

INSTITUTO MISSÕES CONSOLATA

BIÊNIO SOBRE A PESSOA

29 de janeiro de 2021 – 29 de janeiro de 2023

Ficha 16 – abril de 2022

Dimensão humana

VIDA FRATERNA E COMUNICAÇÃO n.2

APRENDER A ARTE DE COMUNICAR

De tudo sou capaz Naquele que me dá força !
(Fil. 4,13)



**Biênio
sobre a pessoa**

PENSAMENTOS INICIAIS

“Na comunicação, nada pode jamais substituir, de todo, o ver e experimentar pessoalmente. Algumas coisas só se podem aprender, experimentando-as. Na verdade, não se comunica só com palavras, mas também com os olhos, o tom da voz, os gestos. O intenso fascínio de Jesus sobre quem O encontrava dependia da verdade da sua pregação, mas a eficácia daquilo que dizia era inseparável do seu olhar, das suas atitudes e até dos seus silêncios. Os discípulos não só ouviam as suas palavras, mas viam-No falar. Com efeito, n’Ele – Logos encarnado – a Palavra ganhou Rosto, o Deus invisível deixou-Se ver, ouvir e tocar, como escreve o próprio João (cf. 1 Jo 1, 1-3). A palavra só é eficaz, se se «vê», se te envolve numa experiência, num diálogo. Por esta razão, o «vem e verás» era e continua a ser essencial. (Papa Francisco, Mensagem para o 55º Dia Mundial da Comunicação, 2021)

Sobretudo não se deve murmurar do próximo. Para se difamar alguém não é preciso muito, mas, depois, como reparar o mal feito? Nunca nos arreponderemos de ter falado menos, mas sempre nos penitenciaremos por termos falado em demasia. Pode dizer-se tanta coisa sem malícia, e depois, há sempre a possibilidade de dar um conselho oportuno, de incutir ânimo, e, sobretudo, de dar bom exemplo e de rezar. Acontece que se divulgam coisas de que se ouviu falar, sem ter a certeza, provocando muitos inconvenientes. É tão fácil isto acontecer! Às vezes, nem sequer há má intenção, mas não há rigor no referir: inventa-se ou exagera-se. Quanto prejuízo pode ser causado na comunidade por um ou dois que não referem as coisas tal como aconteceram! Sejamos prudentes nas conversas. Nem tudo o que é verdade se deve dizer; e há também coisas que simplesmente não se devem dizer, e basta! Além disso sejamos caridosos: falta-se tão facilmente à caridade ao falar dos outros! (Tudo pelo Evangelho 130)

STATUS QUAESTIONIS

Viver é comunicar

Viver é comunicar. "A vida de todos nós é um matrimónio com as palavras; caminhamos com elas de manhã à noite; elas acompanham-nos como a nossa respiração; eles são a nossa respiração. **Nós somos as nossas palavras**"¹.

É correto e apropriado, portanto, tentar refletir sobre este fenómeno, especialmente porque a vida da comunidade se baseia na comunicação entre os seus membros. De facto, na comunidade, não se pode não comunicar. **Agir ou não agir, falar ou manter-se em silêncio, têm sempre um carácter comunicativo.** Sem comunicação, a vida não é possível. Pode faltar-nos muita coisa, mas não podemos passar sem alguém com quem falar e que nos escute. Comunicamos de vários modos, com a palavra e com o corpo. A língua não é certamente tudo na comunicação, mas sem ela não há ponto de partida para entrar no jogo da comunicação em qualquer comunidade humana

Falar é uma responsabilidade

A **comunicação** é uma necessidade humana vital, mas é também **frequentemente um sofrimento.** As palavras podem criar desconforto, mal-entendidos e interpretações erradas, especialmente no contexto de comunidades religiosas multiculturais.

As dificuldades de falar, e de comunicar em geral, consistem, entre outras coisas, no facto que quando comunicamos não dizemos ou comunicamos apenas algo, mas "dizemo-nos", "revelamo-nos", portanto "tiramos o véu", e por isso é importante que sintamos que vivemos num contexto no qual sabemos que somos bem-vindos, no qual confiamos, para podermos dizer-nos e exprimir-nos. Ao

¹ G. Colombero, *Das palavras ao diálogo. Aspectos psicológicos da comunicação interpessoal*, 1987, p. 5

comunicarmos, de facto, revelamos as nossas fragilidades, a nossa imaturidade emocional, os nossos medos, as nossas ansiedades.

