

Lo spazio del vero incontro. I sette passi per incontrare l'altro nel dialogo.

di Stefania Giorgi *

*Ogni vita autentica è incontro.
L'incontro non sta nello spazio e nel tempo.
Sono spazio e tempo a stare nell'incontro.*
Martin Buber

L'incontro, oggi, è la cosa più difficile. Non è una questione di agenda. Il vero incontro tra esseri umani, quando accade, non ha nulla a che fare con l'imbattersi in qualcuno ma è piuttosto un *andare verso*, muoversi intenzionalmente in direzione di un'altra persona, accoglierla, ascoltarla, accettarla per quello che è.

Qual è il significato, il valore dei nostri incontri? Chi e quando incontriamo?

Per introdurre il tema dell'incontro, parto da un pensiero di Martin Buber, filosofo ebreo tedesco, nato a Vienna nel 1878 e morto a Gerusalemme nel 1965. Secondo Buber, il senso fondamentale dell'esistenza umana è da rintracciarsi nel principio dialogico, cioè nella capacità di stare in relazione totale con la natura, con gli altri uomini e con le entità spirituali, ponendosi in un rapporto *Io-Tu*. L'uomo autentico si definisce come persona che nella relazione Io-Tu prende coscienza di sé come soggettività. La realtà dell'uomo sta nella relazione, afferma Buber, nel contatto, nel confronto con l'altro, ossia nell'intersoggettività. L'IO per esserci deve rapportarsi con l'altro che è determinante per l'identità individuale.

Dunque, io posso realmente conoscermi e sperimentarmi solo nella relazione con l'altro che è altro da me ed è in questa diversità che può nascere qualcosa di nuovo e di inatteso. Sempre Buber, a questo riguardo, afferma: *“E' la diversità degli uomini, la differenziazione delle loro qualità e delle loro tendenze che costituisce la grande risorsa del genere umano”*.

L'altro non deve necessariamente piacerci; non dobbiamo essere d'accordo con lui. Può esserci uno spazio per l'incontro anche se l'altro

*Counsellor, coach e facilitatore dei processi di apprendimento nei percorsi di formazione per lo sviluppo delle abilità di counselling e il miglioramento delle relazioni nei gruppi di lavoro in sanità e nella scuola. E-mail: sg.office@mclink.net

non è disponibile perché non accade in risposta a una domanda e non è una necessità semplicemente sopraggiunge quando, invece di reagire, io sto e aspetto.

Se osserviamo, per la maggior parte del tempo vediamo nell'altro quello che ci aspettiamo di trovare: lo fissiamo in un'immagine stereotipata da cui non esce, così come noi stessi siamo intrappolati nell'immagine che abbiamo e diamo di noi.

Vediamo solo quello che sappiamo o crediamo di sapere. Tutto è fermo in una continua ripetizione che porta alla immobilità. In questa staticità potremmo anche sentirci al sicuro: non rischiamo nulla ma la nostra percezione appassisce e i nostri sensi si intorpidiscono.

In questo stato, non c'è un movimento ritmico tra "dentro" e "fuori", "fuori" e "dentro": siamo fermi e, per la maggior parte del tempo, non ne siamo consapevoli.

A volte siamo troppo nel passato mentre l'incontro accade nel presente: è un istante ma la qualità di quell'attimo lascia una traccia nella nostra storia così come nella vita dell'altro. Se esito nel dire qualcosa, lascio spazio alle mie modalità ripetitive: resterò nell'incertezza e il momento sarà passato.

L'incontro è qualcosa di diverso da una conversazione: è un miracolo che accade nella fiducia di sé e dell'altro, quando il cuore si apre e il giudizio tace.

"Il vero incontro può essere un atto di cura", afferma Shirley Routledge¹. In questa accezione, la cura è intesa come dimensione del contatto, l'entrare in una relazione e starci, creando uno spazio aperto dove possiamo fare esperienza dell'altro, con l'altro e lasciare che questa ci cambi, sperimentando qualcosa di sorprendente, di creativo.

