

SILENZIO PROFILI TEMATICI DI UNA MODALITÀ COMUNICATIVA NON GESTUALE

GIULIANA STECCHINA

SOMMARIO

Introduzione; 1 Il Silenzio Cosmico; 2 Silenzio e Tempo; 3 Il Silenzio Umano; 4 Silere e Tacere; 5 Lettura e Silenzio; 6 - L'ascolto del Silenzio: la Verità Interiore; 7 Comunicazione Silenziosa: la Telepatia; 8 Comunicazione Silenziosa: la Chiaroveggenza; 9 Silenzio Estetico/Silenzio Estatico; 10 Risonanza e Consapevolezza; 11 Ascolto ed Attenzione; Conclusioni;

ABSTRACT

Se la parola segna il confine fra la comunicazione umana e quella animale, la consapevolezza del silenzio e del tempo scandisce il senso della natura, del sapere e della vita interiore. Il silenzio viene analizzato in se stesso, attraverso l'accezione del "silere" e del "tacere" e relativamente alla lettura, all'ascolto e alla mistica, compresa la comunicazione silenziosa della telepatia e della chiaroveggenza

PAROLE CHIAVE

Silenzio; tacere; tempo; ascolto; comunicazione; telepatia; chiaroveggenza; risonanza; consapevolezza

INTRODUZIONE

Luogo comune è quello di abbinare il suono della voce, il significato di parole e frasi, ed i loro contorni gestuali alla maggiore valenza della comunicazione: di fatto di una situazione interattiva si è portati a considerare più interessante la parte intenzionale piuttosto di quella casuale, libera, involontaria; eppure proprio questa è indicativa dello stato d'animo, della mentalità, del vissuto e della memoria. Nel gesto non intenzionale alberga la verità dell'uomo.

Anche se sempre più impellente si fa l'esigenza di ottimizzare il rapporto comunicativo in tutte le sue valenze, spesso esso appare come un ideale lontano, non applicato alla generale quotidianità, o solo là dove collaborazioni e lavoro lo vadano ad imporre. In particolare sembra che al lavoro ed al miglioramento dei suoi risultati si dia un significato maggiore che all'anima e alle tacite caratteristiche che ci appartengono e fanno parte dell'umano bagaglio logico-emotivo. Questo è confermato dal proliferare, in particolare in America, da molti decenni di una vasta letteratura spicciola sulla comunicazione "fai da te" utile soprattutto alla vendita porta a porta di belletti e scope magiche.

D'altra parte il prevalere nella comunicazione lavorativa della necessità scientifica ed oggettiva, funzionale a programmi ed obiettivi, nei consigli di amministrazione riduca di necessità le zone soggettive ed implicite. Prevale la necessità di ottimizzare anche il fattore tempo.

Pur essendo ormai assodato che il visivo è la parte comunicativa cui l'uomo, d'istinto, si affida con maggior frequenza, si deve notare che l'armonizzazione dell'elemento visivo con quello uditivo non sembra conclusione facile ed immediata. Come dire che se nelle modalità comunicative l'occhio è più attento dell'orecchio, nel processo di percezione, valutazione, assorbimento e memorizzazione del messaggio i dati provenienti dai due organi di senso non sono sempre usati in maniera equilibrata e complementare, come, in realtà, sarebbe necessario per una comprensione a tutto tondo di messaggio specifico e persone comunicanti.

La riprova l'abbiamo nella valutazione, condivisione ed assorbimento della parte non detta del messaggio che raccogliamo o mandiamo: frequenti possono essere gli errori. Il silenzio si insinua in questa zona dell'implicito, o del limitato, o dell'educato, o della distanza dall'altro così come dalle proprie stesse emozioni.

Il silenzio ci appartiene quanto la parola, ma, essendo sfrangiato, indefinito spazio del possibile, lateralizzato rispetto al messaggio funzionale spesso non gode del rispetto dovuto. I primi nemici del silenzio sono i mass media che lo ritengono un errore ed hanno abituato il pubblico a non valorizzarlo.

D'altra parte i mass media sposano la logica della società dei consumi dove "parola" coincide con "bombardamento" e dove silenzio appartiene per lo più ad una natura ormai dimenticata, emarginata dal quotidiano vissuto.

La riscoperta del silenzio come problema sociale e psicologico nasce latente in Europa nel periodo di riscoperta delle istanze orientali, attraverso la lettura e la conoscenza di filosofi e pensatori come Osho e Krishnamurti, successivamente (e siamo ormai negli anni 90) il loro pensiero oltrepassa i confini rarefatti della ricerca interiore per arrivare, quando ormai erano sotto gli occhi e orecchi di tutti gli scempi acustici che avevano infestato il progresso, ad una vera e propria denuncia sociale.

Oggi, consolidata la validità della ricerca personale e sociale, possiamo finalmente inserire l'analisi del silenzio in ogni atto comunicazionale ed è proprio in questo alveo di studio che si inserisce il mio saggio. Il lavoro che si dipana dall'analisi del silenzio cosmico a quello umano passando attraverso la nozione di tempo, non sorvola sulle modifiche della percezione silenziosa originate dal dialogo con il testo scritto e con la propria interiorità: elementi solo apparentemente distanti dalla quotidianità del comunicare. In realtà sono convinta che un'obiettivo presa di coscienza della presenza del silenzio

nella storia dell'uomo possa, quasi come un precipitato chimico, propiziare la riflessione su elementi del quotidiano interagire.

I - IL SILENZIO COSMICO

L'elemento che funge da filo conduttore e attraversa, sottile ed impalpabile presenza, il non verbale, il preverbale, il paraverbale e il verbale è il Silenzio: tutti questi aspetti della comunicazione vibrano di questo nesso che, originariamente privo d'identificazione, trova una via definitoria solo se messo in rapporto con la situazione comunicativa nella quale viene a trovarsi.

Il "non verbale" è l'alveo più consono al silenzio che si satura di significato, lasciandosi condurre dal gesto, naturale o artistico, che già di per sé è parola o vero e proprio svolgimento di discorso.

Nel preverbale il silenzio è premessa della parola; nel paraverbale si situa come intercapedine fra suoni, voci, rumori; nel verbale appare sotto forma di pausa, sospensione, ponte nell'articolazione di più discorsi, di più parole.

Il silenzio nel preverbale appare per la prima volta in veste cosmogonica nel libro più letto al mondo e, come si conviene all'essenza della sua natura, non viene nemmeno citato. Aleggja nel primo versetto della Bibbia ed è premessa di quel "Dio disse" che dal secondo versetto viene ripetuto per sei volte e scandisce i tempi della Creazione. Già in chiave cosmogonica delinea una premessa di ordine, sintonia, ascolto. Silenzio come antefatto della parola: una realtà che fa riflettere; nelle Upanishad, infatti, si racconta che ad originare il mondo sia stato un Urlo straziante che ha attraversato l'Universo. Prima del Grido trionfava il Caos, amalgama indistinto, situazione previtale.

Il Grande Grido può essere idealmente assimilato a quello della partoriente; l'associazione gridonascita, si conferma, poi, anche nella partecipazione sonora del neonato che a sua volta emette il primo vagito o pianto che corrisponde al suo primo atto di appartenenza al mondo. In senso cosmico il Grande Grido è come se fosse emanato da un grosso agglomerato paragonabile al pancione materno. La vita che non c'era finalmente appare e si fa sentire con un suono. Se confrontiamo la cosmogonia biblica con quella delle Upanishad potremmo subito azzardare una similitudine: il Silenzio sta alla Parola, come il Caos, o l'Indistinto, sta al Grido.

Dalle prime più evidenti caratteristiche della Parola possiamo, a sua volta, delineare quanto la natura del Silenzio sia già sintonizzata sulla sostanza di quanto "gli si opporrà". Nel secondo versetto della Bibbia leggiamo "Dio disse sia fatta la Luce. E la luce fu". I dati più evidenti di questo messaggio sono l'ordine, inteso nei tre sensi di comando, di armonica disposizione e, soprattutto, visto in se stesso, di frase sintetica, organizzata, compiuta nel suo significato, assolutamente comprensibile, energetica.

La Parola è capita, ascoltata, realizzata nel senso, nell'unico senso che più volte vedremo riprodotto nell'Antico e Nuovo Testamento. L'ascolto biblico è sempre assoluta obbedienza, la Parola è già realizzazione; i tempi di comando e realizzazione sono tanto ravvicinati da apparire simultanei: la "Luce fu". Rapportata ai nostri giorni la Parola di Dio appare come un tasto della luce: si abbassa, e la luce appare. C'è un rapporto di sintonia perfetta e consequenzialità assoluta fra tasto e luce: l'uno è fatto per l'altra. La luce appare. Così avviene nel mondo che risponde alla Parola come una continuazione della sua energia. La Parola è già risposta, e, naturalmente, risposta affermativa. Il "no" viene pronunciato solo dal Diavolo: "*non serviam*", una possibilità che il credente non contempla.

Prima della Parola cosa c'era? Dal primo versetto della Bibbia deduciamo che c'era il Silenzio, cioè una pura energia senza volto né nome, che attendeva di essere regolamentata, di organizzarsi in Vita.

Che la Vita, come la Parola, sia organizzazione lo apprendiamo senza nessun timore di equivocare direttamente da tutte le conseguenti precisazioni descritte nella Genesi. Ogni giorno viene dedicato ad un particolare argomento, e, inoltre, tutta la Creazione si conferma nella specificazione, suddivisione, opposizione di due elementi: cielo-terra, notte-giorno, uccelli-pesci, ecc.. La Parola appare nella sua preminente caratteristica di organizzazione: dopo l'Energia, l'Organizzazione è l'aspetto più ribadito nella Creazione; da ricordare che mai viene fatto cenno ad un Caos precedente, quindi l'aspetto più interessante è che come la Parola è continuazione dell'Energia del Silenzio, così ne riflette la sua Organizzazione. Concetti assolutamente opposti a quelli presenti nella cosmogonia Indiana.

Il Silenzio precedente alla Parola si conferma anche nella sua caratteristica di Concentrazione e Riflessione: il Silenzio è spazio di serenità, volontà, chiarezza: da questa premessa sgorga la Parola. E, ancora, da questo antefatto riscontriamo la realtà dell'Ascolto attento e la possibilità di risposta sintonica del Mondo che reagisce eseguendo senza incertezze. Questo aspetto della Genesi si conferma nell'arco di tutta la Bibbia: infatti la risposta del credente si riassume nelle parole di Maria: "Sia fatta la Tua Volontà". Non ci sono alternative: nell'ascolto Biblico l'azione umana è la continuità della Parola di Dio; esattamente come avvenuto nella Creazione del Mondo.

L'effetto immediato della Parola ci fa anche capire come Essa sia assolutamente sintonica con i suoi interlocutori (uomini o materia che siano): tutti comprendono il Messaggio, non ci sono difficoltà nella decodificazione; tutt'al più, a volte, come nel caso di Mosè, quando riceve dal Signore il compito di andare a parlare col Faraone, ci può essere richiesta di rassicurazione, di sostegno alla propria paura di uomo affetto da balbuzie, conscio dei propri limiti: preghiera di un'ulteriore dose d'Energia, di Parola di sostegno, non di sostituzione di compiti.

La Parola sgorgata dal Silenzio non trova nessuna difficoltà e si predispone all'Ascolto sintonico che è già obbedienza. Silenzio, Verbo, Ascolto e Azione appartengono alla stessa circolarità comunicativa che è conferma di positività. Trionfo di sicurezza, mancanza di dubbio, espansione di Energia. Già nel Silenzio c'è quel nucleo indispensabile di comprensione che costituisce la fluidità della comunicazione, e del rapporto sintonico. Silenzio è già Ascolto, perché è della stessa costitutiva Energia della Parola.

Inoltre, la Parola, per essere valida, deve essere concisa e precisa, a sua volta alonata di Silenzio, per dare la possibilità all'interlocutore di essere ripronunciata nell'ascolto interiore. Più il messaggio è taciturno, più viene concesso all'ascoltatore la possibilità di risentire in se stesso il suono della Voce che l'ha pronunciato: la valenza affettiva del messaggio dato dal tono, dalle sospensioni, dalle pause, dalle attese valorizzanti permette l'adesione empatica al messaggio: Dio è la Parola, Dio è il Verbo; chi l'ascolta accoglie in sé la Luce di Dio.

Viceversa nelle Upanishad non troviamo questa articolazione di passaggi perché da subito viene identificata la presenza ingombrante del Rumore dal quale viene generato un Grido inarticolato: il Silenzio sta alla Parola come il Rumore sta al Grido. Due cosmogonie, due civiltà a confronto: l'una è lo specchio dell'altra: tanto nella prima viene sottolineata la positività, quanto nella seconda l'angoscia dell'indistinto, dell'illeggibile, dell'Energia non precisata, lontana dall'ordine in tutte le accezioni sopra accennate.

Il Silenzio cosmico appartiene alle religioni monoteiste, il Rumore a quelle politeiste.

Il silenzio divino può non essere percepito da tutti, alcuni non lo sentono perché non si pongono il problema, altri perché non è previsto nel disegno della loro vita spirituale; viceversa il silenzio umano è condizione indispensabile ad affinare l'ascolto, la capacità di percepire il non detto, di visualizzare (e anche questo è ascolto) ogni anfratto comunicativo.

2 - SILENZIO E TEMPO

Nella Genesi la Parola sancisce l'ufficiale inizio del tempo: che la Creazione sia o non sia avvenuta in sette giorni di certo la Genesi la codifica e la differenzia in tempi ben precisi. Ancora possiamo notare che nel Paradiso Terrestre il periodo dell'obbedienza e della sintonia con Dio sia presentato come un tempo idilliaco, sospeso, fuori dall'azione concreta e finalizzata, in un clima di contemplazione, lontano da problemi contingenti e sia proprio il Peccato Originale a definire l'aprirsi ad una vita tutta diversa cadenzata dal lavoro, segnata da dolore e fatica. Nell'arco di poche pagine possiamo notare due precisi riferimenti temporali: la Creazione e la Caduta. Due appuntamenti che segnalano anche l'accezione di tempi diversi o, ad essere precisi, di un non tempo contrapposto a tempi cosmici e tempi umani.

Di quanti tempi possiamo disporre? Ma soprattutto cos'è il Tempo e perché metterlo in relazione col silenzio? «Se nessuno me lo chiede, lo so. Se dovessi spiegarlo a chi me lo chiede, non lo so»: queste le parole di S. Agostino nelle sue *Confessioni*. Secondo il filosofo Emanuele Severino «si può dire che con queste parole abbia avuto inizio la speculazione moderna sul tempo».¹³⁹ (Per inciso credo sia indicativa la scelta di questo argomento, inserito nella serie di puntate "Il grillo" condotta per "Rai Educational" e articolata in un costruttivo dialogo con gli studenti; in particolare, questo argomento è stato trattato il 7 febbraio del 2000).

