio c'è qualche cosa che parla, ed è il segno che dal silenzio ha inizio il discorso»⁷⁹.

Inoltre, se dal silenzio sorge la parola, nella parola, il silenzio trova senso e valore, raggiunge la sua pienezza. Per mezzo della parola, il silenzio passa da uno stato di selvaggio a uno stato domestico, umano⁸⁰. Il silenzio che non confluisce in parola rimane allo stato selvaggio, è incolto e privo di senso. Parole e silenzio se sono staccati l'uno dall'altra, si atrofizzano e muoiono e di conseguenza vengono meno un vero ascolto e un vero dialogo. «Il silenzio è sempre profondamente intrecciato con la parola: che cosa è il dialogo se non la reciprocità del dire, resa possibile dalla reciprocità dell'ascolto silente? Che cosa è il ritmo del dire, in ogni dire, ma soprattutto là dove il ritmo si fa rilevante e decisivo, nella poesia, se non la determinazione della parola mediante il silenzio?»⁸¹. Le parole per essere a misura di portare gli effetti desiderati, hanno bisogno di essere meditate e riflettute nel silenzio, in tal caso, il silenzio è come l'anima della parola e la parola attua il silenzio. Le parole escono dal silenzio e dopo la loro espressione, ritornano nel silenzio. Senza il silenzio, le parole diventano chiacchiere e il silenzio senza la parola è mutismo. Tanto la parola è in grado di comunicare, tanto il silenzio. Ambedue sono diversi modi di comunicazione.

Molto significativo è il posto che occupano il silenzio e la parola nella liturgia e di là si nota la loro vera correlazione. Infatti, nella liturgia, «Ogni parola, soprattutto quella della celebrazione, deve essere preceduta, accompagnata e seguita dall'ascolto e dal silenzio»⁸². Il silenzio deve essere vissuto prima interiormente per dare poi forza alle parole che ne sgorgheranno dopo. Se le parole sono precedute dal silenzio interiore, scaturiscono parole piene di senso, nel caso contrario, le parole rimangono vuote o puro soffio di vento⁸³. L'importanza del silenzio è ribadito molto nella liturgia per rendere validi le parole che si vuole trasmettere, e lasciare spazio alla parola di diffondersi nell'interiorità. Le parole che si dice nella liturgia devono essere frutto di qualcosa di vissuto interiormente, di una profonda meditazione e non parole costruite superficialmente per sedurre che rimangono solo esterne. J. Aldazábal lo chiarisce in questi termini:

⁷⁹ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 19.

⁸⁰ Cf. *Ibid.*, p. 24.

⁸¹ G. BOF, «Parola e silenzio nella Teologia cristiana», in *Le forme del silenzio e della parola*, op. cit., p. 393.

⁸² J. ALDAZÁBAL, *Simboli e gesti*, op. cit., p. 186.

⁸³ *Ibid.*

«La parola non ha motivo di rompere il silenzio interiore. Una preghiera, un canto, anche l'omelia, in fondo devono essere impregnati di silenzio, se vogliono essere validi; nel caso dell'omelia, è importante che lasci risuonare la parola di Dio sulla comunità e su chi la pronuncia. [...] Non esercitiamo il silenzio solo quando non parliamo; anche quando preghiamo o cantiamo il silenzio interiore è la condizione perché ciò che le labbra dicono sia qualcosa di nostro, di vissuto, e non soltanto routine o formula»⁸⁴.

3. Relazione tra silenzio, ascolto dialogo e comunicazione

L'evidenza della correlazione esistente tra silenzio e parola si è chiaramente dimostrata nel punto precedente, porteremo la nostra riflessione sul silenzio in relazione con l'ascolto e la comunicazione. Perché avvenga una vera comunicazione, occorre un ascolto silenzioso. Nella comunicazione, bisogna rispettare lo spazio fra gl'interlocutori dando la precedenza all'ascolto e al silenzio. Non basta che tutti parlino perché si realizzi una buona comunicazione, ma è necessario che mentre uno parla, l'altro gli presti ascolto, cerchi di percepire e capire quello che dice il suo interlocutore, quindi, deve osservare il silenzio che le permette di farsi presente e partecipante al dialogo. «Il dialogo non comincia con un atto del dire, ma paradossalmente, con un atto dell'ascoltare. La vera comunicazione prende avvio dal silenzio, luogo dove l'essere umano si fa "ascoltante", condizione imprescindibile per andare, attivamente, "incontro al tu"»⁸⁵.