Come possiamo dare un respiro diverso alle nostre relazioni e aprire uno spazio aperto al vero incontro? E' possibile uscire da questo torpore, risvegliando le qualità dell'lo ed educarci ad entrare in un nuovo tipo di presenza che è attesa, silenzio e calore. Il processo di base è nel respiro: un dialogo tra due anime.

¹ nel capitolo "Human Encounter", in Coenraad Van Houten *Practising Destiny. Principles and Processes in Adult Learning*, di prossima pubblicazione in Italia.

Quali facoltà possiamo coltivare per incontrare l'altro nel dialogo?

Possiamo fare esercizio, sperimentando i sette passi per il vero incontro che C. Van Houten indica nel suo libro:

1. accettare l'altro senza condizioni, accoglierlo così com'è ora, nel momento presente, senza giudizio, pregiudizio; senza volerlo migliorare o desiderarlo diverso da com'è
2. osservare e percepire l'altro con un reale interesse per la sua unicità in tutti i suoi diversi aspetti, usando tutti i nostri sensi. Andare oltre l'apparenza esteriore, essere "curiosi" dell'altro. Governare le proprie *reazioni automatiche*, gli effetti di associazioni, ricordi, esperienze precedenti, sentimenti di simpatia /antipatia. Ascoltare con empatia, sapersi *mettere nei suoi panni*
3. essere presenti nel "*qui e ora*" nella relazione tra me e l'altro; essere veramente sé stessi, mostrarsi all'altro così come si è, abbandonare i ruoli, le difese, i comportamenti superficiali e stereotipati. Esserci, senza richieste o condizioni, né aspettative di ricevere nulla in cambio
4. creare uno *spazio aperto* tra me e l'altro, uno spazio vuoto dove portare l'attenzione su ciò che accade tra me e l'altro, insieme. Accettare la propria "perdita di controllo", e fare esperienza di un possibile senso di vuoto, d'impotenza e di paura. Accogliere il silenzio, senza volerlo *riempire*, portando calore nella relazione con la nostra presenza attiva. Percepire con tutti i nostri sensi ciò che accade nel momento presente
5. avere il coraggio di entrare in questo spazio aperto. Darsi, portare qualcosa di noi, "*investire*" nella relazione. Entrare in contatto empatico con l'altro, i suoi sentimenti, le domande, i timori. Rispettare la volontà dell'altro, non forzare i tempi o sostituirci nell'azione. Correre dei rischi, prendersi la responsabilità di agire, compiere un *atto più libero*
6. riconoscere il vero essere dell'altro intuitivamente, come in un lampo. Comprendere ed esprimere in parole ciò che l'intuizione ha colto nello spazio aperto. Avere una "visione" profonda dell'altro. Essere riconosciuti dall'altro e, attraverso l'altro, conoscere meglio sé stessi. Trasformare ciò che è rimasto in sospeso, comprendere la direzione per le nostre intenzioni di vita

7. muoversi ritmicamente dentro e fuori dallo spazio dell'incontro: così può nascere il processo risanatore che porta aiuto. Applicare, dare forma coscientemente ai passi da 1 a 6, in un processo ritmico, vivo. Esserci per l'altro e anche poter ritrarsi in sé stessi, con onestà. Creare, riempire spazio, respirare. In questo ritmo, l'essere umano trova la chiarezza e la forza per agire creativamente in piena responsabilità e libertà.

Quando ripercorro questi passi mi rendo conto di quanto sia sfidante metterli in pratica sia nella vita sia in campo professionale. Se assumiamo che l'apprendimento avviene nella relazione così come la relazione è cura, quando si crea un rapporto basato sulla fiducia e il rispetto, allora penso che sia una sfida da cogliere con piena partecipazione e consapevolezza.

Mi piacerebbe che questo tema, così denso e profondo, potesse diventare un argomento aperto di confronto e si arricchisse di contributi, portando l'attenzione anche sull'importanza della parola nel dialogo con l'altro e sugli effetti che produce sulle persone, quale traccia lascia e come risuona.

Questo potrebbe essere lo spunto da cui partire per continuare la riflessione sul vero incontro che, quando accade, si rivela una opportunità unica, una sorta di magia che ha in sé qualcosa di sacro.