Não só isso, mas **a comunicação é sempre um risco**: será que a outra pessoa me compreenderá? Serei capaz de transmitir eficazmente o que sinto?

Este aforismo do famoso jornalista e escritor francês, Bernard Werber, dá uma boa ideia da dificuldade em comunicar: "Entre o que eu penso, o que eu quero dizer, o que eu penso que seja, o que eu digo, o que vós desejais compreender, o que quereis que se diga, o que de facto compreendeis... existem pelo menos dez possibilidades de que surjam dificuldades de comunicação. Mas vamos tentar em todo o caso..."

As dificuldades de aprender uma língua e de dominar a palavra causam verdadeiro sofrimento naqueles que têm de comunicar. Por esta razão, os responsáveis da comunidade religiosa devem estar vigilantes, encorajando os mais tímidos a comunicar e criando espaços de expressão para os mais fechados, mas também contendo os intrusivos e travando os mais agressivos. Certamente, o uso da palavra é tão delicado e importante que é necessário recordar a **responsabilidade no falar**. Hans Georg Gadamer, filósofo alemão, expressou muito eficazmente o que experimentamos na nossa vida: "**A palavra falada já não é 'minha', mas é entregue a quem ouve.**"² A maior responsabilidade no falar é que a palavra falada já não pode ser chamada de volta. A palavra pronunciada pertence a quem a ouve. A responsabilidade no falar é uma responsabilidade que temos para com os outros na construção comum que pretendemos levar a cabo com eles. É responsabilidade da comunidade. Emmanuel Lévinas escreveu: "A língua é universal porque é a passagem do individual para o geral, porque oferece as minhas coisas aos outros. **Falar significa tornar comum o mundo, criar espaços comuns**"³.

² H.-G. Gadamer, *La responsabilità del pensare: saggi ermeneutici*, intr. e tr. de Riccardo Dottori, Vita e Pensiero, Milano 2002, pp. 57-58.

³ E. Lévinas, *Totalità e infinito. Saggio sull'esteriorità*, con un testo introduttivo di Silvano Petrosino, Jaca Book, Milano 1977, p. 74.

ILUMINAÇÃO

No relato da cura do surdo-mudo, o número de gestos feitos pelo Senhor é impressionante: ele chama o **surdo-mudo** de lado, põe os dedos nos ouvidos dele e toca-lhe a língua com a saliva, depois olha para o céu, suspira e diz: "*Effatà*", ou seja, «*Abre-te!*» (cf. Mc 7:31-37).

Porque é que Jesus faz tantos gestos, apesar de apenas lhe ter sido pedido que estendesse a mão sobre o doente? (cf. v. 32) Talvez porque a condição dessa pessoa tem um valor simbólico particular. Trata-se de **surdez**. O homem não conseguia falar porque não conseguia ouvir. Jesus, de facto, para curar a causa do seu desconforto, coloca primeiro os dedos nos ouvidos, depois na boca, **mas primeiro nos ouvidos**.

Todos temos ouvidos, mas muitas vezes não conseguimos ouvir, existe de facto uma surdez interior que é pior do que a física, porque é a **surdez do coração**.

Na nossa pressa, com mil coisas para dizer e fazer, não encontramos tempo para parar e escutar aqueles que nos falam. Arriscamo-nos a tornar-nos impermeáveis a tudo e a todos e a não dar espaço àqueles que precisam de ser ouvidos. Perguntemo-nos: como vai a minha audição? Será que me deixo tocar pela vida das pessoas, será que sei como ter tempo para ouvir os que me rodeiam? "Isto diz respeito a todos nós, mas de uma forma especial aos sacerdotes. O padre deve ouvir as pessoas, não ter pressa, escutar..., e ver como as pode ajudar, mas só depois de escutar. E para todos nós: primeiro escutar, depois responder: quantas vezes falamos sem primeiro escutar, repetindo os nossos próprios refrões que são sempre os mesmos! Incapazes de ouvir, dizemos sempre as mesmas coisas, ou não deixamos a outra pessoa terminar de falar, de se exprimir, e interrompemo-la". (cf. Papa Francisco, Angelus, 5 de Setembro de 2021)

A arte de comunicar na comunidade passa muitas vezes não pelas palavras, mas pelo silêncio, por não se obstinar, por recomençar pacientemente a ouvir a outra pessoa, a escutar as suas lutas, o que leva dentro de si. A cura do coração começa pela escuta.

