

COMUNICARE IL SORRISO DI DIO

Proposta per oggi : VENERDI' 17 APRILE

Vivere l'empatia è come sviluppare un sesto senso: vediamo con gli occhi, ma percepiamo ciò che è invisibile; con le orecchie udiamo parole, ma con il cuore ci accorgiamo di cose che rimarrebbero inascoltate.

L'empatia ci fa andare al di là di ciò che vediamo e sentiamo, e qualunque messaggio che l'altro ci invia, riusciamo a riceverlo come espressione dei suoi sentimenti e dei suoi bisogni.

Quando una persona ci rifiuta, probabilmente è perché ha maggior bisogno di empatia e comprensione.

Quando l'altro ci dice "No!", dovremmo provare ad indovinare ciò che prova e ciò di cui ha bisogno in quel momento.

A questo riguardo ascolta quest'esperienza accaduta a Marshall B. Rosenberg
«Stavo lavorando con un gruppo di persone nella moschea di un campo profughi in Palestina. E quando il mio interprete disse loro che ero un americano, immediatamente un signore che stava dietro agli altri saltò in piedi e mi urlò con quanta voce aveva: "Assassino!"

Che cosa devo sentire se qualcuno mi chiama assassino? "Vedi la bellezza in me". Le persone hanno bisogno che noi vediamo la bellezza che c'è in loro, tanto più quando comunicano in un modo che la rende più difficile da vedere. Come lo studente che dice: "Lasciami stare, stupido" o come lo studente che non sta dicendo niente. Questo è proprio il caso in cui hanno maggiormente bisogno di empatia. Anche se non dici nulla, se la tua attenzione sta proprio su queste cose, il dialogo immediatamente si trasforma.»

Il bambino arrabbiato che ci lancia un giocattolo.

Il ragazzo difficile che attira continuamente l'attenzione su di sé.

Il partner che ci dice di lasciarlo stare.

Dietro ad ogni chiusura o parola che ci allontana, c'è sempre la stessa disperata invocazione: "Accorgiti di me e vedi la bellezza che c'è in me".

Invertiamo le carte: non è ciò che anche noi vogliamo dagli altri?

Quando parliamo e quando stiamo in silenzio; quando sussurriamo come quando urliamo; quando facciamo una cosa oppure non la facciamo (nonostante sappiamo che dovremmo farla): in ogni situazione noi vorremmo che gli altri si accorgessero che esistiamo, e che riconoscessero quanto siamo belli, cioè che abbiamo una dignità, delle capacità, dei sentimenti e dei bisogni.

Provaci, oggi, ad ascoltare quell'accorato appello che proviene da ogni persona intorno a te:
"Vedi la bellezza che c'è in me".

Tanta bellezza che ha bisogno di essere vista e riscoperta.

A domani,

Ogni cosa ha la sua bellezza,
ma non tutti la vedono.

(Confucio)