L'imbarazzo di S. Agostino sconfinava con quello che sono in molti a provare per il Silenzio: Tempo e Silenzio sono "contenitori" e "contenuti" nelle azioni e nelle parole, ambedue sfuggono alle definizioni, ambedue prevedono un "prima" e un "dopo", sono ambigui, detengono significati oggettivi e psicologici, interpretabili e modificabili. Appaiono e scompaiono: il passato è qualcosa che non è più, il futuro qualcosa che non è ancora, il presente è costituito da attimi.

Dice Severino: «la cosa fondamentale della nostra vita, ciò che segna la nostra nascita e la nostra morte, ci resta intangibile e invisibile»¹⁴⁰, esattamente come il silenzio: fragilissimo, si rompe con un nulla, si ricompone, muore e rinasce nell'arco di infinite presenze e assenze. Non esiste un "non tempo" come non esiste un "non silenzio": si dovrebbe passare necessariamente ad altre categorie di pensiero e di realtà. Silenzio e Tempo si fondono in specifiche visioni del mondo, filosofie, religioni, psicologie.

Silenzio e Tempo si associano in particolari modi di vivere l'interiorità e il primato dell'Io, e, più in generale, nell'essere vissuti come un *continuum* più o meno palese, sempre presente e sempre pronto ad essere considerato. Molti musicisti e musicofili esperiscono la continuità del tempo e del silenzio nell'ascolto e nell'esecuzione di vari composizioni.

La musica è il regno del silenzio regolamentato, la musica bachiana, ad esempio, nonostante sia un *continuum* di suoni, dato il suo alto grado di consequenzialità e fluidità permette di avvertire la fusione fra tempo e silenzio, pur nella gravidanza di melodie ed armonie. Ciò avviene perché la naturalezza della contabilità non permette di sentirsi oppressi dalla massa sonora e, parimenti, di esperire il silenzio implicito in ogni comunicazione religiosa o filosofica: Bach, probabilmente si proponeva il conseguimento di tutt'e due. Poiché, al di là della cosmogonia, non si può parlare di Silenzio assoluto, avvertiamo nella musica di Bach quel silenzio naturale che non è mancanza di suono, ma equilibrio fra suoni naturali. Equilibrio nella durata, nelle pause, nell'armonizzazione, nella contrapposizione delle voci, nello stacco del tempo (sia esso Andante o Allegro). Bach realizza la sua musica senza forzature, in un clima di naturalezza, che rispetta il ritmo del silenzio anche nell'apparente concitazione delle sue Toccate. È il Silenzio del respiro di ogni essere vivente, e dell'aria che è la continuità e la concessione della vita. Nel tempo bachiano, nel fluire del suo canto

¹³⁹ Emanuele Severino intervista in <http://www.emsf.rai.it/grillo/trasmissioni.asp?d=615>

¹⁴⁰ *Ibidem*

come della sua armonia, si può constatare la presenza del respiro anche nella reazione fisica degli ascoltatori che avvertono un generale, rinnovato benessere appunto nella naturalità della loro respirazione.

Non a caso la musica di Bach, come anche quella di Mozart, viene spesso utilizzata in musicoterapia, con funzione equilibrante del sistema nervoso. Evidentemente permette la sintonizzazione con il ritmo generale della vita che molti identificano col battito cardiaco. L'identità di ritmo fra musica e battito cardiaco ha sempre effetto rasserenante e consente il superamento di ansie e angosce collegate a ritmi contratti e cantabilità aspre. Nella musica di Bach il tempo psicologico è sintonico col ritmo fisico (rappresentato dal battito cardiaco e dal respiro), e col senso generale di tempo cosmico sotteso nella religiosità dei suoi messaggi sonori.

Nella "Toccata e fuga in Re minore", ad esempio, l'ascoltatore anche nell'agglomerato sonoro riesce ad intendere il filo sottile del Silenzio come quello del Tempo eterno che scorre all'interno e al di sopra del contesto musicale: ciò, comunque, non avviene in tutte le esecuzioni, ma solo in quelle in cui l'interprete stesso si rende partecipe della problematica del respiro musicale, alias Silenzio, sotteso tra nota e nota e all'interno delle note stesse. Il silenzio, quindi può essere espresso anche dal suono.

L'interprete conscio di questa problematica sarà particolarmente attento al suo tocco (il peso ed il rapporto generale delle dita sulla tastiera), alla scelta dell'agogica (dinamiche sonore), al mantenimento del ritmo. Non tutti gli interpreti sono all'altezza di queste sfumature che fanno la qualità dell'esecuzione e che inseriscono la Musica, tutta la musica, nella naturalità del Divenire. Il senso del Tempo è sentimento sotteso nel Respiro universale, rappresentazione del grande Silenzio che sorregge ogni nostro respiro. La grande musica, rappresentata dai migliori interpreti, ci permette di esperire l'identità fra il respiro del Silenzio e l'andare del Tempo, e, anche, capire che sono la stessa identica cosa. Poter godere di questo tipo di ascolto è insieme esperienza estetica, filosofica e religiosa: perfetta fusione col Tutto.

Non sempre si è stati così attenti al tempo interiore, al ritmo psicologico, e al tempo divino: in passato, per capire cosa fosse il tempo, gli antichi non guardavano dentro sé stessi o alle loro istintive reazioni motorie psicologiche e fisiche (altro fondamentale modo di vivere il tempo), ma alzavano gli occhi al cielo e alle stelle, guardando il movimento del cosmo, vi vedevano riflessi i movimenti del tempo e del tutto cosmico di cui si sentivano parte integrante. L'uomo è parte di un movimento generale di cui il tempo ne è rappresentazione.

Per raggiungere il silenzio interiore bisogna ritornare bambini curiosi e nescenti, pagine bianche che anelano ad esser scritte o riscritte meglio. Il silenzio fattore di crescita, liberazione da credenze limitanti, propiziatore di cultura rinnovata. Soprattutto momento di consapevolezza del fatto che assunti, credenze, premesse, superstizioni, speranze possano diventare più reali della realtà, e creare quella rete di illusioni chiamata "maya" nella filosofia indiana. Semplicemente sottrarsi al tempo e cancellare il passato.

Affiancata da questo tipo di lettura catartica va ricordata la lettura moderna che, secondo Citati, è anche desiderio di uccidere il tempo, «scatenamento della fantasia e dell'immaginazione», desiderio di pura evasione. La motivazione del passatempo non si ascrive alla crescita della persona, ma al suo bisogno di rilassarsi dagli impegni quotidiani, una fuga o alienazione potenziata in una società, o in una politica che combatte la critica e l'autocritica, perché possono turbare il sistema. Una sorta di "panem et circenses".

Ben altro è il silenzio interiore, sottrazione dal disordine, pratica da percorrere, da sperimentare nel personale vissuto molto più che nella parola, che, tra l'altro, l'infrange. È discernimento tra bene e male, strategia dei "no" efficaci. Richiede un periodo appropriato di lenta acquisizione, un lavoro di sorveglianza del pensiero: un preciso indirizzo della mente. La mente ha l'abitudine di vagare: rimugina il passato, immagina il futuro, si predispone alla sofferenza o all'evasione, il controllo mentale è prima di tutto adesione al presente; consapevolezza di ogni azione, sensazione, pensiero. I

grandi maestri Indiani ripetono sempre il tema del dominio mentale come percorso obbligato verso la consapevolezza del sé.

C'è una profonda relazione fra il silenzio e la dimensione temporale sia in una configurazione cosmica che in un processo psicologico: se il silenzio è anche consapevolezza necessariamente il suo tempo sarà sempre il presente; il silenzio mentale si realizza nel presente, solo nel presente, nella valorizzazione dell'attimo, possiamo percepire la gravidanza della vita, l'energia che scorre in ogni essere umano. Di questo la mente è consapevole. Quando si parla di mente, si intende la compartecipazione di emisfero destro ed emisfero sinistro. L'emisfero destro è preposto alla spazialità, creatività, poesia, musica, colore, intuizione; l'emisfero sinistro alla scrittura, parola, logica, consequenzialità. In situazione di stress un emisfero tende a prevalere e la persona diventa o troppo rigida (prevalenza dell'emisfero sinistro) o troppo fantasiosa (predominanza dell'emisfero destro).

Se il silenzio è una conquista molte sono le proposte per riuscire a conquistarlo: cadenzare il respiro, controllare l'attività oculare, contare con attenzione fino a 5, o poco più. Sono azioni semplici che, svolte a ritmo rigorosamente cadenzato, aiutano nel percorso di perfetta assimilazione del presente, e del dominio del proprio cervello. Ma non solo, anche del corpo che abitiamo.

Per ritornare al mondo sonoro, sempre nel contesto della comunicazione, il silenzio riveste un particolare aspetto che afferisce tanto al messaggio verbale che a quello non verbale. Il silenzio è luogo del gesto così come della parola (ma spesso il gesto è a sua volta parola implicita, immaginata, tacitamente suggerita), può essere contenuto o contenitore, aspirazione ad altro o concentrazione sul presente, respiro o vera e propria sosta, distacco dalla comunicazione: intende sempre valorizzare in modo conscio o inconscio il fattore tempo, assolutamente indispensabile al ritmo del discorso, al senso del rispetto dell'altro (della sua capacità di assimilazione del dato cognitivo o emotivo), ovvero all'ossequio verso il mezzo cui si riferisce.

Circa il "mezzo", solo per accostarci alla sua complessità, possiamo brevemente riflettere su quanto possano influire sullo stile della comunicazione: il cellulare, onnipresente riempitivo nell'*horror vacui* adolescenziale, invece, scotta nelle mani del dirigente che definisce gli ultimi aspetti operativi di un accordo; gli s.m.s. hanno modificato e continuano a modificare il tenore del linguaggio scritto così come gli m.m.s, il facebook, e la conferenza telematica, in genere articolata sulla lingua inglese: il mezzo modifica il tenore del linguaggio, le abbreviazioni delle parole, l'invenzione di neologismi, la stessa scrittura. La grande funzionalità del mezzo si associa sia alla rapidità che alla continuità del rapporto comunicativo, e gli opposti delineano anche quanto il mezzo si adatti alle più svariate situazioni, duttile strumento di parola in eterna osmosi.

Mentre in questa modalità di contatto la parola è il solo elemento modificabile, altri mass media, più vicini alla semplicità del linguaggio parlato, riproducendone la sua naturalezza, si accostano anche al silenzio come elemento costitutivo del discorso. Di più, il silenzio appartiene in maniera equa tanto alla comunicazione verbale che a quella non verbale. Molte sono le arti che si esprimono nell'assoluta mancanza di parola: così il teatro delle ombre, o quello del mimo, dove il gesto sostituisce la parola, per meglio dire diventa parola, in una comunicazione che si allontana di magia proprio perché allontanata dal sonoro.

Per converso, nello specifico, non è fuor di luogo ricordare che il mezzo radiofonico fugge il silenzio come un errore, mentre quello televisivo può gestirlo con maggiore libertà, la visione garantendo la continuità del messaggio e dell'attenzione; all'interno dello stesso mezzo; poi, il telegiornale, ad esempio, richiede parola più stringata con pausa praticamente inesistente, là dove una gag ha tutto da guadagnare dalle sospensioni che enfatizzano l'ilarità o il senso di attesa condiviso nel pubblico.

Una decina di anni fa il cantante Adriano Celentano, per l'occasione prestato alla conduzione televisiva, tentò di gestire il video con lunghi silenzi, non vi riuscì e la critica, allora, non lesinò commenti negativi: questo avvenne perché la sua mimica facciale e la sua gestualità non erano abbastanza ricche di sfumature, e, quindi, non pregravano il silenzio di significati impliciti. Si

prospettò, in quella occasione, il silenzio vuoto, l'appiattimento mentale, la vacuità del pensiero: silenzio come mancanza, depauperamento, laddove, al contrario, per motivarsi dovrebbe tratteggiare una saturazione di argomenti. Il silenzio della riflessione, viceversa, è fuga dal rumore dato dalla parola superficiale, quello che distoglie dalla concentrazione, dal seguire una precisa linea di pensiero.

Il silenzio significativo realizza un rapporto ottimale col tempo, saturandolo di riflessioni o suggestioni. Il tempo collegato al silenzio concede alla natura umana la dimensione divina, realizza un legame tra cielo e terra. Vivere l'«adesso» significa non permettere che il rumore del tempo, la paura per il futuro e il ricordo delle sconfitte passate possano turbare l'attimo che si sta vivendo: abbiamo la piena responsabilità della nostra dimensione interiore, dobbiamo cominciare ad indirizzare in modo corretto i nostri pensieri e il nostro senso del tempo al presente.

«*Hic et nunc*» riproposto anche in chiave quotidiana e mistica. Paul Watzlawick conclude il suo libro «La realtà della realtà» con un'osservazione pertinente: «Tutti coloro che hanno cercato di esprimere l'esperienza del puro Presente hanno trovato il linguaggio terribilmente inadeguato»⁴¹. Osservazione che, pur distante di migliaia di anni, si affianca a «Il Tao che si può esprimere non è il vero Tao», detta da Lao Tzu 2500 anni fa.

Quando al maestro Shin-Tou fu chiesto di spiegare l'insegnamento definitivo del Buddhismo, rispose: «non lo capirete fino a quando non l'avrete». D'altra parte quando lo si ha non si sente il bisogno di alcuna spiegazione. Silenzio sull'essenziale. E Ludwig Wittgenstein, conclude il suo *Tractatus Logico-Philosophicus* con la famosa frase: «Di ciò di cui non si può parlare, si deve tacere». L'attimo, nella sua sacralità è contaminato, forse profanato dalla parola.

Solo l'«adesso» consente l'equilibrio: lo possiamo dedurre anche dalle figure della mitologia greca: Prometeo ed Epimeteo. I due fratelli che la natura aveva reso d'indole opposta: Prometeo era il preveggenete, il provvido, colui che riflette prima, Epimeteo, invece, l'imprudente, colui che capisce o impara dopo, che riflette in ritardo; erano figli del titano Giapeto e della ninfa Oceanina Climene. Prometeo raggiunge l'Olimpo con l'intenzione di sottrarre il fuoco agli Dei per donarlo agli uomini, ne comprende l'indispensabilità e se ne fa carico, così come ruba lo scrigno dove Atena aveva riposto l'intelligenza e la memoria, che pure regala alla specie umana; ad Epimeteo, invece, viene affidato il compito di distribuire saggiamente «le buone qualità» fra tutti gli esseri viventi, ma senza pensare egli comincia dagli animali lasciando ben poco per gli uomini.