ORIENTAÇÕES

"Comunicar é indispensável porque significa entrar numa relação consigo próprio e com os outros, comunicar é transmitir experiências e conhecimentos pessoais, comunicar é sair de si próprio para se identificar com a vida interior de outra pessoa, com os seus pensamentos e emoções. Entramos em comunicação, ou seja, numa relação com os outros, de uma forma que é tanto mais intensa e terapêutica quanto mais paixão sentimos e mais emoções somos capazes de experimentar e de viver. Se queremos criar uma comunicação autêntica com uma pessoa, se queremos realmente ouvi-la, não podemos deixar de ser acompanhados pelas nossas emoções. E comunicamos com as palavras, mas também com o corpo vivo, com o olhar, e com o silêncio, porque há também a linguagem enigmática do silêncio, um silêncio que fala com outras palavras, "as da maravilha, da alegria, das lágrimas e da esperança"⁴.

Se a comunicação é indispensável, então é necessário aprender a comunicar: um processo lento, não fácil, a ser continuamente retomado e verificado nos comportamentos do dia-a-dia, evitando cair na **ilusão - natural e quase óbvia - **de alguém pensar que é um bom comunicador** só porque escreve artigos, porque prega bem, porque relata factos, talvez até interessantes...**

Aprender a comunicar não é fácil, mas é necessário: cada comunidade religiosa mantém-se firme se cada um dos seus membros se aperceber que há outras pessoas ao seu lado com as quais necessariamente entra em contacto. O como depende da **presença ou ausência de um desejo de diálogo, partilha, interesse: todas as atitudes significam comunicação** ou então encerramento dentro do próprio mundo interior. Neste sentido, **a comunicação revela-se uma arte, não uma técnica, e uma arte que exige humildade.**

Os caminhos **para aprender esta arte** (sempre incompletos e provisórios) existem, e requerem discernimento, coragem,

⁴ Eugenio Borgna, *Parlarsi. La comunicazione perduta*, 2015, p. 8-9

perseverança e verificação, na convicção de que, para que **a palavra** floresça em toda a sua beleza, é necessário **escutar** e depois saber **guardar silêncio**.

Escutar

A verdadeira comunicação implica partilhar o que um é e escutar profundamente o que o outro é.

Escutar significa antes de mais aceitar em profundidade sacrificar aquilo que nos parece ser a coisa mais preciosa: **o tempo**: parar, encontrar-se, respeitar o tempo do outro e acolhê-lo na nossa vida.

Escutar significa estar atento, aceitar as palavras da outra pessoa, mas também tentar ouvir o seu "não dito", o que ele implica ou esconde. É apenas através deste exercício diário que **a verdadeira comunicação pode ser alcançada**, porque só através da escuta autêntica é que a outra pessoa passa a existir!

Escutar também significa poder partilhar perguntas e dúvidas, caminhar lado a lado. *É deixar-se conduzir pela palavra do outro para onde a sua palavra nos leva*, e isso permite-nos conhecer o outro por aquilo que ele é e pelo que ele diz de si próprio, e não pelo que penso que ele seja.

Escutar significa ainda acolher o outro e permitir que as diferenças sejam contaminadas e percamos a sua absolutização. Não se trata apenas de adquirir informações sobre o outro, mas de se abrir à "descrição" que o outro de mil maneiras faz de si mesmo e da sua própria história. Não se trata apenas de "hospedá-lo", de viver sob o mesmo teto, mas de acolhê-lo no nosso coração e na nossa vida!

Precisamos de praticar a arte de escutar: o frenesim em que às vezes vivemos impede-nos de ouvir corretamente o que a outra pessoa está a dizer. **E quando ela está a meio do seu discurso, já nós a interrompemos** e queremos responder-lhe antes mesmo que termine de falar. **«Não devemos perder a capacidade da escuta»**. (Cf. Fratelli Tutti 48)

Silêncio

A comunicação mais bem sucedida é aquela em que se respeita o silêncio, que é a condição para o encontro e a escuta. O silêncio não é mutismo, que é a simples ausência de palavras, pois o mutismo seria o fim não só da comunicação, mas também da fraternidade.