Ascoltare è l'atto di prestare attenzione all'interlocutore, a chi sta parlando, e ciò non si realizza nel frastuono o nel silenzio. Il silenzio è al centro dell'ascolto e della comunicazione. Per disporsi all'ascolto e per essere in situazione dialogale, è necessario il silenzio mentre l'altro parla perché esso è la condizione inevitabile dell'ascolto e del dialogo. «Il dialogo, infatti, presuppone un ascolto autentico, e l'ascolto in autentico silenzio»⁸⁶. Di per sé, il silenzio non è una forma di espressione piena, non è il silenzio in sé che fa la pienezza, ma ha senso solo nella comunicazione esistente⁸⁷. Il silenzio che non trasmette niente non merita di essere osservato. Nella comunicazione, quando si tace, si permette all'altro di esporre il suo pensiero, di esprimere se stesso, così facendo, avviene un ascolto reciproco, una considerazione e una apertura all'idea dell'altro.

L'uomo impara nella comunicazione a rinunciare alle sue proprie idee e parole e ad accogliere quelle degli altri, a confrontarsi con esse. Questo cambio reciproco rende migliore le relazioni umane. Così come afferma L. Sapienza: «Tacendo si permette all'altra persona di parlare, di esprimere se stessa, e a noi di non rimanere legati, senza un opportuno confronto, soltanto alle nostre parole o alle nostre idee. Si apre così uno spazio di ascolto reciproco e diventa possibile una

⁸⁴ *Ibid.*

⁸⁵ G. CICHESSE – G. CHIMIRRI, *Persona al centro*, op. cit., p. 547.

⁸⁶ G. CICHESSE, *Incontro a te*, op. cit. p. 56.

⁸⁷ Cf. G. GUSDORF, «Autenticità della comunicazione», in *Le dimensioni del silenzio*, op. cit., p. 88.

relazione umana più piena»⁸⁸. Nessuno deve pretendere possedere la verità assoluta al punto di respingere quella degli altri ma in un dialogo aperto e sincero, si deve arrivare a coniugare insieme le verità provenienti da ogni parte degli interlocutori per costruire un'unica verità conciliabile.

«Dialogare, perciò, significa rischiare, porsi in gioco per immolarsi, transcendendo se stessi, la propria visione del mondo, le proprie certezze e verità, per lasciarsi mettere in discussione dall'altro e aprirsi alla "nuova via" che l'altro propone. Molti si preoccupano per la loro identità. Questo è giusto e naturale. Il vero dialogo, tuttavia, significa mettere in gioco questa identità, che, proprio perché ci appartiene, non potrà mai essere perduta. E tuttavia l'ascesi e il sacrificio sta proprio nel prendere la decisione di "uscire da sé", per andare incontro all'altro»⁸⁹.

Un silenzio profondo e autentico è essenziale nel dialogo e mentre l'altro parla «tutto in noi deve tacere: i nostri sensi, l'intelletto, le idee. Prima di tutto devono tacere i nostri pregiudizi»⁹⁰. I pregiudizi sono un ostacolo al vero dialogo e ad un ascolto sincero, impediscono di accogliere l'altro come tale e soprattutto non permettono una vera conoscenza alla quale tutto vero dialogo deve giungere. Con i pregiudizi, si fa un'idea preconcepita dell'altro e ciò non consente una predisposizione al suo ascolto ed a accogliere il suo pensiero. Per vivere pienamente la dimensione dell'ascolto, bisogna avere alcuni requisiti necessari: Partecipazione affettiva ed effettiva, presenza, coscienza, volontà, impegno, tempo, interiorità e silenzio⁹¹.