Epimeteo, proprio perché poco intelligente, distribuisce agli animali doti che avrebbe dovuto elargire agli uomini; inoltre sposatosi con Pandora, donna bellissima ma, purtroppo, con caratteristiche simili alle sue, le affida il vaso in cui sono rinchiusi tutti i mali degli uomini: fatica, malattia, vecchiaia, pazzia, passione e morte. Pandora, curiosa, lo apre e gli affanni si diffondono per il mondo: tutti tranne una, la speranza, che da quel momento ebbe il compito di sostenere gli uomini anche nei momenti di maggiore disperazione.

In relazione alla nostra ricerca sul tempo rapportato al silenzio è interessante notare che il nome dei due fratelli ha in comune la stessa radice: «meteo»-tempo. Ambedue si relazionano al tempo ma hanno un atteggiamento opposto. In un certo senso rispecchiano la favola della formica e della cicala: la prima previdente, la seconda avventata e dispersiva. Il fatto però che il loro nome abbia una comune radice indica che il loro legame è perennemente indissolubile e che, uniti da destino contraddittorio ma intimamente collegato, debbano procedere sempre appaiati. A perenne indicazione degli errori insiti in ogni scelta umana. Il mito rappresenta la contraddizione di chi anela al progresso ma cade nella distruttività, spesso nascosta in una squilibrata gestione del tempo.

Sia Prometeo che Epimeteo non vivono il presente, l'attimo, l'«adesso»: non sanno dominare il rumore dei loro pensieri, non sanno fare silenzio ed ambedue sono destinati ad una dura condanna.

⁴¹ P. Watzlawick, *La realtà della realtà, Confusione, disinformazione, comunicazione*, Roma, 1976

Prometeo, incatenato ad una colonna, sarà sottoposto alla tortura perenne di avere il fegato mangiato da un'aquila, ad Epimeteo andrà meglio in senso fisico, ma gli resterà il rimorso di aver commesso un'azione deleteria.

I due destini legati al tempo sono, implicitamente, legati anche al silenzio. La conquista di Prometeo era troppo importante per poter essere taciuta ma, come ben si sa, la pubblicità non è mai giovata nel rapporto con gli dei i quali, invidiosi delle glorie umane, lo punirono aspramente; allo stesso modo se Epimeteo avesse taciuto alla moglie Pandora l'importanza di quanto contenuto nel vaso, questo non sarebbe stato aperto: ma Epimeteo non era previdente. La valenza silenziosa dei due personaggi mitologici è, quindi, duplice: da una parte il Silenzio come cosmica antitesi al rumore interiore, dall'altra il Silenzio come scelta prudente, saggezza comportamentale. Prometeo ed Epimeteo con i loro errori anticipano la massima evangelica: «Le vostre parole siano sì, sì e no, no». La soluzione tacitiana della riservatezza, del senso del limite e dell'equilibrio si conferma valida in ogni cultura.

Il silenzio e la consapevolezza propiziano una sospensione temporale; fedele a questo assunto Osho detta questa lapide per la sua tomba: "Osho mai nato, mai morto, ha solo visitato questo pianeta terra tra l'11/12/1931 e il 19/1/1990". Il silenzio più vero fa tacere anche il tempo, semplicemente lo annulla. Kabir, il più famoso dei poeti mistici di lingua hindi, vissuto nel quindicesimo secolo, scriveva: «Se sei un vero ricercatore, mi puoi vedere in un istante: puoi incontrarmi in un attimo fugace. O Amico! Dio è il respiro di ogni respiro».

Paul Watzlawick dice che « (...) incastrato fra passato e futuro c'è il momento infinitamente breve del presente. È la nostra esperienza più immediata e più intangibile della realtà. Il presente non ha lunghezza e tuttavia è l'unico punto del tempo in cui quel che accade, accade e quel che cambia, cambia. È passato prima ancora che possiamo diventarne consapevoli e tuttavia, dal momento che ogni attimo presente è seguito immediatamente da un nuovo attimo presente, Il Presente costituisce la nostra unica speranza diretta della realtà».

3 - IL SILENZIO UMANO

Il silenzio rappresenta una forma di comunicazione dotata di doppia ambiguità poiché da una parte si relaziona col "non verbale" (mancanza di preciso significato) e il "para verbale" (il messaggio del gesto, della mimica, della prossemica); dall'altra può offrirsi ad interpretazioni più vaste ed articolate di quelle date da qualsiasi parola (dal misticismo all'incomunicabilità). L'ambivalenza ci si presenta quotidianamente: il silenzio tra due innamorati ha un significato molto diverso rispetto a quello di due persone che si ignorano. La localizzazione del significato è ulteriore caratteristica del silenzio: esso si situa esclusivamente nella mente degli interlocutori, emittente e ricevente (sono solo loro a delineare il silenzio in ambiti specifici). Per questo motivo è spesso corredato da una mimica facciale più specifica, anche se non sempre di unico significato.

Nell'ambito della comunicazione interpersonale può avere caratteristiche psicologiche, sociali, filosofiche, mediatiche, naturali, culturali, artistiche; in seno alla comunicazione con se stessi valorizza il rilassamento, la concentrazione, la meditazione, la preghiera.

Nel rapporto interpersonale il silenzio può essere sintonico o disinteressato: prudente o rispettoso, poetico o afasico. Non è citabile. Ambiguità e libertà sono le principali caratteristiche del silenzio sociale. Spesso gli vengono accordati significati diversi, proprio perché indefinito. Questa sua caratteristica estremamente mobile, lo rende duttile contenitore e, in forma di pausa, prezioso contenuto.

Alona ogni esperienza di vita, ed è, anche, il primo riferimento mentale legato alla morte. La "pace eterna" è il silenzio della morte. Dato lo spazio che concede all'anima, è luogo di poesia e di

meditazione. La parola poetica è sempre alonata di silenzio, elemento indispensabile per saturare di significato ogni immagine artistica. Se è malato è afasico, alessitimico, muto. Al contrario della parola non subisce trasformazioni semantiche, né connotative né denotative, anche se il suo essere polisenso lo lega a differenti codici antropologici, che possono variare da latitudine a latitudine, a seconda del diverso significato delle espressioni facciali. In Uzbekistan, ad esempio, probabilmente con significato apotropaico e per allontanare l'invidia degli Dei, gli sposi non devono dimostrare gioia nel tempo del rito nuziale, il corteo nuziale è sempre muto e triste, esattamente il contrario di quanto avviene nella tradizione occidentale; ricorda, per similitudine il fatto che in Cina si fanno al neonato le critiche più tremende anche qui per preservare il bimbo dalle forze negative e non attirare l'attenzione degli Dei invidiosi.

Ma al di là di alcune specificità particolari, il silenzio non presenterà mai le trasformazioni semantiche offerte da alcuni lessemi. Basterebbe a tal proposito ricordare «il caso ben noto del termine “testa”, che in latino significa anfora di coccio, in seguito metaforizzato scherzosamente ad indicare il capo, e ancora dopo diventato equivalente di “capo”, senza più nessuna connotazione ironica»¹⁴².

Le metamorfosi di carattere sociale, etico, religioso non possono incidere sull'efficacia del silenzio così come, invece, agiscono su quello della parola, delle usanze e del costume. L'elemento qualificante del silenzio può essere più il contesto (letterario, storico, sociale, linguistico, antropologico) che lo stesso testo. In quanto sempre dotato di polisenso il silenzio è elemento costitutivo della poesia: come contenitore, contenuto, e aleggiante in molti significati impliciti nella parola stessa. Spesso situato nello spartiacque fra realtà e magia facilita la vaghezza e la titubanza interpretativa.

È poetico nella misura in cui lascia al lettore “l'iniziativa interpretativa”, espressione felice di Umberto Eco¹⁴³. Direi che l'interpretazione è insita nel suo destino, assolutamente inevitabile. Il suo messaggio non è mai sguaiato, e nemmeno volgare, ma sempre elitario. La sua fruizione apre dialoghi interiori, aperture alla possibilità, spazi alle sensazioni senza nome che inducono all'equilibrio del pensiero. È il nemico più famoso del rumore: sociale o interiore che sia. Molti mezzi di comunicazione in realtà impediscono all'uomo di comunicare davvero, spesso debordando nel rumore-chiacchiera, nel bisogno di riempire spazi di riflessione, vissuti come pericolosi. “Voi, non siete che ciarlatani, dei medici da nulla! Chi dunque vi insegnerà il silenzio, saggezza che potrà esservi utile” (Giobbe 13, 4-5). Evidentemente il panico del silenzio aleggiava già in tempi biblici.

C'è anche un silenzio che non appare a prima vista, un delicato ponte sospeso fra parole anche lontane tra loro, un silenzio impalpabile che permette salti di fantasia, ardite similitudini, visioni poetiche anche in seno alla vita quotidiana. Tutti i simboli sono contornati da silenzio. In senso etimologico “sum-bolos” significa “con il coccio rotto”, i latini lo chiamarono “*tessera hospitalis*”, può essere tramandato anche di generazione in generazione e diventerà un elemento di riconoscimento. Due amici che dovevano allontanarsi per un lungo periodo, rompevano un coccio a metà: ognuno di loro ne avrebbe tenuta una parte, a ricordo della loro amicizia e a promessa di un futuro ritorno. C'è qualcosa di intimamente nostalgico nel simbolo, un ricordo, una promessa, un sottile legame silenzioso fra passato e futuro in un presente di rottura.

L'oggetto simbolico è testimonianza muta, ma il simbolo aleggia anche tra le parole, le fa diventare importanti, le collega col mito, con la leggenda, con la fiaba. Il simbolo rende eterne le parole: la corrente letteraria dei simbolisti ne è la testimonianza. Si associa nella sua valenza silenziosa alla metafora: ponte non più fra persone nel tempo ma fra parole, espressioni che diventano visioni, immagini che entrano nei significati.

¹⁴² G. Dorflès, *Elogio della disarmonia*, Milano, 1992, p. 170.

¹⁴³ L'espressione trovasi spesso, ad esempio, in U. Eco, *Lector in fabula*, Milano, 1979

All'interno del rapporto fra due o più parole, quindi, il silenzio si offre al simbolismo e alla metafora: cioè alla parte creativa del discorso e del linguaggio. Fiabe e miti si alonano di silenzi, perché abitano luoghi senza tempo e tempo senza luoghi. Il silenzio assoluto è utopico o malato o catartico, ma spesso anche quello relativo instaura un controcanto magico con la realtà. È l'antitesi della Torre di Babele, nel suo nome non ci sono mai stati dissidi, necessità psicologiche di prevalenza o, peggio, aperture di conflitti. Non è contaminato né dalla omoglossia né dall'eteroglossia.

La Bibbia narra come gli antichi abitanti di Ninive, insuperbitisi, volessero dare la scalata al cielo costruendo una torre altissima; e come, per punizione divina, fossero colpiti dall'eteroglossia, ossia ognuno cominciasse a parlare una lingua diversa, rendendosi incomprensibili gli uni agli altri. Questo racconto è confermato¹⁴⁴ anche da una versione persiana, secondo la quale Ariman, un'entità demoniaca, fosse stato l'ispiratore del progetto. Al mito della disarmonia, risultato dell'orgoglio dell'uomo, si contrappone la narrazione neotestamentaria in cui per miracoloso intervento divino, gli Apostoli nel giorno della Pentecoste, "pieni dello Spirito Santo", sono improvvisamente capaci di esprimersi nelle più diverse lingue, suscitando solo gioia e comprensione. L'opposto risultato è raggiunto da due elementi: la modestia umana di fronte all'Assoluto e la presenza dello Spirito che, come elemento predominante nella sua natura ha proprio il Silenzio, massima concentrazione di Energia ed Amore.

Nella torre di Babele viene per la prima volta ufficializzato l'effetto negativo del rumore nella storia umana. L'orgoglio, la prevalenza, la sfida sono già rumore, rumore interiore; il passaggio dal rumore interiore a quello sociale appare inevitabile. Il linguaggio non è più comunicazione ma manifestazione di solipsismo: ognuno parla la propria lingua, cioè diventa autoreferenziale. Babele dentro di noi: torri dell'incomunicabilità.

Per zittire il rumore interiore, sono in molti a suggerire il percorso del deserto: via scomoda ma salutare, per ricreare il giusto equilibrio con la natura e con se stessi. L'attraversamento del deserto può essere metaforico o reale; metaforico come semplice, temporaneo isolamento dal consesso umano per rivitalizzare o riscoprire certi valori, energie, punti di riferimento; reale perché sono in molti a credere che la scelta di Cristo nei famosi 40 giorni, sia esperienza da vivere direttamente sulla propria pelle, in una necessità di fatica fisica e morale.

Deserto e silenzio sono da sempre associati e sono sinonimo di libertà, verità e riscoperta di se stessi. Il primo contatto col deserto fa paura, rende inutile ogni bagaglio culturale, consci della propria fragilità, inseriti in una dimensione temporale del tutto estranea all'esperienza normale. Tutti gli esploratori ce l'hanno confermato: la prima scuola del deserto è la solitudine, la paura e la pazienza. In questo scenario avulso dalla civiltà, eterno come le montagne, avviene, passo dopo passo, l'esperienza del graduale superamento dell'angoscia, e della conquista dell'equilibrio interiore, da cui sgorgano non infrequenti sensazioni di gioia e pace. La natura sovrastante penetra la psiche dell'esploratore solitario, che vuole incontrare il suo vero sé: talvolta silenzio è sinonimo di tacere, inteso come atto volontaristico e l'ascolto è implicito nel suo esistere

¹⁴⁴ Ce lo ricorda G. Dorfler, *Elogio alla disarmonia*, cit., p. 18

4 - SILERE E TACERE

L'associazione col deserto ci impone di sviscerare il significato del silenzio in rapporto alla doppia accezione prospettata dai Latini: silere e tacere sono due aspetti del silenzio che possono interagire tra loro, ma distinguibili. "Silere" è affermazione del silenzio, mentre "tacere" è negazione del suono. I due concetti non sono identici. Al "silere" si collega la mistica, l'arte intesa come poesia, pittura, musica, architettura, creatività, inconscio, natura. Al "tacere" viene associata la volontà del singolo individuo, l'equilibrio, la saggezza, la prudenza, la paura.

"Silere" rappresenta la calma delle cose, la mancanza di rumore interiore ed ambientale. Spesso dagli scrittori viene riferito alla notte, al mare, ai venti (un giorno senza vento è *dies silens a ventis*); non si tratta dell'oggettivazione di uno stato soggettivo nella natura, ma viene riconosciuto come fatto autonomo e primario. Solo in un secondo tempo il silenzio delle cose diventa il silenzio degli uomini, che riescono a non turbare quello stato solo se frenano il loro bisogno di parlare o far rumore.

"Silere" è atteggiamento che confina con lo "stare in silenzio", modalità comportamentale che nella mera educazione può abbracciare atteggiamenti di interesse e disinteresse.