Se a qualidade da comunicação nas nossas comunidades é pobre, o silêncio também será muito provavelmente pobre: ou porque não se pratica ou porque é apenas a ausência de vozes e ruídos, um fechar-se ao outro; nesse caso pratica-se o "silêncio negativo" do qual só pode surgir a palavra-lugar-comum, a palavra-rótulo, a palavra banal e repetitiva, a palavra-mexerico e murmuração, a palavra negativa, a palavra oca que pretende ou finge preencher o vazio.

Assim, é urgente, para aumentar a qualidade da comunicação comunitária, redescobrir a necessidade do silêncio, a sua riqueza, porque só **quem ama o silêncio e o procura, é capaz de falar, de ouvir e escutar.**

Aquele silêncio do qual nasce a comunidade

Manter silêncio é uma verdadeira arte, uma virtude que não é fácil para nós homens de palavras, que somos chamados a viver num mundo cheio de palavras, feitas para se assemelharem a meros sons, muitas vezes desagradáveis, que de frequente ensurdecem e atormentam.

O silêncio prepara a palavra e constitui a sua fonte privilegiada. A palavra tem peso quando o silêncio é ouvido dentro dela; o silêncio torna-se então o conteúdo secreto das palavras que importam, que deixam a sua marca na vida de quem as escuta.

Do encontro frutuoso entre silêncio e palavra, palavra divina e palavra humana, nasce a verdadeira comunicação e a autêntica comunidade. Assim, se realmente fizéssemos este exercício do verdadeiro silêncio, todos nos poderíamos compreender muito melhor, porque o silêncio é o ventre natural da palavra, de cada palavra que quer ser verdadeira.

"Depois do terramoto apareceu um fogo, mas o Senhor não estava no fogo. Depois do fogo ouviu-se uma brisa suave". (1 Reis 19:12)

Palavras

Na arte da comunicação, a palavra tem uma ligação vital fundamental com o silêncio e a escuta. De facto, só quando nasce da audição e do silêncio é que a palavra é saudável e constrói fraternidade, caso contrário, torna-se inútil se não prejudicial.

Discurso claro e direto

A fala deve transmitir o seu conteúdo de uma forma clara e imediatamente compreensível. Na comunicação é necessário não deixar vago "o quem", "o quê", "o onde" e "o quando". Expressões como "ninguém me compreende" ou "nunca me sinto valorizado" apenas criam confusão.

Também porque, se pensarmos nisso, **tais expressões gerais e imprecisas** referem-se sempre a um episódio preciso. Comunicar este episódio de uma forma descritiva e detalhada tornaria a comunicação clara e positiva.

Da mesma forma, **uma palavra clara** é também **uma palavra direta, dirigida ao interlocutor pretendido e não sussurrada** nas costas ou dita a uma pessoa para que outra pessoa a possa compreender. Eis uma boa regra de ouro: **não fales do teu irmão, mas sim ao teu irmão.**

Palavras para guardar

Claro que isto também funciona no sentido oposto, não só como a capacidade de dirigir a palavra à pessoa em questão, mas também de **guardar a palavra confiada pela outra pessoa**. A comunicação verbal é por vezes, e até certo ponto sempre, uma abertura da intimidade ao irmão, e a entrega ao mesmo de segredos, problemas e assuntos profundamente confidenciais.

O ouvinte recebe, portanto, não uma palavra qualquer, mas um irmão que de alguma forma se lhe confia, "convencido", portanto, da sua confidencialidade e sigilo. Quanta amargura está ligada à surpresa de encontrar nos lábios de todos o que tinha sido confiada ao ouvido de um irmão e entregue ao seu coração.

Palavra no tempo devido

A palavra deve intervir **em tempo útil**. **Somos frequentemente demasiado impulsivos e agressivos na forma como falamos**. E só depois de termos falado é que nos arrependemos e tentamos compensar, mas até aí já ofendemos, insultámos e ficámos zangados. Por esta razão, a comunicação verbal só se torna esclarecedora quando é o resultado de uma reflexão pessoal que, em primeiro lugar, clarifica o assunto; caso contrário só contribui para a confusão que perpetua os conflitos e endurece as posições.

Palavra experiencial

Uma outra dimensão da **palavra autêntica é a da experiência**: a palavra deve ser a tradução fiel da experiência de vida, como uma narrativa do que a pessoa realmente experimentou e daquilo que tocou a sua vida em profundidade.

