

## **PAZIENZA, STRATEGIA VINCENTE PER CONDIVIDERE E ACCOGLIERE**

**Un atteggiamento paziente è sempre segno di profonda comprensione. Solo chi si sforza di esercitarlo può riuscire a mettersi nei panni dell'altro e capirne le ragioni**

di **Luciano Moia**

Pazienza! Parola bellissima perché rimanda a un atteggiamento che talvolta può risultare di autentico eroismo. Il capo urla, si agita, snocciola con voce alterata le pessime litanie del suo disappunto per un motivo che a noi appare del tutto ingiustificato? La tentazione immediata sarebbe quella di replicare con altrettanta veemenza per dimostrargli che ha torto marcio, che parte da un presupposto sbagliato, che le sue ragioni non sono suffragate dalla verità dei fatti. Ma sarebbe sbagliato. E il festival degli acuti e dell'irritazione non servirebbe a nulla. Spiegarsi con pazienza. Mantenere la calma. Controllare il registro della voce. Mostrare un atteggiamento capace di sottolineare, con gesti pacati, la forza delle nostre convinzioni diventa spesso una strada per risolvere anche le controversie più accese.

Purtroppo abbiamo spesso la tentazione di trasferire anche nella vita reale, in famiglia o sul lavoro, il clima concitato, le parole esagerate, i toni esacerbati e aspri mutuati dalla maggior parte dei talk show. Nella finzione televisiva non c'è quasi nessun dibattito dove non si finisca a sciabolate verbali, come se lo spettacolo risultasse meno interessante se i contendenti non si accapigliano con parole aspre, volti tesi, sguardi accesi e spiritati. Alla fine, la somma confusione e i decibel fuori misura, rendono impossibile cogliere il senso delle reciproche motivazioni e chi ascolta rimane con le proprie convinzioni e, soprattutto, con la sensazione di aver perso tanto tempo ad ascoltare inutili controversie. Per fortuna la realtà è spesso molto diversa dagli inganni urlati di certi opinionisti.

Ma può capitare anche in casa di lasciarsi cogliere dal nervosismo e di replicare con toni esagerati e scomposti alle spiegazioni di un figlio che teorizza la bellezza di studiare filosofia mentre lo stereo vomita musica metal al massimo volume. La reazione più naturale sarebbe quella di coprire con le nostre urla gli acuti apocalittici dei "Manowar" che fanno increspare l'intonaco del soffitto. Ma a cosa servirebbe? A rendere impossibile un confronto già difficile. Anche in questo caso non c'è gesto più maturo, scelta più razionale, impegno più proficuo di quello che induce ed esorta se stessi e gli altri all'esercizio della pazienza. E quindi spegnere lo stereo, avvicinarsi con il sorriso e spiegare ricorrendo a toni sommessi che la "Critica della ragion pura" diventa labirinto della follia se, insieme alle tesi della metafisica di Kant, il nostro cervello assorbe anche i frastuoni obliqui e sgangherati di certa musica. Di fronte alla ponderata fermezza delle nostre argomentazioni può anche capitare che il ragazzo decida di ascoltarci per qualche momento. L'abbiamo convinto? Difficile dirlo. Ma intanto siamo riusciti a stabilire un rapporto tra esseri pensanti che, al contrario, irritazione e asprezze avrebbero vanificato.

Spesso si confonde la pazienza con la rassegnazione, l'indifferenza, la sopportazione

supina e amorfa. Al contrario la pazienza, quando vissuta come impegno consapevole finalizzato al conseguimento di un bene, diventa sorriso benevolo, accoglienza positiva, sguardo amorevole, porta che si apre all'incontro e alla comprensione, ponte per mettere in collegamento anime turbate, strategia semplice per avvicinarsi al disagio di chi ci sta di fronte e stemperarlo in quell'abbraccio interiore che scioglie i reciproci sospetti e rende possibile proseguire il dialogo. Riuscire a parlarsi, anche quando i sentimenti negativi sembrerebbero soffocare ogni possibilità di incontro e la schiuma del disappunto cresce nel cuore come l'urlo delle onde in una cupa burrasca, diventa talvolta sforzo terribile. Qualcuno può pensare che, di tanto in tanto, abbandonarsi all'intolleranza (verbale) possa risultare benefico per arrivare a un chiarimento. Ma alzare la voce è sempre segno di debolezza. La forza autentica è quella di chi riesce, anche nelle situazioni più spinose, a non abbandonare mai lo stile della pazienza, sempre che la pacatezza non diventi artificioso snobismo o atteggiamento di falsa superiorità. Quando è sincera, la pazienza è infatti segno di profonda comprensione. Solo chi si sforza di esercitarla sempre e comunque, può riuscire a mettersi nei panni dell'altro e capire le ragioni che hanno suscitato fastidio, nervosismo, disagio, sofferenza.

Chi vive con una persona anziana per esempio sa com'è difficile esprimere una richiesta con delicatezza, senza offendere la sensibilità di chi ascolta. Spesso l'anziano coglie sfumature che non avremmo voluto manifestare e innesca dentro se stesso retro pensieri che finiscono per complicare i rapporti e alzare barriere d'incomprensione. La pazienza qui è fondamentale per riprendere il filo dei discorsi, presentare in modo sempre sereno i nostri propositi, affrontare da approcci diversi un ragionamento che magari, per una, due, tre volte non si era riusciti a far passare.

Nella pazienza c'è infine anche una traccia tenace d'umiltà che può sgretolare i momenti più spigolosi e aprire la strada alla bellezza di un rinnovato abbraccio nel segno del perdono. "Santa pazienza", dicevano i nostri nonni. Ma nella nostra società intollerante e spigolosa in ogni rapporto, ci sembra un auspicio quasi eccessivo. Ci accontenteremmo di una pazienza "normale", moderata, capace di stemperare un po' il clima iroso e incandescente in cui tutti siamo immersi.