In ogni ascolto, bisogna adottare alcuni comportamenti che permetta all'altro di aprirsi, di sentirsi a proprio agio. Plutarco, cosciente dell'importanza del dialogo nei rapporti sociali ne delinea alcuni comportamenti da tenere presenti: «Alcune norme di comportamento, per così dire, generali e comuni, da seguire sempre in ogni ascolto, anche in presenza di un'esposizione completamente fallita: stare seduti a busto eretto, senza pose rilassate o scomposte; lo sguardo deve rimanere fisso su chi sta parlando, con un atteggiamento di viva attenzione; l'espressione del volto dev'essere neutra e non lasciar trasparire non solo arroganza o insofferenza ma perfino altri pensieri e occupazioni»⁹². Il modo con cui si mette all'ascolto dell'altro, ha un impatto sulla sua apertura. Più gli si presta un'attenzione interessata, più si sente accolto e si apre. Nell'atto di ascoltare si deve evitare di interrompere l'altro durante la sua esposizione e soprattutto di non turbare la sua quiete per un atteggiamento scomposto. Esortando all'ascolto, Plutarco afferma:

«Chi "ascolta" ha doveri da assolvere, indispensabili norme comportamentali da seguire e la prima è restare in silenzio finché l'esposizione è in corso, evitando atteggiamenti scomposti o intempestive interruzioni e riservando le richieste di chiarimento e le eventuali obiezioni (che deve essere in ogni caso meditate e pertinenti) alla fine del discorso. Qualunque forma di presunzione, di esibizionismo o di invidia dev'essere bandita: bisogna disporsi all'ascolto con animo ben disposto e pacato, con un atteggiamento quasi mistico, "come se si fosse invitati a un

⁸⁸ L. SAPIENZA, *L'arte del silenzio*, op. cit., p. 11.

⁸⁹ G. CICCHESE, *Incontro a te*, op. cit., p. 60.

⁹⁰ *Ibid.*, pp. 60-61.

⁹¹ Cf. *Ibid.*, p. 51.

⁹² PLUTARCO, *L'arte di ascoltare*, Mondadori, Milano 1995, p. 31.

banchetto sacro o alle cerimonie preliminari di un sacrificio”, elogiando l’efficacia dell’oratore nei passaggi riusciti o “apprezzando perlomeno la buona volontà di chi espone in pubblico le proprie opinioni e cerca di convincere gli altri ricorrendo agli stessi ragionamenti che hanno persuaso lui”»⁹³.

Anche se il discorso dell’altro non è gradevole, non bisogna agitarsi o interferire durante la sua esposizione, ma aspettare pazientemente fino alla fine, senza nemmeno obiettare subito dopo il discorso al fine di darle tempo per apportare eventuali rettificazioni⁹⁴. L’ascolto è un rimedio molto efficace per guarire l’altro dalla sua angoscia, la sua paura, la sua ira. Non sempre le persone che soffrono hanno bisogno di una soluzione ai loro problemi, ma solo di essere ascoltati. Perciò Papa Francesco esorta:

«Darsi tempo, tempo di qualità, che consiste nell’ascoltare con pazienza e attenzione, finché l’altro abbia espresso tutto quello che aveva bisogno di esprimere. Questo richiede l’asceti di non incominciare a parlare prima del momento adatto. Invece di iniziare ad offrire opinioni o consigli, bisogna assicurarsi di aver ascoltato tutto quello che l’altro ha la necessità di dire. Questo implica fare silenzio interiore per ascoltare senza rumore nel cuore e nella mente: spogliarsi di ogni fretta, mettere da parte le proprie necessità e urgenze, fare spazio»⁹⁵.

La comunicazione è il pilastro della vita comune e «nessuna convivenza umana potrebbe sussistere né sarebbe tale senza la comunicazione»⁹⁶. La comunicazione vera e reale parte dall’intimo dell’essere, poi si comunica il messaggio da trasmettere. «Ogni comunicazione autentica nasce dal silenzio. Infatti ogni parlare umano è dire qualcosa a qualcuno: qualcosa che deve anzitutto nascere dentro. E questo suppone un auto identificarsi, un auto comprendersi, un cogliere la propria interiore ricchezza»⁹⁷. La comunicazione è necessaria per la sopravvivenza di tutti i tipi di gruppi sociali, ma fondamentalmente, oltrepassa questa necessità umana, è prima di tutto una adesione al mistero divino la cui essenza è la comunione. «La comunicazione autentica, pertanto, non è solo una necessità per la sopravvivenza di una comunità civile, familiare o religiosa; è anche un dono, una meta, una partecipazione al mistero di Dio che è in sé comunicazione»⁹⁸.

⁹³ *Ibid.*, p. XXXIII

⁹⁴ Cf. *Ibid.*, pp. 9-11.