«La delusione d'amore canta, la tristezza della conoscenza parla, la malinconia del desiderio sussurra, l'afflizione della povertà piange. Ma esiste un dolore più profondo dell'amore, più elevato della conoscenza, più forte del desiderio e più umano della povertà. È silenzioso, non ha voce ma occhi scintillanti come le stelle.» Sono parole del poeta e pittore libanese Kahlil Gibran: forse la convivenza di due arti sollecita in lui l'irradiarsi del "tacere" nel "silere" per ascendere a complici visioni notturne.

"Tacere", invece, è la "cessazione del parlare"; ma, poiché in italiano non esiste un sostantivo derivato da tacere che indichi questo stato, si è usato "*silentium*" in ambedue i casi e questa scelta obbligata origina tutt'oggi una certa confusione sia mentale che comportamentale.

Wittgenstein conclude il suo *Tractatus logico philosophicus* con la nota frase: «Ciò di cui non si può parlare si deve tacere». "Tacere" è un atto di volizione personale ed umana a cui si contrappone il "silere" della mistica. La contrapposizione non è netta: prova ne sia che il "tacere" può essere un passaggio necessario, un mezzo formativo per raggiungere il "silere", anche se fra lo stare zitti e l'essere nel silenzio spesso può svilupparsi una distanza temporale di molti anni, corrispondente ad una significativa crescita interiore.

Consapevole della formatività del silenzio, Pitagora chiedeva ai suoi discepoli un "saper tacere" della durata di ben cinque anni. In questo lasso di tempo essi potevano soltanto ascoltare i suoi insegnamenti. Sicuramente una scelta pedagogica mirata. Non dimentichiamo che la parola silenzio rimarca la continuità della funzione auditiva. Quando l'audizione è uguale a zero, l'udibilità continua ad esistere ed è percepita sotto forma di attesa. Il silenzio pitagorico esalta, nell'attesa, il valore degli insegnamenti del maestro.

L'ascolto è processo attentivo nel quale il mondo interiore si annulla davanti al suono dell'altro; così, per ritornare da dove eravamo partiti, nel deserto il suono è attutito, quasi inesistente, come lo spostamento della sabbia sotto i piedi, il rumore del vento che può diventare bufera, ma in genere è solo sognato. Il viaggiatore solitario esperisce il silenzio esteriore come un vero e proprio laboratorio dello spirito. In tale contesto si sviluppa il silenzio interiore: prima condizione per un sincero ascolto. Quotidianamente possiamo scegliere tra Babele e deserto, tra chiacchiera e qualità della comunicazione: fra stare in silenzio e fare silenzio, fra udire e ascoltare.

Se la parola ha effetto disgregante, il silenzio è frutto e premessa di accordo, perché, al minimo, è spazio di ascolto. Ci sono silenzi regolamentati dal consesso umano, regole sociali alle quali ci si sottopone senza incertezze, perché assolutamente codificati: un conferenziere parla davanti ad un pubblico silenzioso, un ufficiale che si rivolge alle truppe, ugualmente sarà circondato dal silenzio dei commilitoni. Il silenzio definisce ruoli, gerarchie, compiti, educazione, regole, situazioni.

Ma il doveroso punto di partenza nella disamina del panorama sonoro è il silenzio che possiamo sperimentare in qualsiasi momento della giornata: il silenzio della lettura.

5 - LETTURA E SILENZIO

Il primo possibile rapporto che in questo preciso momento possiamo intessere col silenzio è quello della parola scritta che stiamo vedendo sotto i nostri occhi: anche questa, come ogni parola, sottende un concetto. Ma la lettura di questa specifica parola evidenzia ancor meglio quanto effettivamente avviene nella lettura in generale. In tale contesto è quanto mai pertinente riflettere sull'atto del leggere: la sensazione che emerge di primo acchito è il silenzio della parola scritta e dei suoi effetti nella mente di chi legge. Lo scritto è sempre alonato di un silenzio che è scelta di una situazione prevalentemente mentale, lontana dalla sensibilità acustica.

Tra i Greci, la lettura ad alta voce costituiva la forma più diffusa, perché più empatica. Non solo perché i lettori erano pochi ma anche perché il "kleos", il "suono" (che vuol dire anche "gloria") stava nei sogni di tutti gli eroi e, per estensione, in quelli del pubblico affascinato dalle loro gesta. L'eroe desiderava che le sue imprese venissero declamate davanti ad un vasto pubblico, diffuse con sentimento e gestualità appropriate, suono e paraverbale erano strettamente vincolati. L'azione di rinforzo era ritenuta indispensabile, visivo e uditivo si sposavano nella declamazione.

Allora, la voce-suono era fondamentale, ed era sempre ritenuta indispensabile ad integrare lo scritto. Gli accordava armonia, pathos, gli conferiva il giusto eco sonoro e interiore. Il libro era ascoltato e scritto per venir ascoltato. Il lettore, in piedi davanti al consesso, accompagnava la lettura con movimenti della testa, e delle braccia: leggere era una vera e propria rappresentazione, quasi un "cantare", da cui, appunto decantare.

Accanto a questa lettura "ufficiale" legata al suono, la Grecia, a partire dal quinto secolo, ci tramanda anche la lettura silenziosa, in certo qual modo protetta dalla figura di Socrate che «ascoltava le parole silenziose del suo demone risuonare dentro di lui: ne udiva l'eco, il mormorio, e talvolta gli sembrava che fonti divine e demoniache gli penetrassero nell'orecchio come versate in un'anfora»¹⁴⁵. L'ascolto cambia modalità, si interiorizza, si fonde con il discorso che ogni lettore apre con se stesso, o con il testo.

La scrittura ha tolto suono alla parola ma le ha elargito una migliore interiorizzazione. «Rimane il soffrire segreto, dal buio sorge il dolore, ma l'istante cieco di suono è più vivo del tempo canoro»: così leggiamo ne "Le trecento poesie T'ang"¹⁴⁶. Ad ogni latitudine, in ogni civiltà il silenzio si rapporta ad una gravidanza emotiva ed intellettuale. D'altra parte la lettura è luogo di attenzione, e, come tale, discriminante in riferimento agli avvenimenti circostanti. L'attenzione evidenzia un elemento e relega sullo sfondo tutto quanto non attinente all'argomento prescelto; è elemento imprescindibile in ogni processo mentale; per questo motivo, la lettura è anche scuola di attenzione. Non a caso la biblioteca monastica aveva la stessa pianta di una chiesa gotica: un'aula oblunga, percorsa al centro da un corridoio vuoto, e, con le due navate laterali occupate da una fila di banchi paralleli sui quali erano agganciati i grandi manoscritti. Una zona di assoluto silenzio anche dovuto al particolare studio della Bibbia che in quel luogo veniva svolto. La lettura era anche contemplazione delle miniature che arricchivano ogni pagina e che permettevano di immedesimarsi ancor più nello spirito della lettura, contemplando le scene descritte nel testo

¹⁴⁵ P. Citati, *L'armonia del mondo*, Milano, 1998, p. 55

¹⁴⁶ Aa.Vv., *Le trecento poesie T'ang*, Torino, 1961, p. 295

A sua volta l'attenzione nella lettura è silenzio, l'isolamento dal mondo circostante si apre ai panorami rarefatti del dialogo interiore. L'ascolto da proiezione verso il mondo esterno si è fatto interiorizzazione, arricchendosi da una parte e impoverendosi dall'altra. In un certo senso la lettura è insieme dialogo con se stessi ed interesse verso il pensiero dell'altro; se è vero che nel rapporto interpersonale il messaggio prevalente non è costituito dalla parola, nella lettura questa assume un valore pressoché assoluto, a tutto vantaggio del ragionamento.

Il livello emotivo è dato solo in parte dal contesto o dall'ipertesto ma dallo stesso scritto, qualora questo si orienti verso messaggi poetici o morali o religiosi o politici. È l'interesse per l'argomento a gestire il livello emotivo del lettore, non elementi di contorno che potrebbero essere anche fuorvianti. Nella lettura si instaura un rapporto di forze paritetico: c'è il libro e c'è il lettore; impaginazione, scelta dei caratteri, fotografie, grana del foglio non possono modificare la qualità del testo ed il suo grado d'interesse. Non in relazione ad un lettore maturo, culturalmente formato.

Altro è nella parola detta, dove simpatia, estetica, situazione ambientale possono giocare ruoli di più significativo rispetto. Le variabili nella lettura sono relative e, certo, ridimensionabili nel tempo, dato che ogni testo può essere riletto e, quindi, rivissuto in condizioni ottimali o, comunque, emotivamente diverse. Il silenzio della lettura, ambientato in un tempo pressoché infinito e in un luogo che non si relaziona col testo, rende la persona libera, più autonoma nei pensieri, nei contraddittori, nei consensi e ripensamenti. In relazione al tempo la parola scritta è assoluta e invariabile, quella detta è relativa.

C'è, quindi, una relazione temporale di non lieve entità: "*verba volant, scripta manent*" è massima latina che solo il carattere aleatorio degli sms sta in parte riducendo. "In parte" perché la coscienza che un "Grande Fratello" sta memorizzando in un luogo ignoto e per un certo lasso di tempo ogni messaggio cellulare, riduce di molto ogni leggerezza o superficialità. Almeno in chi ne abbia coscienza. Il silenzio della lettura è conquista diffusasi via via nell'ultimo millennio, privilegio solo di chi possa accettare lo sforzo di una difficoltà iniziale, e di una persistenza nell'isolamento dal circostante.

Nel silenzio della lettura non possiamo dimenticare anche il valore della risonanza, la capacità di rivisitare non solo la parola scritta ma anche le proprie personali risposte, emozioni o pensieri che siano. La risonanza è il tempo silenzioso dell'appropriazione, il tempo della modifica interiore, dell'ascolto e del riascolto anche del suono interiorizzato (come quello di una voce amata che risuona nella mente in particolari situazioni come ad esempio durante la lettura di una poesia), della crescita o della confusione, del normale tragitto dei perché.

La risonanza è dialogo con se stessi, accettazione delle proprie contraddizioni, conquiste o sconfitte: il silenzio della lettura protegge queste modifiche interiori, questi ascolti capillari, che si nutrono di particolari, similitudini, contraddizioni. Mentre nel dialogo con l'altro si può facilmente prospettare un persuasore ed un persuaso, o un vincitore e un vinto, nel silenzio della lettura la verità interiore non ha difficoltà ad emergere, non ci sono "facce da salvare", forze da arginare, solo percorsi da valorizzare nel migliore dei modi.

6 - L'ASCOLTO DEL SILENZIO: LA VERITÀ INTERIORE

La "Verità interiore" corrisponde ad una delle risposte più interessanti offerte dall'I Ching, l'arte cinese della divinazione. In cinese "T'c'iong fu", la risposta 61 dell'I Ching, è un concetto di piena gioia, rappresentata, secondo la tradizione dell'immagine che chiarisce ed esemplifica la parola, da una zampa di uccello sopra un pulcino.

Nella "Verità interiore" c'è, quindi, l'idea della covata. Nella prima traduzione dell'I Ching proposta in Europa da Carl Gustav Jung si approfondisce il significato dell'immagine, riflettendo sul fatto che

“l’uovo è cavo” e “la forza del luminoso deve agire vivificando dall’esterno”, come dire che luce e calore permettono all’uovo di schiudersi, di aprirsi alla vita: questo è l’effetto della verità interiore nella vita di ciascuno di noi. Ma “la vita non può essere destata se all’interno dell’uovo non ce ne sia già un germe”, una sorta di promessa di certa conclusione. Siamo interiormente predisposti alla Verità interiore, ma dobbiamo imparare ad ascoltarla, facendo silenzio. Rientrando, per così dire nel “nostro uovo”, e permettendo che “la cova” sviluppi la nostra parte migliore. La sentenza relativa alla risposta cinese, infatti sottolinea come sia “propizia la perseveranza”, il saper attendere, il permettere che parole di luce attecchiscano nella nostra psiche.

Nell’idea di verità è insito lo sforzo per raggiungerla: un concetto espresso in modo ancora più preciso dalla parola greca “*aletheia*” che letteralmente significa “non nascondimento”, “graduale svelamento”, ricerca che si dipana nel tempo ma che non necessariamente si oppone alla menzogna, atto consapevole della negazione della verità. Anche Eraclito, il filosofo “della scorrevolezza del tutto”, diceva che la verità ama occultarsi. La verità è pudica, non si mostra con facilità a tutti. La ricerca della verità non è mai solo un fatto intellettuale ma richiede una scossa, un coinvolgimento di tutta la persona: non è mai un’improvvisazione.

Molti sono restii ad accettare la parola “verità”, in quanto troppo assoluta, alcuni, come il poeta triestino Umberto Saba, preferiscono parlare di “onestà”, aspetto verificabile e visibile della verità. Infatti l’onestà è riconosciuta socialmente come integrità e denota un comportamento di pulizia, correttezza, fiducia, credibilità. Confina coi campi del sapere e del potere, non può essere circoscritta soltanto al piano della moralità e al labirinto del diritto: è in gioco la relazione con l’altro nelle sue infinite forme. Ma mette anche in luce il confronto con se stessi nelle forme della doppiezza, del mascheramento e dell’autoinganno.

Sulla verità si esprime anche il poeta Wolfgang Goethe e ne prende palesemente le distanze: «Un fatto della nostra vita ha valore non perché è vero ma perché ha significato qualcosa». Ma lo stesso “significato” potrebbe avere diverse valenze ed accezioni modificabili nel tempo. La ricerca di significato tende a proporre verità anche contraddittorie nel tempo. Il significato relativizza il senso assoluto della Verità, esaltando il suo rapporto col contesto. E contesto è, anche, la psiche e la sua capacità di filtrare i fatti.

«Sembra che la mente umana, pur attrezzata sul piano cognitivo per elaborare e fabbricare in modo efficace menzogne e inganni, sia meno predisposta a distinguere i messaggi veraci da quelli mendaci»¹⁴⁷. Come dire che l’uomo tendenzialmente sente la necessità di esprimere fiducia, sia perché diffidenza e chiusura sono sentimenti faticosi, difficili da gestire a lungo, sia perché i confini fra l’una e l’altra sono ambigui, sfrangiati, interpretabili faticosamente e non in modo omogeneo.

Accanto a verità palesi e inconfutabili (come può essere il tempo meteorologico) articolato è il ventaglio del possibile, zone nella quale si muove il dialogo interiore: alternanza di oggettività e soggettività, intersezione di piani e punti di vista. Non si può parlare di “verità interiore”, senza riconoscere l’indispensabilità del “dialogo interiore”, inteso come “onesta ricerca”, anelito verso la luce. La verità è conclusione anche momentanea, ma punto fermo di un tragitto. Dialogo e verità interiore si ammantano di silenzio, ed è per questo che la parola scritta, contornata da silenzio, può essere più propiziente della parola detta.

Il silenzio della parola scritta facilita questo tipo di rapporto rasserenante dove il tempo di assimilazione è dilatabile all’infinito senza approdare ad eventuali ansie con se stessi e con gli altri.

