

NON CI SI SALVA DA SOLI



**RIFLESSIONI SUI
TEMPI DEL COVID-19**

#3

L'ascolto e l'isolamento

L'acustica che la Parola del Signore esige da noi è il nostro **"oggi"**: le circostanze della nostra vita quotidiana e le necessità del nostro prossimo, gli avvenimenti dell'attualità e le istanze evangeliche che esigono da noi sempre le stesse risposte ma in una forma ogni giorno rinnovata. Noi non possiamo, da soli, discernere nella Parola del Signore ciò che Egli vuole da noi oggi. Il nostro apporto è di ascoltare oggi, per gli uomini che vivono oggi, per il nostro prossimo d'oggi e di pregare per vedere e sapere. Che noi vediamo e sappiamo è l'opera dello Spirito Santo.

M. Delbrêl

Ascoltare richiede pazienza, perché non è "fare". Non si vedono immediatamente dei gratificanti risultati, non ci si è sporcati le mani. Ma ci si è messi pienamente in gioco, rinunciando alla propria gratificazione, per l'altro. Perché un gesto di carità sia espressione dell'amore a Dio e di Dio verso il prossimo, non si può "fare" senza incontrare veramente l'Altro. Per incontrarlo e conoscerlo, una via privilegiata è l'ascolto. Ascolto ostacolato dalla distanza fisica, che non vogliamo diventi distanza sociale, perché nessuno rimanga solo e senza possibilità di consegnare a qualcuno le proprie paure, riflessioni, domande.

Presenti nell'assenza

don Alberto Monaci, UN CUORE CHE ASCOLTA Servizio diocesano di ascolto e sostegno telefonico

L'ascolto è una delle forme preziose, delicate ed essenziali, dell'essere presenti all'altro, facendo posto alla sua storia dentro di noi, e la presenza dell'altro a noi è da sempre condizione perché possa avvenire un ascolto profondo. Si parla con la bocca e si ascolta con gli orecchi certo, ma sappiamo bene che si comunica anche con lo sguardo, con le mani, il sorriso, con tutto il corpo.

Che ne è dunque dell'ascolto quando la presenza fisica dell'altro ci è impedita come in questi mesi? Certamente l'incontro con l'altro risulta impoverito ed è più difficile fare in modo che una relazione di ascolto "accada" e il bisogno stesso di essere ascoltati rimane come muto.

La cura di pastore del Vescovo Francesco ha però intuito dentro il silenzio delle scorse settimane un "muto grido" di richiesta di aiuto che veniva dalla solitudine dentro cui molte persone si sono trovate a vivere la loro quotidianità, la malattia e spesso la morte di persone vicine. Così ha chiesto che fosse attivata una possibilità di ascolto telefonico come uno dei segni del cuore della Chiesa diocesana costantemente sintonizzata con il cuore affaticato dei suoi figli.

È un ascolto che va ad affiancarsi e non vuole certo sostituire quello che i rapporti più stretti all'interno delle parrocchie e delle comunità locali hanno continuato a permettere, ma che vuole rivolgersi soprattutto a chi è più sprovvisto di contatti.

Questo "cuore che ascolta" si serve di due "orecchi": uno più attento alle domande che vengono dalla solitudine, dalle paure generate dal virus che assumono le forze dell'angoscia, del panico, del dubbio su come vivere le fatiche della convivenza forzata o della separazione subita, e l'altro più attento alle domande di senso, alla ricerca di fede, alla richiesta di pregare insieme e di provare a ritro-

vare i segni della presenza di Dio che non abbandona. Due orecchi non separati tra loro che cercano di offrire competenze diverse e complementari da parte degli operatori (per lo più psicologi) dei consultori familiari della diocesi, e di uomini e donne credenti (sacerdoti, religiosi, suore di clausura, laici).

