

## Il valore del silenzio

Nell'esperienza cristiana il comunicare e il tacere non sono posti in contrapposizione né si fa un'assolutizzazione di uno dei due elementi. Afferma un padre del deserto: «*La sapienza sta nel sapere in quale momento parlare*» e nel come farlo, aggiungo io. «*Vi è un uomo che sembra tacere e il suo cuore giudica gli altri: costui parla sempre*» (Poimen 27). Possiamo trovare consigli che sembrano contrastanti o che realmente lo sono perché sorgono dall'esperienza che non è unitaria. Non si tratta di stabilire delle massime che valgono sempre ma di fare attenzione all'esperienza.

Su questo argomento molto importante, offro dei semplici spunti, attinti dalle testimonianze di persone che lo hanno vissuto in modo molto positivo.

**Il silenzio può essere anche molto negativo**, quando è indice di rifiuto della comunicazione o incapacità di comunicare, fino a preparare esplosioni di violenza. Oggi forse per molti il silenzio, più che lo stare zitti, potrebbe essere un esercizio per uscire dal mutismo, dall'incapacità di relazionarsi, di comunicare e per cominciare a parlare in modo umano.

**Nel monachesimo, imparare a tacere è meno importante dell'imparare ad osservare e ad esprimere i propri sentimenti.** Un cuore che non fa discernimento e non avverte le passioni e i movimenti interiori che lo agitano, non potrà mai essere in quiete. Non si comincia mai dalla totalità, ossia dall'amore pieno, ma dall'analisi sincera della nostra grandezza dentro il nostro limite.

Nel nostro limite l'amore è intrecciato con l'odio. È un'esperienza comune: i tifosi di una squadra che odiano i tifosi di un'altra; i seguaci di una religione che si oppongono a quelli d'un'altra; la mamma che impedisce una vera maturazione del figlio perché lo ama troppo. Non dico nulla per quanto riguarda il lato umano. Dal punto di vista religioso, non dobbiamo nutrire disprezzo né avversione verso coloro che non condividono il nostro credo (o il nostro grande amore), neppure verso chi pensiamo abbia tradito la nostra causa. Non dobbiamo costringere nessuno a difendersi da noi. Gesù voleva interrompere lo stile degli uomini zelanti che difendevano Dio eliminando pagani o apostati. In Lui appare questa grande novità che non è stata compresa in modo adeguato.

### Esame di sé stessi

Ho accennato all'attenzione a sé stessi. Il silenzio, prima ancora di essere assenza di parole, è attenzione e consapevolezza di sé, dei propri movimenti interiori. Vi presento un testo di un maestro spirituale, Doroteo, che invita i monaci a fare attenzione alla loro interiorità riguardo all'argomento del rancore.

*Si può rendere male per male non solo con le azioni, ma anche con le parole e l'atteggiamento. Talvolta si prende un atteggiamento o si fa un movimento o uno sguardo che turba il fratello: sì, si può ferire il fratello anche con uno sguardo o un movimento, ed è anche questo un rendere male per male. Un altro si studia di non rendere male per male né con l'azione né con la parola né con l'atteggiamento o il movimento, però ha in cuore una tristezza contro il suo fratello e si affligge contro di lui. Guardate che differenza di stati d'animo. Un'altro non ha neppure qualche tristezza contro il proprio fratello, ma se sente dire che qualcuno lo ha afflitto o ha mormorato contro di lui o lo ha offeso, si rallegra all'udirlo, e anche costui si trova a rendere male*

*per male nel suo cuore. Un altro invece non solo non ha nessuna cattiveria e non gode a sentire che chi lo ha afflitto è stato offeso, ma si affligge addirittura se quello viene afflitto: però non prova piacere se egli riceve del bene, e si affligge se lo vede onorato o contento: ed è anche questa una sorta di rancore, più leggera, sì, ma lo è pur sempre. Invece bisogna gioire per la contentezza del proprio fratello e fare di tutto per servirlo e preparare ogni cosa per dargli onore e soddisfazione.*

Un altro padre Isacco il Siro afferma: «Ciò che l'irrigazione è per le piante, è il silenzio continuo per la crescita della conoscenza» (*Un'umile speranza...* 61). «Ogni uomo che si dà al molto parlare, anche se dice cose degne d'ammirazione, sappi che è vuoto dentro»

Perché il vuoto? **L'incapacità di custodire il silenzio e di controllare la lingua potrebbe essere segno di inquietudine che deriva dall'aver una cattiva coscienza** (per cui la persona sta male con se stessa); può essere segno della **volontà di dominio** sugli altri - devo essere convincerli delle mie opinioni per rafforzare il mio ruolo - . di **un bisogno affettivo** (avere sempre compagnia...).

Neppure la logorrea sul piano catechetico o apostolico è una cosa sana. Nell'espone dobbiamo partire dal rispetto e dall'apprezzamento della persona, delle convinzioni positive che ha elaborato e dei comportamenti nobili messi in pratica. Dobbiamo alimentare la persona non costringerla ad abbuffarsi. Per capire bene una cosa o per accoglierla, tutti abbiamo bisogno di tempo. «*Fà profittare con il tuo silenzio piuttosto che con la tua parola di conoscenza colui che non può trarre profitto dalla conoscenza. Abbassati con lui secondo la sua debolezza*» (Isacco il Siro).