Il silenzio protegge anche da se stessi, dal proprio ego messo in discussione, dalla nevrosi da prestazione mentale o dal bisogno di emergere, dalla nostra cultura, da tutto quanto si è sedimentato in noi, come cultura, credenze, tradizioni. Il silenzio è liberatorio, nel tempo dilatato,

¹⁴⁷ L. Anolli, *Mentire*, Bologna, 2003, p. 115

nel rapporto mai conflittuale. Il silenzio, fuga dalle troppe parole che confondono il nostro essere, è vocazione di chiarezza.

L'uomo contemporaneo (ed il bambino in modo particolare in quanto elemento più debole della catena) è vittima del troppo, il silenzio è eliminazione della sovrabbondanza, del rumore conseguente, per questo predispone all'ascolto e libera dalla nevrosi. Pietro Citati dice che "la cosa più difficile non è affatto, come si crede, "diventare se stessi": perché un bambino è così facilmente se stesso, sceglie con tanta rapidità e sicurezza la propria natura, se solo le circostanze non lo ostacolano e non lo offendono irreparabilmente"¹⁴⁸. Il rumore, inteso come superficialità, come limite allo spazio altrui, come fonte d'incertezza, è appunto dannoso allo sviluppo armonico del bambino. La cosa difficile è invece "restare se stessi", difendendo la sostanza "così delicata e suggestionabile del proprio animo dalle influenze esterne".

Il tragitto obbligato in ogni procedimento ontologico teso alla verità e all'estetica è la sottrazione. Lo diceva Elie Wiesel, premio Nobel per la pace, raggiunto con la forza dirompente dei suoi libri: "La letteratura di qualità è sottrazione". Infatti il suo romanzo *La notte*, quasi un racconto lungo, inizialmente contava quasi 400 pagine, che in seguito l'autore sforbì senza remissione. Ma "sottrazione" è anche eleganza, raffinatezza, stile: non è la quantità di monili a decidere lo charme di una donna ma la sua essenzialità.

Se silenzio è sottrazione della e dalla parola, il suo esercizio non è solo pratica religiosa, ma passaggio didattico, psicologico, perfino, psicanalitico. È necessità di pulizia interiore, a prescindere da qualsivoglia attrazione religiosa. Gillo Dorfles ricorda come «oggi il tempo non è mai ritrovato perché anche il futuro si verifica prima ancora di incominciare e, alla stessa stregua, la durée bergsoniana è ormai sopraffatta da un tempo che "non dura" perché tutto concorre ad abbreviarlo e spezzettarlo»¹⁴⁹. Tutto, a mio avviso, nasce dalla perdita di quell'attimo silenzioso, che dilata la consapevolezza, la sintonia con la natura, lo stare serenamente in compagnia senza secondi fini, senza progettualità e senza costrizioni temporali.

Di Dorfles è anche il concetto di "perdita dell'intervallo". Una perdita che si constata in musica come in architettura, nel teatro come nella danza. L'intervallo ci consente di essere "nel" mondo ma anche "fuori dal" mondo. Dove il "fuori" si definisce in un atteggiamento di distanza critica come anche nell'"immaginario", spazio della creatività. La nostra epoca vive una labilità temporale dovuta non solo alla velocità dei rapporti umani, ma alla stessa arte che nella letteratura come nei film si avvale di sovrapposizioni, *feedbacks*, flussi di coscienza, che influenzano anche la quotidianità dell'uomo-spettatore contemporaneo. Forse solo la contemplazione dell'immagine, intesa come opera artistica pittorica o architettonica, o rapporto con la natura, può ridarci il diritto di usare al meglio il nostro tempo, senza angoscia.

Il puro visivo immobile, o non congestionato, contro l'uditivo deviante, rumoreggiante. «Che il solco tra parola e immagine sia abissale lo dovremmo ormai sapere. Quanti vani tentativi di far coincidere lo scritto col visto: il brano letterario con il ricordo, sentimentale e sensoriale, d'una "madeleine" proustiana, i sapori, gli odori, le atmosfere con la loro descrizione, sia pur minuscola»¹⁵⁰ «Quasi ogni poeta, musicista, cineasta insiste nel raccontarci come spesso il primo spunto, il primo elemento germinale d'un poema, d'una sinfonia fosse stato proprio l'immagine visiva: quasi a confermare un'identità primigenia in quella intuizione estetica non ancora esprimibile in vocaboli scritti o parlati, ma già presente quale umbratile larva fantasmatica».

¹⁴⁸ P. Citati, *L'armonia del mondo*, cit., p. 19

¹⁴⁹ G. Dorfles, *Horror pleni*, Roma, 2008, p. 22

¹⁵⁰ G. Dorfles, *Horror pleni*, cit., p. 93

La pittura supera ogni logocentrismo. Leonardo rifletteva: «Infinite cose farà il pittore, che le parole non potranno nominare».

Nell'immagine c'è un *quid* che supera il dato discorsivo, non riconducibile alla parola, un alone d'inesprimibilità: quel famoso intervallo che è dato dal silenzio interiore, dalla contemplazione, dal tempo sospeso che si realizza nell'atto creativo così come nella contemplazione della creazione. Pittura o scultura rispettano il tempo assimilativo e introspettivo dell'utente, la musica, invece, obbliga "all'andare", ma in questo movimento obbligato rispetta, con la pausa, il respiro, il variare del ritmo, l'incalzare delle immagini, o il rasserenare degli animi, il bisogno di riposo interiore reclamato dall'ascoltatore, con la sola differenza che le regole dell'assimilazione sono definite dalla composizione e non dall'ascoltatore.

Se la musica contemporanea non ottiene il successo che è stato accordato a quella dei secoli passati è perché il tempo interiore (relativo anche ai silenzi) dell'ascoltatore non viene più rispettato: l'arte si prospetta come una imposizione irrispettosa sul vissuto di chi, comunque, desidera viverla.

Nell'arte come nella vita trionfa l'*horror vacui*, tutto deve esser "riempito", un continuum di produttività e accadimenti che non accetta il ripensamento, osanna la velocità, teme la sospensione; la lentezza appare errore esecrabile.

Viceversa la pausa ha valenze creative, è sintonica, rispettosa dell'andare umano. La pausa è lo spazio temporale inserito tra due note. È la pausa che, insieme al ritmo, dà carattere di danza a certe composizioni, o di riflessione ad altre. La pausa influenza la prosodia, la respirazione, il legato: tanto nella recitazione, quanto nella musica. Anche in architettura i giochi dei vuoti e dei pieni, non sono altro che delle parole o dei suoni inframmezzati dalle pause.

Pausa è silenzio contenuto in un discorso; viceversa il silenzio che contorna il discorso teatrale o musicale è rito. Dal silenzio contenuto al silenzio contenitore caratterizzano momenti diversi del sentire e dell'agire umano. L'attesa dell'interprete sul palcoscenico è già ritualità, l'istante prima dell'attacco del direttore d'orchestra è paragonabile a quello del sacerdote sull'altare prima dell'elevazione. Il silenzio caratterizza l'attesa, segnala la distanza tra pubblico e interprete. Fra azione e ascolto. Ugualmente il breve silenzio che permette la diffusione sonora dell'ultima nota è ancora rito: ultimo attimo di riflessione, prima dell'applauso. Momento magico, fatto di niente, che rispetta l'intimità di interprete e spettatore. Silenzio.

Silenzio in senso sociale o artistico come rifiuto del "troppo pieno": questo è stato l'atteggiamento di John Cage nella sua composizione "Silence". Uno spartito per pianoforte in cui non c'è scritta nemmeno una nota. Il pianista pone vistosamente le braccia sul coperchio del pianoforte ed aspetta esattamente per 4' e 33": tale è la durata della composizione. Il significato implicito in questo messaggio amusicale è la presa di coscienza del mondo rumoroso che ci abbruttisce; un momento di riflessione, perfettamente consono alla formazione filosofica orientale di Cage.

Ancora una volta il silenzio viene rapportato ufficialmente al tempo: evidentemente fra silenzio e tempo bisogna scoprire un collante che ne suggelli il legame logico. A mio parere se rileggiamo gli esempi fin qui esaminati, possiamo notare che tutti tendono ad una realizzazione qualitativa della vita. Circa il tempo forse è opportuno ricordare l'atteggiamento dei greci che distinguevano tre tipi di giornate: le giornate neutre, nelle quali non era successo niente che avesse scosso le loro emozioni; le giornate semplici, nelle quali avevano avvertito gioia; le giornate doppie, nelle quali alla gioia si era unita una nuova esperienza, si erano arricchiti spiritualmente. Alle prime assegnavano zero punti, alle seconde un punto, alle terze due punti. Se in un anno avevano raggiunto 365 punti allora potevano affermare di aver vissuto un anno, se ne avevano raggiunto 180 avevano vissuto sei mesi e così via¹⁵¹. Mentre questo silenzio si concretizza nella qualità del tempo e del pensiero ed è realizzabile dall'uomo, quello estetico ed estatico sono assoluti che sovrastano la comunicazione fra

¹⁵¹ Così O. Falworth, *La gioia di vivere*, Cesena, 2004, p. 124.

uomo e uomo, possono inserirsi in alcune particolari condizioni, ma, in realtà, prospettano forze esogene che orientano verso forme di spaesamento, di alienazione da se stessi. "Taccia ogni mortale davanti al Signore, poiché egli si è destato dalla sua santa dimora" (Zac., 2, 17).

Tanti sono i tempi prospettati a volo di rondine che abbracciano i più vari tipi di silenzio, tempo fisiologico, sospeso, lineare, ritrovato, cristallizzato, della *fabula*, della lettura.

Ad essi si aggiunge il tempo naturale, collegato col suo silenzio: quello che ci consente la comunicazione con il mondo animale, e vegetale che si oppone al rumore della civiltà proponendoci altri rumori che ci ricordano l'esistenza del creato, ce ne fanno sentir parte integrante.

A metà del diciannovesimo secolo, nella città minacciata dal meccanicismo Baudelaire scriveva la più famosa poesia moderna.

*La natura è un tempio dove colonne viventi
Lasciano talvolta uscire delle confuse parole;
l'uomo vi passa attraverso foreste di simboli
che l'osservano con sguardi famigliari.
Come nei lunghi echi che da lontano si confondono
In una tenebrosa e profonda unità,
vasta come la notte e come la luce,
i profumi, i colori e i suoni rispondono.*

Il silenzio naturale si oppone al silenzio assoluto, pura astrazione, mera costruzione di laboratorio, fuorviante per gli organi di senso, irreali. È il silenzio che ci consente di ascoltare le voci della natura, e ad allontanarci dalla civiltà della macchina. Anche il silenzio naturale ha valenza psicologica di accostamento al Bello e di allontanamento dal rumore lesivo della nostra appartenenza al tutto.

Tutti questi silenzi: riflessivo, naturale, estetico ed estatico, convogliano l'uomo verso la sua metafisica, verso la sua anima. Ad essi però si affianca il silenzio malato, quello dell'incomunicabilità, del dialogo impossibile, o faticoso, rapporto fallito fra uomo e uomo, frutto d'egoismo, disinteresse, preoccupazioni fuorvianti, ritmi frenetici. L'incomunicabilità dell'indifferenza così ben messa in luce da Alberto Moravia, Albert Camus, Jean Paul Sartre: l'indifferenza dell'uomo solo, straniero a se stesso anche e soprattutto nella vicinanza con altri uomini. L'uomo condannato alla peggiore afasia, o alessitimia (la mancanza delle parole appropriate), o sordità, immerso in una condizione che avverte come impossibile nella sua gestione, ma dalla quale non sa uscire.

Il silenzio dell'incomunicabilità o dell'indifferenza propone il linguaggio come una torre di Babele non superabile, né abbattibile. L'uomo condannato a parlare una lingua sconosciuta dagli altri uomini. Il silenzio della solitudine. Correnti di pensiero letterario e filosofico, come l'esistenzialismo hanno approfondito questa tematica. In Italia non rifugge solo il contributo moraviano, ma con più vasta risonanza europea quello di Buzzati nel *Deserto dei Tartari*. L'uomo condannato alla noia, all'indifferenza, al disinteresse, all'abitudine, all'atrofia delle sensazioni.

C'è il silenzio dei morti viventi che si affianca a quello dei morti. È, questa, la modalità sociale che l'occidente ha adottato per mettersi in ideale comunione con il defunto.

Il silenzio della parola non detta per concedersi una preghiera intima o, almeno, rispettare chi desidera recitarla. Il vivo si mette nella stessa condizione sonora del morto, in un atto di pura comunione fra terra e cielo. Il silenzio tra i partecipanti a riti sacrificali era presente anche tra gli arabi che, dopo l'uccisione della vittima sacrificale, si disponevano intorno all'altare in silenzio.

Nell'indagine sul silenzio non può mancare la presenza del gesto, che si fa parola silenziosa nel momento che si rende leggibile, linguaggio tra i linguaggi, inserito in una gamma di codici che accomunano tutto il genere umano. Il gesto può essere tanto parola quanto discorso, abbraccia spesso, inoltre, tanto il reale che il possibile. Instaura, compatibilmente con il livello di vicinanza dei dialoganti, rapporti mentali arricchiti da sottintesi, memorie, vissuti e sentimenti comuni. Il gesto

più della parola vive di sensazioni ed emozioni esplicitate o trattenute ma leggibili già in forma aurorale.

Come mai il bambino a partire dalla terza settimana di vita ripete la mimica facciale degli adulti? La risposta ci è stata offerta da un'equipe di studiosi dell'Università di Padova, guidati dal professor Rizzolatti. In un'area motoria della nostra corteccia cerebrale sono stati scoperti i "neuroni specchio", cellule nervose che si attivano tanto in colui che compie l'azione come in chi lo vede agire: i neuroni specchio spiegano la predisposizione all'empatia insita in ognuno di noi, e, in una certa misura, anche negli animali. Ed il silenzio è la culla dell'empatia.

L'empatia si collega alla mimesi, la capacità di riprodurre il gesto dell'altro. Alla base delle nostre possibilità cognitive sta proprio la possibilità di rivivere in prima persona, direttamente sulla nostra pelle, le emozioni di chi ci è vicino, segno che anche le emozioni si apprendono, seguendo un tragitto velocissimo e inconsapevole. Accanto all'apprendimento delle emozioni si perfeziona anche l'espressione delle stesse, il gesto è conferma del messaggio che si esprime a parole, oppure, al contrario denuncia una certa titubanza interiore, o, addirittura menzogna. Il gesto sembra essere la parte più vera dell'uomo, quella meno filtrata dalla supervisione dell'intelletto; il gesto è continuità e preludio della parola.