I vissuti e le domande delle persone che chiamano, sono i più disparati: giovani, anziani, persone sole, famiglie intere; chi chiama per sé, chi chiama per un proprio familiare, chi vuole solo informazioni, chi vive la solitudine e cerca compagnia, chi ha paura per il presente e per il futuro, chi viveva già un disagio che in questo momento fatica a gestire, chi non ce la fa a restare a casa, a condividere spazi ed emozioni in una routine tanto diversa da prima, chi giorno dopo giorno si occupa di soccorrere e curare altri essere umani mettendo a rischio la propria salute. Una tematica ricorrente tra tutte è certamente quella del lutto che non ha potuto contare sui gesti e i riti di commiato che lo caratterizzavano nei tempi della vita “ordinaria”.

Il telefono aperto vorrebbe diventare per tutte queste persone un piccolo segnale di “una presenza pur nell’assenza” e una mano tesa in un tempo in cui tanti sperimentano non solo la solitudine, ma anche il senso di abbandono, che in non pochi casi alimenta la rabbia.

Così, mentre si sperimenta l’insuperabile necessità dell’incontro reale e la fatica di ascoltare fuori dai nostri contesti abituali, non ci si vuole nemmeno rassegnare a lasciare questo tempo come “sospeso”, vuoto, deserto e spesso il solo fatto di sapere che c’è qualcuno a cui aver potuto affidare un vissuto, un sentimento, un dolore, è già terapeutico.

Il dialogo spesso segnato anche dai silenzi e dalle lacrime permette di vivere una sosta, per non sentirsi soli nella traversata di questo deserto, e alimenta il desiderio che appena sarà possibile si possa tornare a intrecciare relazioni reali dove la voce possa finalmente rivelare un volto e un corpo che portano i segni che questa storia ha lasciato, siano esse ferite o spazi di speranza e di desideri ritrovati.

Un presidio aperto all’ascolto e alla cura delle relazioni

Antonio Mazzucco, consultorio Familiare “Costante Scarpellini” di Bergamo

Il consultorio è sempre stato un osservatorio privilegiato per “intercettare” i bisogni più “psicologici” delle persone che gravitano nella nostra provincia. In questo periodo di emergenza siamo sempre rimasti aperti. Non solo perché le istituzioni lo richiedevano, ma anche perché siamo convinti che un presidio aperto all’ascolto e alla cura delle relazioni avesse un suo significato importante.

Certamente ci siamo adattati (e siamo venuti incontro) alla esigenza di contattare le persone anche con una telefonata o una videochiamata nel momento in cui è difficile spostarsi da casa. Abbiamo riscoperto che **ogni comunicazione quando è ricca di significato e di cura è apprezzata**, al di là della indubbia limitazione della mancanza fisica.

Il tempo sospeso della emergenza ha fatto emergere **bisogni nuovi, o più impellenti**: solitudine, paura di essere contagiati e di contagiare i propri cari, incertezza sul da farsi, preoccupazione per il futuro, esperienze di lutto devastanti e inumane, senso di frustrazione e non ultima la sfida di una convivenza con i propri cari obbligata e contratta. **Poter condividere è il primo passo della cura**. Oltre a questo però, non possiamo dimenticare che altrettante persone hanno continuato a riflettere e confrontarsi su se stesse, il proprio modo di vivere le relazioni, di affrontare il mondo. Queste ansie e preoccupazioni non sono sparite ed è prezioso che qualcuno continui a tenerle vive. **Siamo in parte diversi da prima, ma siamo in parte anche sempre noi stessi**. Il tempo dell’emergenza è diventato

per molti il tempo della riflessione, delle scelte, di confrontarsi sulle priorità e qualche volta di resistenza al frastuono (soprattutto mediatico) di queste settimane.

Vorrei dire che ci siamo, non solo come servizio pubblico (aperto a tutti e gratuito) ma anche come mission di cura. Perché le sfide di vivere con fatica la relazione di coppia o tra familiari continuano, perché i figli crescono e come genitori si è sempre in evoluzione e perché i significati della vita passano tra le crepe e le risorse della nostra individualità più profonda. **Discernere e scegliere è compito continuo, insieme faticoso ed esaltante , necessario sempre, profondamente umano.**

L'ascolto e il Covid19

Antonio Innocenti, Centro di Primo Ascolto e Coinvolgimento di Monterosso in Bergamo

Mi è stato chiesto di scrivere alcune considerazioni sul tema dell'ascolto in questi tempi infausti di Covid-19, questo "maledetto" virus che ha cambiato totalmente il nostro sistema di vita. Sicuramente questa situazione ci ha fatto **imparare ad "ASCOLTARE IL SILENZIO"** che per un certo periodo era rotto solo dall'ululare delle sirene delle ambulanze che quotidianamente trasportavano negli ospedali i loro pazienti contagiati.