⁹⁵ FRANCESCO, *Amoris Laetitia*, op. cit., n. 137.

⁹⁶ V. ISINGRINI, *La parola che nasce dal silenzio*, op. cit., p. 63.

⁹⁷ *Ibid.*, p. 81.

⁹⁸ *Ibid.*, pp. 45-46.

CONCLUSIONE

Al termine del nostro lavoro, si rileva che il silenzio subisce davvero una grande crisi in tutti gli ambiti sociali. Si è verificato infatti che il nostro tempo è un tempo senza silenzio, un tempo dove il rumore ha preso il sopravvento con l'avvento e lo sviluppo eccessivo dei mezzi di comunicazione sociale. Non c'è bisogno di prova per costatarlo, basta guardarci intorno, quante chiacchiere nel quotidiano. Anche chi non parla, vive un rumore interiore e l'uomo finisce così per non ascoltare più l'altro. «Se la cultura dominante della società post-industriale è una “cultura del non ascolto”, in cui tutti finiamo per diventare, per autodifesa o per necessità, degli “inascoltanti”, è chiaro comprendere come sia difficile, per l'uomo contemporaneo, una situazione dialogale»⁹⁹. Si ha denotato una paura del silenzio che allontana poco a poco l'uomo dal suo centro rendendolo vuoto e povero interiormente.

Abbiamo anche focalizzato la nostra attenzione sulla centralità del silenzio nella comunicazione e nel dialogo. Il silenzio è parte integrante della comunicazione e spetta ad ogni individuo avere un equilibrio tra silenzio e parola poiché avvenga una vera comunicazione. Le eccessive parole diminuiscono la qualità dell'ascolto e del dialogo. Chi parla troppo, evidentemente manca all'ascolto perché non dà spazio al silenzio per poter ascoltare l'altro. La mancanza del silenzio ha provocato anche una crisi della comunicazione. Le due realtà essendo strettamente correlate, quando viene meno uno, l'altro ne risente e soffre. Oggi, c'è una carenza di dialogo, si dialoga poco e male.

Si è sottolineato anche il valore antropologico del silenzio come conoscenza ed espressione della propria interiorità. Il vero silenzio non fa mai male a nessuno ma è sorgente di pace e di bene.

L'arte del tacere come tutte le altre arti, possiede la sua grammatica, i suoi principi e la sua strategia e bisogna conoscerli per osservare e vivere meglio un silenzio dignitoso e pieno. Non si tace per tacere, né perché si ha una carenza di parole o una incapacità di sostenere un discorso, anzi, tacere, dimostra una forte e ferma volontà interiore e è riservato solo per chi è in misura di parlare ma per virtù e secondo le convenienze, sceglie di tacere. Tacere allora non è un'incapacità ma è la sublimità di un possesso e di un controllo di sé.

Tuttavia, c'è un raggio di speranza nei nostri cuori che il silenzio torni un giorno a rivivere, a occupare di nuovo il suo posto primordiale, a ridare all'uomo la pienezza di una vita interiore. Come il male non può avere l'ultima sul bene, così anche il rumore non può regnare per sempre sul mondo in cui tutto non sembra definitivamente perduto. Il mondo aspira profondamente al ricupero di tutti i valori che sembrano diminuiti o scomparsi. Finché la vita dell'uomo continua su questa terra, deve continuare a sperare. Questa speranza trova eco nelle parole di M. Picard:

⁹⁹ G. CICHESI, *Incontro a te*, op. cit., p. 56.

«Forse il silenzio non è ancora distrutto completamente, forse sussiste ancora ma dormiente nell'uomo. Infatti succede talvolta che la virtù di un popolo resti a lungo come cosa morta, ricoperta da un'altra. Le facoltà poetiche di un popolo possono, per esempio, sembrar morte per lungo tempo, sopraffatte dalle qualità scientifiche o politiche, ma un giorno si risvegliano e così potentemente che con la loro pienezza sembrano riguadagnare tutto lo spazio di anni vuoti.[...] Sembra che di tempo in tempo una tendenza dello spirito sia più accentata del necessario, più rilevata di quanto propriamente vorrebbe, affinché le altre restino nascoste e possano quindi rinforzarsi nel riposo. Forse è così anche per il silenzio, forse il silenzio non è morto, ma dorme soltanto, si riposa soltanto. Allora il rumore sarebbe soltanto il muro al cui riparo dorme il silenzio, e allora il rumore non sarebbe il vincitore del silenzio, il suo signore, ma un suo servo che veglia con fracasso mentre il padrone, il silenzio, dorme»¹⁰⁰.