7 - COMUNICAZIONE SILENZIOSA: LA TELEPATIA

Per ultime, infine, ricordiamo due forme di comunicazione silenziosa che continuano ad essere oggetto d'indagine scientifica: la telepatia e la chiaroveggenza. La telepatia è un silenzio particolare, messo in luce anche da Freud. Lo psicanalista viennese ha più volte contemplato la possibilità di comunicazioni a livello telepatico.

Nel 1932 così scriveva: «Il fenomeno dell'induzione del pensiero è molto vicino alla telepatia (...) Esso dà per certo che processi psichici in una persona (...) possano trasmettersi attraverso lo spazio a un'altra persona, senza valersi delle vie conosciute di comunicazioni fondate su parole e su segni» e più avanti «il processo telepatico consisterebbe nel fatto che un atto mentale di una persona suscita il medesimo atto in un'altra persona. Ciò che sta tra i due atti mentali può benissimo essere un processo fisico, ove lo psichismo a un'estremità si trasforma appunto in questo processo fisico, e quest'ultimo, all'altra estremità, si trasforma nel medesimo psichico.

L'analogia con altre trasformazioni, come quella del parlare e dell'ascoltare al telefono, sarebbe allora evidente: è noto che rimane un mistero come venga a formarsi la volontà collettiva in grandi comunità di insetti. È possibile che si formi per mezzo di questa trasmissione psichica diretta. Nulla vieta di supporre che questo sia il mezzo originario, arcaico di comunicazione tra gli individui, e che nel corso della evoluzione filogenetica esso sia stato soppiantato dal metodo migliore di comunicare che si avvale di quei segni che gli organi di senso sono in grado di captare. Ma chissà che il metodo più antico non sia rimasto nello sfondo e si affermi ancora in certe condizioni, per esempio nel caso di una folla eccitata dalle passioni. Tutto ciò è ancora incerto e denso di insoluti enigmi, ma non vi è ragione di spaventarsi».

La telepatia, detta anche trasmissione del pensiero, è appunto la capacità di comunicare con la mente. La parola significa letteralmente "lontano sentimento" (dal greco *tele*-lontano e *patheia*-sentimento). La telepatia fa parte delle cosiddette percezioni extrasensoriali o ESP, o, più in generale, di quelle paranormali. Secondo un'antica concezione filosofica indiana, la comunicazione telepatica si realizzerebbe attraverso una immensa rete di cui le persone costituirebbero le maglie: in altre parole sarebbe l'estensione del concetto che ognuno comunica col tutto. L'universo sarebbe attraversato da miliardi di comunicazioni interagenti fra loro anche al di là della propria volontà. Lo stesso Jung con il suo inconscio collettivo non sembra lontano da questa concezione.

La telepatia è una comunicazione che sempre avviene oltre i cinque sensi; è stato dimostrato che chiunque pensi intensamente ad una persona per circa 20 giorni di seguito l'incontrerà o sarà da lei chiamato. Questa energia ha un potenziale straordinario che già nell'antichità si è pensato di utilizzare: sembra fosse usata dai Maya, e conosciuta anche dai Greci.

Poiché è uno strumento di comunicazione diretto che non ha relazione con parole o gesti, è, anche, un "mezzo" segreto e sicuro, utile in guerra o nello spionaggio. La "Darpa" (*Defense Advanced Research Projects Agency*), fondata nel 1958, agenzia del Ministero della Difesa statunitense che si occupa di sviluppare le tecnologie militari, ha finanziato un progetto che prevede l'uso della telepatia come mezzo di comunicazione anche tra i soldati. Il programma, denominato "*Silent Talk*", si ripromette di consentire "la comunicazione tra utenti su di un campo di battaglia senza l'uso della voce, attraverso l'analisi dei segnali neurali", così si legge su un documento riportato dal sito della rivista "Wired".

Gli studiosi del "*Silent Talk*" si ripromettono di trovare il modo di estrarre parole e concetti da un elettroencefalogramma. Poi bisogna anche capire se tra i segnali neurali di individui differenti esistano *pattern* comuni e generalizzabili. Infine dovrà essere costruito un sistema in grado di decodificare questi segnali e trasmetterli a breve distanza. In un futuro, il sistema immaginato dal "Darpa" potrebbe servire anche per il processo contrario: intercettare, cioè, i pensieri del nemico direttamente dalla fonte. A questo progetto il Pentagono ha destinato 4 milioni di dollari che vanno a sommarsi agli ulteriori 4 milioni che l'esercito americano aveva stanziato qualche tempo fa per indagare, in collaborazione all'*University of California*, la possibilità della cosiddetta "*computer-mediated telepathy*".

La tecnologia immaginata dal "Darpa" per raggiungere i migliori risultati dovrebbe intercettare i segnali emessi dal cervello nel momento in cui le parole vengono pensate e trasmetterle al destinatario senza che nulla possa essere detto. La tecnologia per trasformare le onde cerebrali in comandi interpretabili dai computer ha ottenuto molti progressi negli ultimi anni, particolarmente nell'assistenza ai disabili. Protesi ortopediche e sedie a rotelle comandate dalla mente non sono più speranze ma realtà. Ci troviamo davanti ad una frontiera esplorata ma ancora non ricostruita: sebbene la partenza sembra essere un lontano ricordo. Un tempo la telepatia era dono naturale o caratteristica di pochi eletti, il programma "Darpa" si ripromette di diffonderlo a migliaia di uomini. Sono passati 80 anni da quando Joseph Rhine, della *Duke University* di Durham, fondò il primo laboratorio di parapsicologia conducendo i primi esperimenti scientifici sull'argomento.

In situazioni normali, la telepatia resta un fenomeno spontaneo che si manifesta all'improvviso, anche quando non ce lo aspettiamo. Ci arriva una telefonata e prima di alzare la cornetta sappiamo con chi parleremo, quando avvertiamo la sensazione di essere osservati da qualcuno dietro di noi, ci si volta e si scopre una persona conosciuta. Fenomeni telepatici sono le sensazioni di pericolo, molte madri o mogli hanno capito o captato la morte del loro figlio o marito avvenuta a migliaia di chilometri di distanza, il fenomeno infatti si presenta più frequentemente fra persone molto legate fra loro. La capacità di trasmissione dei pensieri viene detta PSI, e viene studiata dallo parapsicologo Joseph Rhine che la definisce di natura fisica anche se non si è ancora riusciti a stabilire in quale parte del corpo essa abbia sede. È un fenomeno in contrasto con ogni legge fisica finora conosciuta, si distingue dalla chiaroveggenza perché il contatto avviene direttamente fra esseri viventi.

8 - COMUNICAZIONE SILENZIOSA: LA CHIAROVEGGENZA

Ci sono soggetti in grado di vedere e narrare catastrofi disastrose che stanno succedendo molto lontano: fra questi lo stesso filosofo Immanuel Kant che, pur trovandosi a Goteborg, vide

improvvisamente e descrisse ai presenti un incendio che stava avvenendo a Stoccolma, a circa 500 chilometri di distanza.

In *Colloqui con Goethe*, Johann Eckermann, suo discepolo e segretario, ricorda che una notte il poeta spinse improvvisamente il suo letto vicino alla finestra e guardando il cielo gli disse preoccupato che in qualche parte del mondo stava avvenendo un terremoto devastante: infatti in quel momento tremava la terra di Messina.

Questi due esempi testimoniano come la chiaroveggenza sia la capacità di acquisire conoscenze di eventi, luoghi e oggetti anche lontani nel tempo. La parola deriva dal francese *clairvoyance*: "visione chiara". L'etimologia si rifà anche al latino che assimila il "vedere" al vedere mentale, quindi al pensare. Il chiaroveggente, infatti, può tanto riuscire a vedere fatti lontani quanto averne la percezione o la conoscenza generica, capacità chiamata "telestesia" o "metagnomia".

Data la particolarità di questa conoscenza riservata solo a pochi, la chiaroveggenza nel tempo è stata spesso associata alla chiromanzia e alla cartomanzia e, in genere a pratiche divinatorie. Fra la fine del 19° e l'inizio del 20° secolo la chiaroveggenza è stata studiata e proposta da numerosi medium dediti allo Spiritismo o, con tentativo più scientifico, dalla *Society for Psychical Research*. Tra i medium va ricordato in particolare l'olandese Gerard Croiset che toccando un oggetto della persona scomparsa era in grado, attivando la sua chiaroveggenza, di ritrovare il cadavere della persona scomparsa.

È fenomeno extrasensoriale, del tutto indipendente dal canale dei sensi. Che esuli dal diretto contatto visivo è confermato dall'inglese Gladys Osborne Leonard e dal polacco Stefan Ossowiecki, capaci di leggere in libri chiusi.

Sono state avanzate tre ipotesi principali per spiegare il fenomeno della chiaroveggenza:

- a) Il soggetto sarebbe in grado di captare flussi d'energia sconosciuta capace di disegnare forma e particolarità;
- b) Il soggetto per sua iniziativa riesce ad orientare una propria ancora sconosciuta capacità conoscitiva che esula dall'intermediazione sensoriale;
- c) Il soggetto proietta fuori dal proprio corpo, una propria componente definibile come "doppio".

La chiaroveggenza è stata definita anche come "lucidità, telestesia, metagnomia, criptestesia, paragnosia", e si è arrivati addirittura ad assimilarla totalmente alla telepatia; spesso si manifesta in forme varie e articolate come l'ipnosi, il sogno, la trance, il sonnambulismo, nelle variazioni degli stati di coscienza. ma in essi si esclude la mediazione logica razionale, la possibilità della coincidenza fortuita o di altro fenomeno parapsicologico.

9 - SILENZIO ESTETICO / SILENZIO ESTATICO

Nell'articolata dinamica dell'ascolto il Silenzio del pensare sembrerebbe lontano dall'esperienza della fruizione estetica, la contemplazione visiva o uditiva che si perde nel Bello e ascende alla catarsi, quale accesso a mondi rarefatti, sublimazione di sensazioni, sentimenti e pensieri. Il Bello e il Buono greci presuppongono questo tipo di silenzio: isolamento in un mondo supremo che permette di far emergere la parte migliore di noi stessi. Ma "bello e buono", non si esauriscono nella fruizione del pubblico, ma, prima di tutto, appaiono in ogni atto creativo che nasce dalla concentrazione, meditazione e, in modo particolare, dall'accoglienza dell'elargizione delle Muse.

Pensiero e poesia escono dalle parole vuote che cercano se stesse nell'attesa di un'illuminazione, di una scintilla che le organizza e vivifica. In questo caso si realizza quel tipo di silenzio che il poeta greco era solito autoimporsi prima di iniziare un poema. La precreatività è silenziosa, sempre impone all'Io di tacere; l'opera d'arte nasce dall'umiltà, dalla pazienza e dalla preghiera. L'opera

d'arte letteraria o raffigurativa o architettonica nasce dall'attesa della benefica attenzione delle Muse senza le quali nulla d'artistico può ben realizzarsi.

Omero inizia l'Iliade con i versi "Cantami, o diva, del Pelide Achille l'ira funesta che infiniti addusse lutti agli Achei". È la Musa a cantare, l'Io di Omero tace e umilmente ascolta apprestandosi a trascrivere. L'artista è conscio della caducità della propria ispirazione, teme l'aridità, la mancanza d'idee, la fossilizzazione, la ripetizione, aborre l'abitudine, nemica della creatività, paventa di non essere all'altezza delle trame poetiche e vitali che avverte più grandi di lui.

Solo le Muse gli possono concedere quella visione che i Greci chiamavano "epopteia", che, letteralmente significa "guardare al di sopra", l'acquisizione di un acume che include la creatività, il senso dell'equilibrio, la visione dell'insieme che si esplica nel senso del dramma e della consequenzialità logico-emotiva. Di suo il poeta può metterci la "technè", l'abilità della gestione delle parole, il mestiere. L'epopteia è, invece, l'arte, la forza dell'ispirazione, l'idea che sorprende lo stesso artista che la realizza. Ma, essendo visione sublimante, è anche contemplazione di tale levatura da essere stata inserita nella terza parte dei riti sacri dei Misteri Eleusini.

Epopteia è iniziazione, la fase culminante della conoscenza mistica, lo stesso Dioniso si collegava alla conoscenza degli uomini che diventava beatitudine. Per arrivare, o sperare di raggiungere questa conoscenza, molti erano quelli che provenivano anche da luoghi molto lontani, quasi una Mecca per i fedeli di allora. L'epopteia, quindi, appartiene tanto all'artista, quanto al ricercatore di conoscenza, un premio per l'umile, conscio del proprio limite di uomo mortale.

L'epopteia è un dono che bisogna propiziare, invocare, non incalzare. Il poeta che si dimentica di essa incorre in sicura disgrazia.

"Le Muse incontrato

Tamiri, il tracio vate, sul labbro gli spensero il canto

(...)

perché vantato s'era che vinta egli avrebbe la gara

pur se avessero cantato le Muse, figlie di Zeus.

Esse, adirate, cieco lo resero, e il canto divino

tolsero a lui, della cetra scordare gli fecero l'arte."

(Iliade, II, 594-600)

La cecità, qui, oltre ad essere reale, è sicuramente simbolica, esplicativa. Tamiri è reso cieco di idee, privo d'ispirazione e, soprattutto, cieco nel non capire la povertà delle sue forze rispetto a quelle divine. Non dimentichiamo che il latino "videre" ha la radice di "idea", cioè "vedo" nel senso di "capisco", vedo con la mente. Tamiri non capisce e per punizione dimenticherà perfino come si suona. La superbia che l'ha accecato sul suo destino di uomo, lo renderà muto nella parola poetica.

Vivendo nel rumore dell'Ego, non si riesce a concludere nulla: questa la morale. D'altra parte, e a conferma, secondo il filosofo Martin Heidegger nella lingua greca antica i verbi parlare, dire, raccontare si riferivano non solo al sostantivo corrispondente *logos*, ma anche al verbo "leghein", "conservare", "raccolgere", accogliere ciò che viene detto (in particolare per il poeta ciò che viene detto dalle Muse) e, quindi, ascoltare. Nello sviluppo della cultura occidentale, secondo Heidegger, il valore del pensare e del dire ha prevalso su quello dell'ascoltare mentre in realtà l'udire e il dire, come veniva proposto nel dialogo socratico, rivestono lo stesso valore. «L'udire autentico appartiene al logos. Perciò questo udire stesso è un leghein. In quanto tale, l'udire autentico dei mortali è in un certo senso lo stesso logos»¹⁵².

Che il silenzio stia nell'udire è cosa implicita nella parola stessa: "u-dire", significa "non dire", ma "udire" non vuol dire ancora ascoltare. Udire corrisponde al nostro "stare zitti", l'ascolto, invece,

¹⁵² M. Heidegger, *Saggi e discorsi*, Milano, 2007, p. 49

reclama un livello superiore, relativo alla dimenticanza dell'Io e alla proiezione fuori da sé, e, in modo particolare per il poeta, è risonanza ed eco del canto delle Muse.