Ovviamente dopo i vari DPCM anche i CPAC, come molte altre attività, sono stati costretti a chiudere e quindi si è presentata l'impossibilità ad essere vicini alle famiglie che venivano settimanalmente aiutate con la fornitura di generi alimentari in primis e poi anche quelle non meno importanti dell'**ascolto, inteso come servizio e dono del nostro tempo** affinché servisse d'aiuto e a far anche sorridere chi spesso il sorriso lo aveva perso. Questo ha comportato anche l'impossibilità di un dialogo diretto "vis à vis" e quindi anche l'impossibilità di guardarsi negli occhi con o senza mascherine, creando quella **mancanza di empatia che spesso aiuta il nostro interlocutore a diventare più consapevole delle proprie emozioni.**

Però, credo che questo tempo ci sia anche servito per guardarci dentro e capire se abbiamo effettivamente capito il vero significato dell'ASCOLTO dell'altro: **dare precedenza all'altro; capire i problemi senza GIUDICARE** (cosa che spesso facciamo) a prescindere da tutto; riconoscere e cogliere **tutti i segnali espressi o taciti**, il non detto, il tono di voce, la mimica dei gesti, la stretta di mano o la "pacca" sulle spalle; **sentire che siamo consapevoli delle nostre e loro fragilità** e ci aiuta a sviluppare il nostro atteggiamento mentale nei loro confronti e a creare quell'atmosfera che ci fa sentire vicini anche con le parole e con il sorriso.

Per l'ASCOLTO ci siamo attaccati per quanto possibile al telefono e fatto una serie di chiamate per far sentire la nostra voce e che comunque **nonostante tutto c'eravamo** e per sapere dei loro stati di salute, di morale ed eventuali richieste a cui avessimo potuto esaudire.

Inoltre, come volontario anche della Protezione Civile di Bergamo, nello svolgere quasi quotidianamente vari servizi di distribuzione di mascherine, buoni spesa, tablet, farmaci, avvisi alla cittadinanza, mi sono reso conto che in questo periodo **quello che più manca alla gente è la possibilità di socializzazione e avere qualcuno che con pazienza sia capace di ASCOLTARE quello che hanno da dire.**

Ritengo che questa situazione perdurerà ancora per molto tempo ma ho la consapevolezza e l'auspicio che ci permetta di riguardare e riconsiderare le nostre aspettative e ci faccia ritornare ad imparare il vero significato della parola UMILTÀ.

Concludiamo queste riflessioni riprendendo le parole del Vescovo nella Lettera Pastorale 2018-2019. “La condivisione del cammino è spesso silenziosa, in ascolto: una presenza simpatica. Condividere il cammino significa condividere la fatica, pur nella diversità di come la si sperimenta. Camminare insieme significa aprire una relazione, una reciprocità non invasiva.”

Come Caritas, pensiamo che animare la comunità al tema della carità possa passare realmente solo attraverso relazioni generative, che nascono da una vicinanza vera, attenta, accogliente. Anche nel vivere questa emergenza, nella condivisione di questo cammino impervio, riconosciamo la potenza dell’ascolto, colonna portante di una carità non superficiale, aspetto irrinunciabile dello stile di vita cristiano.



CARITAS
BERGAMASCA

Preghiera

Signore, insegnami ad ascoltare.

I tempi sono rumorosi e le mie orecchie sono stanche per i mille suoni rauchi che continuamente le assalgono.

Dammi lo spirito del ragazzo Samuele che disse : **“Parla, perchè il tuo servo ascolta”**.

Lascia che io ti ascolti per parlare al mio cuore.

Lascia che mi abitui al suono della Tua voce, affinché i suoi toni mi siano familiari quando i suoni della terra si spegneranno e l'unico suono che rimarrà sarà la musica della Tua voce che parla.

Amen