¹⁰⁰ M. PICARD, *Il mondo del silenzio*, op. cit., p. 274.

BIBLIOGRAFIA

- ALDAZÁBAL J., *Simboli e gesti. Significato antropologico, biblico e liturgico*, Edizione Club Della Famiglia, Milano 1988.
- BALDINI M., «Il mistico tra silenzio e parola», in *Le forme del silenzio e della parola*, a cura di M. BALDINI – S. ZUCAL, Morcelliana, Brescia 1989.
- IDEM, *Il silenzio nei padri del deserto*, Editrice La Locusta, Vicenza 1987.
- IDEM, *Le dimensioni del silenzio. Nella poesia, nella filosofia, nella musica, nella linguistica, nella psicanalisi, nella pedagogia, nella mistica*, Città Nuova, Roma 1989².
- BALDINI M. – ZUCAL S., *Le forme del silenzio e della parola*, Editrice Morcelliana, Brescia 1989.
- BOF G., «Parola e silenzio nella Teologia cristiana», in *Le forme del silenzio e della parola*, a cura di M. BALDINI – S. ZUCAL, Morcelliana, Brescia 1989.
- BUBER M., *Il principio dialogico e altri saggi*, San Paolo, Milano 1993.
- CICCHESE G. - CHIMIRRI G., *Persona al centro. Manuale di antropologia filosofica e lineamenti di etica fondamentale*, Mimesis, Milano 2016.
- CICCHESE G., *Incontro a te. Antropologia del dialogo*, Città Nuova, Roma 2010.
- IDEM, *I percorsi dell'altro. Antropologia e storia*, Città Nuova, Roma 1999.
- DINOUART A., *L'arte di tacere. Il silenzio come difesa della propria identità*, Demetra, Bussolengo (VR) 1995.
- GUGEROTTI C., «Parola e silenzio nelle liturgie orientali», in *Le forme del silenzio e della parola*, a cura di M. BALDINI – S. ZUCAL, Morcelliana, Brescia 1989.
- GUSDORF G., «Autenticità della comunicazione», in *Le dimensioni del silenzio. Nella poesia, nella filosofia, nella musica, nella linguistica, nella psicanalisi, nella pedagogia, nella mistica*, a cura di M. BALDINI, Città Nuova, Roma 1989².
- ISINGRINI V., *La parola che nasce dal silenzio. Comunicazione e vita fraterna: aspetti psicospirituali*, Paoline, Milano 2007.
- JUNG C. G., «Rumore e silenzio», in *Le dimensioni del silenzio. Nella poesia, nella filosofia, nella musica, nella linguistica, nella psicanalisi, nella pedagogia, nella mistica*, a cura di M. BALDINI, Città Nuova, Roma 1989².
- MERTON T., *Pensieri nella solitudine*, Garzanti, Milano 1962³.
- NOUWEN H. J. M., *Silenzio, solitudine, preghiera. Linee di spiritualità sacerdotale*, Città Nuova, Roma 1985.
- PICARD M., *Il mondo del silenzio*, Edizioni di comunità, Milano 1951.
- PLUTARCO, *L'arte di ascoltare*, Mondadori, Milano 1995.
- SANNA I., *Chiamati per nome. Antropologia teologica*, San Paolo, Milano 1994.

SAPIENZA L., *L'arte del silenzio*, Editrice La Ricerca, Roma 2012.

TIMIADIS E., *Invito al silenzio*, Gribaudi, Torino 1977.

TESTI DEL MAGISTERO

CONCILIO VATICANO II, Costituzione dogmatica *Lumen Gentium*, 18 Novembre 1965, in *I documenti del Concilio Vaticano II*, Paoline, Ancona 1967⁷.

CONGREGAZIONE PER GLI ISTITUTI DI VITA CONSACRATA E LE SOCIETÀ DI VITA APOSTOLICA, *La vita fraterna in comunità*, EDB, Bologna 1994.

FRANCESCO, Esortazione apostolica *Amoris Laetitia. Esortazione apostolica postsinodale sull'amore nella famiglia*, Ancora, Milano 2016.