In senso biblico e in riferimento a Dio, l'ascolto si conferma nello stesso atteggiamento che le Muse tengono nei confronti dell'uomo umile che invoca "cantami", "canta a me", descrivimi, o, con senso di totale abbandono, fammi cantare, dammi la voce ispirata. Le Muse, figlie di Mnemosine, la Memoria, attente ascoltano e aiuteranno attingendo al ricco bagaglio del passato e della tradizione creatrice.

Così Il Dio biblico: «Signore Dio d'Israele, che siedi sui Cherubini, tu solo sei Dio per tutti i regni della Terra; Tu hai fatto il cielo e la terra. Porgi, Signore, l'orecchio e ascolta; apri, Signore, gli occhi e vedi; ascolta tutte le parole che Sennacherib ha fatto dire per insultare il Dio vivente. È vero, o Signore, che i re d'Assiria hanno devastato tutte le nazioni e i loro territori; hanno gettato i loro dei nel fuoco; quelli però, non erano dei, ma solo opera delle mani d'uomo, legno e pietra; perciò gli hanno distrutti. Ora, Signore nostro Dio, liberaci dalla sua mano, perché sappiano tutti i regni della terra che tu sei il Signore, il solo Dio» (Re19, 14-19).

L'ascolto di Dio è Amore, Provvidenza, Ispirazione. Dio dona, l'uomo accoglie. L'ascolto di Dio non è mai "u-dire", ma *Logos*, Parola creativa che è già Amore, con intendimento totalizzante, che in parte si affianca a quello delle Muse. L'ascolto dell'uomo, invece, nato dall'"u-dire": non dire, non fare rumore, si fa empatico con la Voce divina per poter accogliere la Parola, sperdersi nell'emozione della grande Presenza. Dall'udire l'uomo passa all'ascoltare, atto di estrema dimenticanza nell'altro. Mentre l'udire può abbracciare solo l'aspetto gnoseologico, l'ascolto è già intendimento fusionale, vibrazione d'empatia.

L'ascolto dell'uomo è speranza, fede, umiltà: è già asceti, legame col tutto.

In campo visivo estetico la massima espressione di questo senso di asceti si ha con la sindrome di Stendhal, anche detta "di Firenze", una manifestazione piuttosto rara che si palesa con tachicardia, capogiri, vertigini, a volte confusione ed allucinazioni. Fu per la prima volta descritta dallo scrittore Stendhal in *Napoli e Firenze: un viaggio da Milano a Reggio*, resoconto del suo Gran Tour del 1817 che, a livello emotivo, culminò nella chiesa di S. Croce: «ero giunto a quel livello di emozione dove si incontrano le sensazioni celesti date dalle arti ed i sentimenti appassionati. Uscendo da S. Croce ebbi un battito al cuore, la vita per me si era inaridita, camminavo temendo di cadere». Un silenzio saturo di emozioni, addentellati culturali, confronto con le proprie sensazioni. Eccesso disorientante.

In realtà l'attenzione verso questo particolare fenomeno si è attivata soprattutto a partire dal 1982, per merito di alcuni studiosi che hanno potuto verificare come da essa ne siano immuni gli Italiani, forse perché abituati alla bellezza pittorica più di altri popoli, ne siano, invece, colpiti i Giapponesi, e gli altri Europei.

La sindrome di Stendhal, o "di Firenze" come, per estensione, la sindrome di Parigi (anche questa dovuta alla bellezza della città) è attinente al discorso che stiamo svolgendo perché colpisce in modo particolare le persone sole, dotate di cultura, che si sono ampiamente documentate prima di affrontare il viaggio.

Non è da escludersi, quindi, che coagente di un tale agglomerato di emozioni sia anche il fattore attesa, nonché la concentrazione, la sintonia, o, addirittura l'empatia, verso un'opera d'arte immaginata per molto tempo. Un appuntamento ritenuto molto importante per la propria completezza affettiva e culturale. Inoltre la solitudine rende difficoltoso la regolazione delle proprie emozioni, fatto propiziato dal dialogo con gli altri.

Solitudine e silenzio, in questo caso patologici, sono fattori che si ripresentano in tali manifestazioni, come pure in un'altra sindrome: quella di Gerusalemme. Direi che questa particolare manifestazione costituisca l'anello di congiunzione fra estetica ed estasi. La sindrome di Gerusalemme, infatti, è prettamente religiosa e si manifesta con il bisogno di declamare versi o salmi religiosi, cantare inni

sacri, inventare brevi sermoni a sfondo morale, desiderio di seguire processioni, di lavarsi molto frequentemente, ansietà, nervosismo.

Sia nel caso del silenzio estetico che in quello del silenzio estatico prevale nel soggetto colpito una forza assoluta, che annichilisce le personali capacità reattive. Il silenzio concede largo spazio all'emozionalità, che sovrasta il soggetto predisponendolo ad ascoltarsi e nutrirsi delle sue reazioni che, crescendo in maniera esponenziale, lo annichiliscono. Comunque in casi di normalità, il silenzio estetico si diversifica da quello estatico, che, pure, nel suo collegamento con l'interiorità, può raggiungere anche questa esperienza.

Il silenzio estatico è mistico, relativo alle visioni o incontri religiosi, è puro dono che esula dalla volontà del singolo, non è scelta (non può esserlo), ma puro abbandono, si collega alla fede, all'ascesi, alla sofferenza e alla gioia profonda. È dono ma frutto di precedente ricerca interiore, fatica, ascesi. Il silenzio, ci dice S. Gregorio, è la casa del mistico e per il mistico "Dio è il Signore del silenzio". Blaise Pascal ce ne tratteggia così la sua indicibilità:

"Dio d'Abramo, Dio d'Isacco, Dio di Giacobbe", non dei filosofi e dei dotti.

Certezza. Certezza. Sentimento. Gioia. Pace.

Dio di Gesù Cristo.

Deum meum et Deum vestrum.

"Il tuo Dio sarà il mio Dio".

Oblío del mondo e di tutto fuorché di Dio.

Egli non si trova per le vie insegnate nel Vangelo.

Grandezza dell'anima umana.

"Padre giusto, il mondo non t'ha conosciuto, ma io t'ho conosciuto".

Gioia, gioia, gioia, lacrime di gioia.

Io me n'ero separato.

"Dereliquerunt me fontem aquae vivae".

"Mio Dio mi abbandonerai?"

Che io non ne sia separato in eterno.

"La vita eterna è questa: che conoscano Te, solo vero Dio, e colui che hai mandato, Gesù Cristo".

Gesù Cristo!

Gesù Cristo!

Io me n'ero separato; io l'ho fuggito, rinnegato, crocifisso.

Che non ne sia mai separato.

Egli non si conserva che per le vie insegnate nel Vangelo.

Rinuncia totale e dolce.

Sottomissione totale a Gesù Cristo e al mio direttore.

Eternamente in gioia per un giorno di pratica di pietà sulla terra.

"Non obliviscar sermones tuos".

AMEN

«Nella mistica la parola si spaesa, vorrebbe ritornare al grido originale: manifestazione di vitalità eterna, stupita, umile. Il linguaggio mistico è sempre rarefatto e partecipativo, ma lascia agli spazi vuoti, ovvero ai silenzi, la pregnanza della sua espressione»¹⁵³. Tutto il linguaggio mistico gravita sul silenzio, aureola di parole l'indicibile, è conscio della sua pochezza, estrema difficoltà a dire un avvenimento che nasce e si conclude nella solitudine del cuore.

Per questo le parole di Blaise Pascal che si riferiscono alla sua esperienza d'estasi, avvenuta il 23 novembre 1654 fra le 22 e 30 e la mezzanotte, girano nella ripetizione, nell'esclamazione, nel

¹⁵³ G. Stecchina, *Parole e non, Elementi di linguaggi comparati*, Trieste, 1993, p. 39

ringraziamento che, in realtà, non trova parole. Sono parole che vogliono significare silenzio profondo, perché l'indicibile non va profanato.

D'altra parte il silenzio a certi livelli di religiosità è prospettato da molti ordini religiosi. I Trappisti si consentono di pronunciare soltanto la frase "Uomo ricordati che devi morire", è scelta assoluta che codifica la regola del silenzio, ma al di là di un atteggiamento così drastico anche l'ordine dei Gesuiti, fondato da S. Ignazio di Lojola, regolamentato dal libro delle Costituzioni prevede un doveroso spazio silenzioso, articolato non solo negli esercizi spirituali, ma anche nella quotidianità, dove, tra l'altro, vengono ufficializzate anche le regole della prossemica: la vicinanza o lontananza dei corpi nei rapporti interpersonali. A ben guardare anche la prossemica sottolinea il silenzio come pausa e distanza.

È silenzio, nel senso di spazio o pausa, anche rispettare le distanze, accettazione dello spazio vitale altrui, del senso di sicurezza o di movimento. Il silenzio come la distanza è esercizio di rispetto. Regola comportamentale. Non a caso il mistico teosofico Johann Scheffler (1624-1677) luterano convertitosi al Cattolicesimo, che sceglierà il nome di Silesio, passerà gli ultimi 16 anni della sua vita contemplativa in totale isolamento, dedito alla preghiera e alla scrittura del suo libro *La Santa gioia dell'anima o canti spirituali e pastorali della psiche innamorata del suo Gesù*, testo improntato di spirito poetico e mistico: 305 poesie provenienti e indirizzate al silenzio.

Accanto all'esperienza mistica possono essere ricordate le tecniche di meditazione o di rilassamento che hanno lo scopo di propiziare il dialogo con il proprio sé per "svuotarsi" ed andare al di là del pensiero, solo modo per entrare in contatto con la voce interiore ed entrare in quella zona di conoscenza liberata perfino dal senso di appartenenza al proprio nome, primo segno della nostra identità. La "voce interiore" non è una voce, bensì un silenzio. È una voce senza suono. Indica senza dire, dall'intimo della nostra psiche il silenzio scaturisce come modalità vitale.

Se si desidera fare qualcosa e un intimo freno suggerisce il contrario, a parlare potrebbe essere il nostro condizionamento, l'io giudicante, valori della nostra cultura, insegnamenti ricevuti, schemi di pensiero. Questa non è voce interiore ma coscienza socio-familiare: è determinante capire la differenza: molte volte prendiamo delle decisioni credendo siano dettate dalla coscienza, mentre, in realtà, sono il risultato di sovrapposizioni che possono non appartenere più alla nostra natura e personalità.

Siamo realmente in contatto col silenzio interiore quando la sensazione di impassibilità prevale sull'impulso ad agire, quando si apre un vuoto e l'energia sembra arrestarsi, non ci sono voci, ma solo un richiamo all'essenziale. Si accede all'essere liberato dall'aver e dal fare.

La silenzio interiore è un fenomeno energetico. Se si affida alla consapevolezza, immersi nel silenzio, si raggiunge un senso di centralità tranquillizzante. Osho sostiene che la morte della mente è la nascita dell'osservazione. Il silenzio parte dalla fuga dal rumore, il problema è avere il coraggio di chiamare rumore anche sistemi di riferimento consolidati da annosa abitudine.

Carlos Castaneda ne *Il lato attivo dell'infinito*, riferisce che gli sciamani dell'antico Messico erano soliti elaborare un'infinità di sistemi per scuotere o addirittura traumatizzare se stessi o i loro colleghi, per raggiungere la condizione tanto ambita del silenzio interiore. Al contrario di Osho, credevano che i gesti più disparati, apparentemente lontani da tale obiettivo, come per esempio saltare in una cascata o passare la notte appesi a testa in giù sul ramo più alto di un albero, fossero passaggi chiave per realizzarlo.

«Il silenzio interiore inizia ad agire nell'attimo stesso in cui cominci ad accumularlo. Gli antichi sciamani volevano ottenere il risultato supremo, il raggiungimento, cioè di quella soglia individuale di silenzio» È tale risultato era ciò che gli antichi sciamani chiamavano "fermare il mondo": l'attimo in cui tutto ciò che ci circonda cessa di essere ciò che è sempre stato. Questo è il preciso momento in cui gli sciamani ritornano alla loro vera essenza. La definivano anche "libertà totale": in quell'istante l'uomo-schiavo diventa l'uomo-libero. Questo genere di libertà è il gradino più vicino all'estasi.

«L'estasi è un linguaggio che gli uomini hanno completamente dimenticato. La società è contro l'estasi, perché ha un enorme interesse a mantenere gli uomini nello stato in cui si trovano. Un uomo estatico può essere solo libero. L'estasi è libertà. Non può essere ridotto a uno schiavo. Vuole danzare sotto il cielo stellato, lasciarsi portare dai venti, avere colloqui con il sole e la luna. Ha bisogno di spazio, di infinità, dell'immensità del tutto». Queste parole di Osho confermano solo in parte la posizione dei mistici occidentali, poiché mentre l'atteggiamento estatico viene confermato come sostanzialmente analogo a quello di Pascal, l'accessibilità all'estasi nel pensiero indiano è resa possibile per molti, non è segno di predilezione divina.

La democrazia sottesa in quest'atteggiamento mentale è rivoluzionaria: non pochi ma tutti possono essere gli eletti. Ancora Osho: «Se riesci a essere contento con piccole cose, all'improvviso vedrai una gioia immensa discendere su di te. La gioia proviene dal Tutto, la contentezza crea la capacità di riceverla. Per diventare religiosi è sufficiente essere sempre contenti. Se riesci a vivere in allegria, questo già basta: a quel punto Dio scenderà su di te. Tu crei la ricettività, la rispondenza del tuo essere contento prepara il cuore, lo rende aperto, ricettivo, spalanca le tue porte»¹⁵⁴. Bisogna essere "piccoli e gioiosi"? Parole e suggerimenti che ci ricordano Madre Teresa di Calcutta che si definiva la "matita di Dio". Umiltà.

Se anche le piccole cose si collegano all'estasi si conferma quanto già si diceva nel precedente capitolo che il silenzio si concatena anche al "piccolo" tempo, cioè all'attimo, all'adesso.

A questo punto si fa necessaria una precisa distinzione linguistica fra stare in silenzio, fare silenzio, e zittire: atteggiamenti molto diversi che si riflettono anche sul tempo. Meglio ri-esplorarli assieme. "Stare in silenzio" è atteggiamento che può essere anche di semplice educazione, è passivo, può essere tanto rispettoso quanto indifferente, certo non necessariamente partecipativo. "Fare silenzio" presuppone una scelta che si rinnova nel tempo, è frutto di attenzione e volontà, autoimposizione; "zittire", è imposizione sugli altri, o personale atto improvviso dovuto a motivi sovrastanti. Ad esso possiamo associare il "non parlare": una negazione che, ad essere precisi, non si relaziona necessariamente alla qualità del silenzio ma lo può presupporre, o, quanto meno crearne le premesse. Delle tre espressioni che includono il concetto di silenzio, lo "stare in silenzio" è quella proattiva all'atteggiamento estetico o estatico: predisposizione all'accoglienza, al lasciarsi modificare da quanto avverrà senza attese, pretese, o ansie. Dice Osho: «Quel giorno ogni ricerca si interrompe, e proprio il giorno in cui non ricercavo più qualcosa, e non aspettavo l'accadere di qualcosa, ecco che iniziò ad accadere».