**Il silenzio iniziale, ossia l'apprendere a contenersi, è soltanto una preparazione e un inizio del vero silenzio. All'inizio dobbiamo costringerci** (che è diverso dal farsi violenza o dall'essere costretti):

*«Sforziamoci di tacere e, allora, dal nostro silenzio, sarà generato in noi un qualcosa che ci condurrà al vero silenzio. Che Dio ti dia di sentire ciò che è generato dal silenzio... Non credere che il silenzio [attuato dal grande Arsenio] sia stato semplicemente un atto spontaneo: all'inizio ha dovuto sforzarsi a fare questo. Dopo un certo tempo, dalla pratica di tale esercizio, è generata nel cuore una qualche dolcezza; ed essa induce con violenza il corpo a perseverare nel silenzio»* (Isacco il Siro).

La predicazione o il rapporto comunicativo con l'altro deve essere preceduto dal silenzio, non per riflettere meglio su ciò che vogliamo comunicare o annunciare ma anche per vivere una vera partecipazione. Non si deve mai parlare dall'alto in basso, convinti che la persona con cui tratto sia inferiore a me. È necessario, al contrario, una vera partecipazione. Lo attesta Gregorio Magno parlando dell'atteggiamento che dovrebbe essere mantenuto dagli evangelizzatori:

*[Dice il profeta Ezechiele: Mi fermai presso i deportati e rimasi in mezzo a loro sette giorni nella tristezza (Ez 3,15). Si osservi con quanta compassione il santo profeta si unisce al popolo prigioniero e dimorando con lui, si unisce alla loro desolazione poiché la parola è radicata nella forza dell'azione. E chi ascolta accoglie volentieri la parola che è detta con compassione da parte di chi predica ... Così il profeta si stabilì con il popolo prigioniero e rimase in mezzo a loro afflitto; così, ponendosi nella sua situazione accanto a esso a motivo della sua profonda carità, riuscì a conquistarlo subito con la forza della parola ... Ora, quando furono trascorsi sette giorni, mi fu rivolta la parola del Signore (Ez 3,16). Con il fatto che rimase sette giorni nella tristezza e, dopo il settimo, ricevette dal Signore l'ordine di parlare, il profeta in dica chiaramente che durante quei giorni era rimasto in silenzio. Era stato inviato a predicare, e tuttavia era rimasto afflitto, in*

*silenzio per sette giorni. Che cosa ci suggerisce il santo profeta con questo silenzio se non che **soltanto chi prima ha taciuto sa veramente parlare? Il silenzio è in certo senso il nutrimento della parola. E giustamente riceve la parola a opera di una grazia sovrabbondante chi per umiltà dapprima ha taciuto come conviene fare.** Per bocca di Salomone si dice infatti: C'è un tempo per tacere e un tempo per parlare (Qo 3,7). Non si dice: "C'è un tempo per parlare e un tempo per tacere", ma prima viene il tempo per tacere e poi il tempo per parlare, perché **non dobbiamo imparare a tacere parlando, ma a parlare tacendo.** Se dunque il santo profeta che era stato inviato a parlare, dapprima custodì un lungo silenzio per poter poi parlare in modo autentico, consideriamo quanto sia grande la colpa di chi non tace quando nessuna necessità lo costringe a parlare (Gregorio Magno, Omelie su Ezechiele 11,2-3).*

Il nostro parlare, quindi, deve nascere dal silenzio e dalla compartecipazione

## **Silenzio mistico**

Il rapporto maturo ed autentico con Dio implica che tutto ciò che sperimentiamo nella relazione con Lui non sia riducibile alla sola parola. Almeno la parola che ascoltiamo o che pronunciamo deve formare unità con noi: *«Quando ripeti le parole della preghiera, preoccupati non di ripeterle ma di diventare tu stesso quelle parole. Il nostro profitto non sta nella ripetizione, ma nel fatto che la parola si incorpori in te e divenga opera»* (Giovanni di Apamea Discorso sulla preghiera 4-7).

**Quando si è ciò che si dice, il dire sconfinava nell'indicibile e questa plusvalenza del parlare può essere chiamata silenzio.** *«Colui che possiede in verità la parola di Gesù può udire anche il suo silenzio»* (Ignazio di Antiochia, Efesini 13).

Anche noi sperimentiamo che il sentire spesso supera il parlare. Questo fatto è avvertito anche nella relazione con Dio. Attesta Suso: *Signore, se penso alla tua alta lode, il mio cuore vorrebbe sciogliersi nel mio corpo, i pensieri mi sfuggono, mi mancano le parole. Brilla un non so che nel cuore che nessuno può esprimere a parole, appena voglio lodare te, bene senza limiti; poiché se io sprofondo nel profondo abisso del tuo proprio bene, Signore, svanisce ogni lode per la sua pochezza.*

Per condividere questo sentire non occorre essere stati elevati a gradi superiori di vita mistica. È un'espressione del credente consapevole. San Paolo dichiara di essere stato rapito vicino a Dio e di aver udito discorsi ineffabili. I mistici conoscono esperienze elevate che non possono essere tradotte nel linguaggio comune. Ciò che afferra l'uomo nella sua totalità è più grande del suo parlare. Qui l'essere vale di più del dire. Teresa d'Avila conosce una relazione intima con Dio che è fatta di silenzio e di pace:

*Il modo con cui Dio arricchisce ed istruisce l'anima in questa orazione è così calmo e silenzioso da fare pensare alla costruzione del tempio di Salomone, durante la quale non si sentiva il minimo rumore. Così in questo tempio di Dio, in questa mansione che è sua: Dio e l'anima si godono in altissimo silenzio. L'intelletto non ha movimenti né ricerche da fare. Chi l'ha creato vuole che si riposi e contempi ciò che avviene come per una piccola fessura (Castello interiore VII, 11).*

Tale esperienza è un rivivere il riposo del sabato al termine della creazione e un **anticipo della beatitudine della vita eterna.** Comprendiamo meglio ciò che diceva Ignazio: *«Colui che possiede in verità la parola di Gesù può udire anche il suo silenzio».*