Dal nulla sorge un'energia nuova. Non proviene da alcuna fonte particolare: dal nulla e da ogni luogo. Un "illuminato" accetta l'inesplicabile ed è testimone del tutto, in semplicità. Per arrivare ad essere semplici e testimoni si deve annullare il rumore nella nostra mente. Poiché il silenzio si affianca alla consapevolezza. Da essa parte, e con essa si rinforza e propaga.

È interessante e coerente la scelta orientale che riguarda la vita dei mistici: meglio non conoscerla a fondo, perché sapendo troppo su una persona, diventa più difficile comprendere il loro messaggio, che in realtà la trascende. I mistici vivono nell'assenza del tempo, non lasciano alcuna traccia; non credono ai nomi scritti sulla sabbia del tempo, sanno che saranno cancellati, quindi del tutto inutile scriverli. Meta del mistico è "svuotarsi", liberarsi dal coinvolgimento verso passato e futuro, liberarsi dalla coscienza del proprio esistere. Gialal ad-din Rumi, poeta del tredicesimo secolo dice che il "Sufi è figlio del tempo presente". Come dire che esiste senza riflessione.

Silenzio e sospensione temporale. L'importante è vivere nella consapevolezza, e, per quanto riguarda i mistici, nel piacere di essere un mezzo, non un fine. Arthur Koestler non è un mistico, ma da scrittore consapevole, nella cella della morte di una prigioniera spagnola, mentre ragiona sulla prova euclidea relativa alla infinitezza dei numeri primi, gli accade un'esperienza del tutto anomala che

¹⁵⁴ R. Osho, *Estasi, Il linguaggio dimenticato*, Milano, 2008, p. 15

descrive così: «Mi travolse come un'onda. L'onda ebbe origine in una comprensione verbale distinta; ma ciò evaporò subito, lasciandosi dietro soltanto un'essenza senza parole, una fragranza dell'eternità, un tremito di freccia nell'azzurro. Devo essere rimasto lì fermo per alcuni minuti, incantato con una consapevolezza muta che "questo è perfetto, perfetto" [...]. Poi galleggiavo sul dorso in un fiume di pace, sotto ponti di silenzio. Veniva dal nulla e fluiva verso il nulla. Poi non c'era alcun fiume né alcun Io. L'Io era cessato di esistere [...].

Quando dico "L'Io era cessato di esistere" mi riferisco ad una esperienza concreta che è incomunicabile verbalmente quanto il sentimento suscitato da un concetto di piano, tuttavia altrettanto reale, solo molto più reale. Infatti, il suo sogno principale è la sensazione che questo stato sia più reale di qualunque altro sperimentato in precedenza»¹⁵⁵.

Silenzio per allontanare i pensieri, per superare la propria individualità; per captare quel che circonda le parole. Per facilitare l'ascolto: «Ascoltate la poesia che circonda le parole, ascoltatene il ritmo, il canto, ascoltate la festosità di Kabir». Le possibilità sono sempre soltanto due: ogni volta che accade l'illuminazione, si diventa assolutamente silenziosi, oppure si espone in un canto. Danza e canto sono la voce dei Mistici, come per i Sufi, che danzano l'armonia celeste. E si assimilano al movimento delle stelle roteando le loro gonne bianche ed ampie come ad indicare un abbraccio cosmico. In Samuele 6, 20-23 si dice che la moglie di Davide apostrofò il marito con queste parole: «Mi vergogno di te, come puoi tu, un re, danzare davanti all'Arca!», Davide così risponde: «Non mi importa ciò che pensi. Se voglio ballare davanti alla parola divina: ballo! Il tuo pensiero non ha alcuna influenza su di me. I tuoi limiti sono i tuoi limiti. Non sono i miei, perché di fronte alla divinità io non possiedo limiti». La danza, dunque, per dire l'inesprimibile. Il gesto più potente della parola.

Ma nella danza è anche sotteso il silenzio della limitatezza della parola, che facilita l'assimilazione e si spazia nella consapevolezza del Tutto. Il silenzio si ascolta con maggiore attenzione delle parole. Questo succede anche nelle lezioni di musica ai bambini piccoli: l'esercizio del silenzio è il primo esercizio di ascolto. Di localizzazione nello spazio, di direzionalità, intensità, provenienza. Il primo obiettivo è l'attenzione che, spesso corrisponde con il dominio sulle proprie emozioni. L'attenzione si fonde al silenzio e alla serenità; il messaggio è costante: "sii semplicemente dove sei, sii vero e autentico, e sii spontaneo". Il bambino deve essere lasciato libero di essere se stesso, e contento di esserlo, la serenità è il punto di partenza indispensabile alla concentrazione.

Chi è sereno rispetta se stesso e l'altro; anche il rispetto è premessa dell'ascolto. In particolare l'attenzione innesca un processo cognitivo che obbliga a selezionare alcuni stimoli sonori e visivi ignorandone altri, la maggioranza.

10 - RISONANZA E CONSAPEVOLEZZA

"Risonanza" in fisica è il fenomeno per cui l'ampiezza delle oscillazioni indotte in un sistema a sua volta oscillante (meccanico o elettrico) tende, in particolari condizioni, ad esaltarsi; risonare è suonare di nuovo, ma in modo ampliato, più profondo. Gli effetti emotivi, nel tempo e nella memoria, possono risuonare con maggior forza aggregandosi ad altri vissuti anche inconsci o alle aspirazioni che non sempre riusciamo a capire o decodificare.

La risonanza è una fantasiosa forma di empatia con noi stessi, che potremmo chiamare "sintonia" se conoscessimo bene di che "tono" stiamo parlando. La risonanza attiva una circolarità che può stupirci e che solo nel tempo evidenzia risultati visibili. È una particolare forma di ascolto:

¹⁵⁵ A. Koestler, *The invisible Writing*, New York, 1969, p. 429

abbandonato, ripreso, sognato e riascoltato anche senza la partecipazione di una volontà cosciente. La risonanza si attiva anche con la consapevolezza: l'abitudine a coscientizzare il nostro presente. La consapevolezza vive e si amplia nel tempo presente al contrario della risonanza che è la vibrazione prolungata ad oltranza di avvenimenti ed emozioni datati nel tempo che vogliono lasciare un segno significativo nella nostra vita. Mentre la risonanza ci sorprende come un accadimento non voluto, la consapevolezza se ne distanzia per il fatto che appartiene alla nostra volontà. La consapevolezza è il guardarsi "*hic et nunc*", l'adesione totale al presente: meglio, la stessa dilatazione del presente stesso. È pratica venuta dall'Oriente, che porta alla coscienza anche gesti involontari, e li sottopone non al giudizio della mente ma alla pura osservazione: il solo fatto di "guardare" ci fa cambiare il nostro stato interiore, ci permette di allontanarci dalle nostre emozioni, senza giudicare, serenamente.

La consapevolezza, prima o poi (è il suo destino) incontra l'accettazione.

II - ASCOLTO ED ATTENZIONE

"Ascoltare" significa "porre attenzione", non a caso la parte più consistente ed ampia della comunicazione abbraccia l'atteggiamento "non verbale". Il "non verbale" è il linguaggio del corpo. Il corpo ha codici propri, attraverso i quali esprime gioia e sofferenza, ma è anche linguaggio in sé, il corpo è stato definito "un libro di carne" (Annick de Souzelle). Dal contatto degli occhi, al movimento del busto, al gesto delle mani, al dondolio dei piedi: il visivo ci attaglia più del sonoro. Per questo motivo è bene girare lo sguardo su tutto l'uditorio quando si sta parlando: tutti si sentiranno coinvolti e, quindi, più attenti. L'attenzione manifestata con lo sguardo nei confronti di chi ci sta ascoltando, a sua volta, sarà sostenuta dall'eleganza del gesto che potrà sottolineare l'importanza di certi argomenti, ma anche dalla presenza delle *slides* che nella loro brevità focalizzeranno la memoria visiva.

Una metafora usata spesso è quella del filtro che lascia passare soltanto gli stimoli scelti come rilevanti. Agli albori della psicologia scientifica, lo studio dell'attenzione fu un tema privilegiato di ricerca. Il metodo introspettivo aveva dato informazioni e proposto concetti considerati validi ancora oggi. Questo metodo però non consentiva di arrivare ad una definizione oggettiva delle componenti dell'attenzione. Sul finire degli anni '50, con l'affermarsi della psicologia cognitivista, l'interesse verso questo aspetto dell'apprendimento trovò nuovo vigore. Contemporaneamente l'affinamento delle tecniche di studio delle funzioni del sistema nervoso ha specificato ancor meglio le indagini. Attenzione e livello di attivazione sono due stati correlati ma non identificabili.

La comunicazione che "arriva" è quella che coinvolge sempre tutti i sensi, vanno, quindi utilizzati tutti i canali di accesso per rendere la comunicazione gradita alla totalità del pubblico. Approfondire la comunicazione paraverbale significa aggiungere efficacia, precisione e completezza arricchendola di emozioni e sentimenti, elementi imprescindibili in qualsiasi messaggio.

È limitante e fuori luogo considerare "non verbale" il messaggio silenzioso: il fatto di non produrre suono e non essere collegato alla voce, non significa che miri a zittire i pensieri, anzi, arricchisce di sottintesi, emotività e logiche silenziose che pregnano o capovolgono il significato delle stesse parole. L'uomo da sempre si è appoggiato ed ha sviluppato l'abitudine alla sinestesia, ciclicità sensoriale connaturata alla realtà della comunicazione. Il problema principale sotteso nella comunicazione è quello della congruenza fra gesto, parola e silenzio in una comunicazione il cui assunto più sentito dev'essere principalmente il richiamo alla verità, o per lo meno all'onestà, e l'attenzione si svolge in linea con una volontà di comprendere la totalità dell'uomo portatore del messaggio.

CONCLUSIONI

Se questa ricerca è stata imperniata sul silenzio, pure è risultato chiaro fin dalle prime battute quanto esso si rapporti alla qualità dell'ascolto, alla cultura acquisita e d'origine e, infine, alla capacità di realizzare un rapporto empatico con se stessi e con gli altri.

Sia considerato nelle vesti di contenitore o di contenuto, rito o pausa all'interno di un messaggio artistico, culturale, mistico o comunicazionale, sia o non sia malato o catartico, richieda o no l'attraversamento di un deserto interiore, si manifesti in modalità diverse, il silenzio include in se stesso una ricca serie di gradualità relative all'intenzione e alla propensione comportamentale.

Assodata la necessità di accettarne e riconoscerne il valore, il silenzio "sano" è garante di equilibrio e armonia, di apertura e libertà riferibili tanto alla propria che alla vita degli altri. Spesso trattenersi dal pronunciare una domanda può essere più saggio che l'esprimerla, nello stesso tempo accettare i silenzi dell'altro è garanzia di rispetto del suo *kairòs*, del suo tempo propizio per confidenza e apertura.

Nel rapporto spazio-temporale il silenzio è distanza, nel rapporto col disagio il silenzio è malattia. Il silenzio può essere spiegato da definizioni opposte, il suo è il regno del possibile. Per questo motivo è attivatore di attenzione, responsabilità, intelligenza: basta saperlo accettare e definire nei mille modi che gli appartengono.

Giuliana Stecchina, laureata in filosofia, concertista e titolare della cattedra d'arpa al Conservatorio di Trieste, conduttrice radiofonica, autrice di racconti, pièces teatrali e dei volumi "Rossini e dintorni" e "Parole e non", volge i suoi interessi a temi della musica e della comunicazione.

BIBLIOGRAFIA

- AA.VV., *L'ascolto che guarisce*, Assisi, 1989
- AA.VV., *Le trecento poesie T'ang*, Torino, 1961
- L. Accattoli, J. Forzani., *La compassione Buddhista, Il perdono Cristiano*, Villa Verucchio (Rn), 2006
- L. Anolli, *Mentire*, Bologna, 2003
- C. Bologna, *Flatus vocis. Metafisica e antropologia della voce*, Bologna, 1992
- G. Borio, M. Garda (a cura di), *L'esperienza musicale. Teoria e storia della ricezione*, Torino, 1989
- C. Casini, *L'arte di ascoltare la musica*, Milano, 2005
- B. Cassoli, P. Cassoli, *La parapsicologia*, Milano, 2001
- C. Castaneda, *Il lato attivo dell'infinito*, Milano, 1998
- P. Citati, *L'armonia del mondo. Miti d'oggi*, Milano, 1998
- P. Citati, *La mente colorata. Ulisse e l'Odissea*, Milano, 2008
- M. Delli Ponti, B.L. Pleozza, *Il terzo orecchio. Dalle forme dell'ascolto alla musicoterapia*, Torino, 1991
- G. Dorfles, *Horror pleni. La (in)civiltà del rumore*, Roma, 2008
- U. Eco, *La struttura assente*, Milano, 1963 (ed. modificata, 1975)
- U. Eco, *Lector in fabula*, Milano, 1979
- O. Falworth, *La gioia di vivere*, Cesena, 2004
- H.-G. Gadamer (et al.), *Platone tra oralità e scrittura : un dialogo di Hans-Georg Gadamer con la Scuola di Tubinga e Milano e altri studiosi (Tubinga, 3 settembre 1996)*, introduzione di H.-G. Gadamer ; prefazione, traduzione e note di G. Girgenti, Milano, 2001
- A. Gagliarducci, *La musica dell'altro. Sinfonia delle differenze*, Villa Verucchio (Rn), 2009
- U. Galimberti, *Parole nomadi*, Milano, 2006
- M. Heidegger, *Saggi e discorsi*, Milano, 2007
- C.G. Jung, *L'uomo e i suoi simboli*, Milano, 2009
- A. Koestler, *The invisible Writing*, New York, 1969

- F.A Leoni, *Dei suoni e dei sensi. Il volto fonico delle parole*, Bologna, 2009
- J. Maróti, *Musica e uomo*, Milano, 1987
- R. Osho, *Estasi, il linguaggio dimenticato*, Milano, 2008
- F. Rella, *Il silenzio e le parole. Il pensiero nel tempo della crisi*, Milano, 1988
- R. Rossi, *L'ascolto costruttivo. Tecniche ed esercizi per formarsi all'osservazione e all'accoglienza*, Bologna, 2001
- G. Stecchina, *Parole e non. Elementi di linguaggi comparati*, Trieste, 1993
- A. Tomatis, *L'orecchio e la voce*, Milano, 1997
- P. Watzlawick, *La realtà della realtà, Confusione, disinformazione, comunicazione*, Roma, 1976