Não queremos dizer que cada palavra que sai da nossa boca deva descrever toda a nossa vida; queremos simplesmente afirmar que não existe fraternidade onde este tipo de **comunicação** está **ausente** ou é demasiado fraco.

Certamente, a palavra é um instrumento insuficiente para condensar em si a riqueza de certos acontecimentos e experiências de vida, e por esta razão **a palavra é humilde**, não pretende "dizer" tudo sobre o acontecimento, mas de alguma forma tradu-lo e transcreve-o, dá dele uma visão e sobretudo evita que seja esquecido.

O perigo da murmuração

A palavra pode tornar-se tanto um lugar de misericórdia como de possível violência, prevaricação e arrogância. São inumeráveis os apelos do Papa Francisco para um uso sóbrio, inteligente, caridoso e respeitoso das palavras. Ele fala de terrorismo da tagarelice. Portanto, a arte de comunicar exige uma grande **vigilância no uso das palavras na comunidade**.

Devemos ter cuidado com as palavras que murmuram, que falam mal do irmão que é insuportável, ou do superior que não nos ouve, e assim por diante. Murmurar é um falar que procura cúmplices contra alguém, uma palavra que se alimenta de comparações, uma palavra que não tem a coragem de sair para o exterior e que faz uso da dissimulação.

Tenhamos cuidado porque **uma comunidade pode ser destruída** por palavras lançadas ao vento, por palavras más, por palavras insinceras, mentirosas, dúplices. O lamento é uma linguagem que não edifica, por vezes é um apelo à cumplicidade dirigido aos outros, por vezes contribui para a criação de pequenos grupos de irmãos dentro da comunidade que se tornam portadores de uma contraverdade, de uma leitura alternativa do que está a acontecer, mas o que negativamente distingue estes procedimentos é a dissimulação, a falta de franqueza, de parrésia.

A reciprocidade

Em conclusão, a arte de comunicar deriva da convicção de que a comunicação não nasce do mais, do demasiado, de uma plenitude, mas de um vazio, da consciência de uma falta, de uma necessidade: **comunicar significa afirmar a necessidade de um pelo outro, reconhecendo que estamos sempre endividados e dependentes uns dos outros para vivermos.** Aqueles que sabem reconhecer a sua pobreza ontológica como sua verdade fundamental são capazes de comunicar.

Para ser verdadeira, a comunicação exige reciprocidade: põe duas ou mais pessoas à escuta, num diálogo no qual se revelam mutuamente com sinceridade, numa viagem de compreensão cada vez mais profunda e de crescimento intelectual, espiritual, social e cultural para todos. **A comunicação autêntica é uma partilha**, não uma doação simples e unilateral, e é um bem que se reflete sobre o doador.

Em suma, dizer-se é dar-se, num movimento que nunca é unidirecional, mas circular, recíproco e interativo entre parceiros que trocam sinais e mensagens para alcançar um entendimento, um acordo, ou seja, literalmente, uma harmonia de corações.

Não há fraternidade sem comunicação, tal como não pode haver comunicação sem fraternidade. **Por esta razão, a comunicação não é algo que é colocado na periferia da existência consagrada, algo que pode ser acrescentado à vontade,** mas está no centro como condição para construir uma vida que seja efetivamente fraterna!

PERGUNTAS

1. Que aspetos desta ficha te tocam mais de perto e porquê?
2. Que dificuldades encontras para comunicar com os outros?
3. Como vives a escuta e o silêncio na comunidade e com as pessoas?
4. Tens andado envolvido em alguma murmuração? Como te sentiste?
5. Que melhorias prevês para ti e para a comunidade na arte de comunicar?

ORAÇÃO CONCLUSIVA

*Senhor, ensinai-nos a sair de nós mesmos,
e partir à procura da verdade.*

*Ensinai-nos a ouvir, a não cultivar preconceitos,
a não tirar conclusões precipitadas.*

*Ensinai-nos a ir aonde ninguém quer ir,
a reservar tempo para compreender,
a prestar atenção ao essencial,
a não nos distrairmos com o supérfluo,
a distinguir entre as aparências enganadoras e a verdade.*

*Concedei-nos a graça de reconhecer a vossa presença no mundo
e a honestidade de contar o que vimos.*

(Papa Francisco, *Mensagem para o 55º Dia Mundial da Comunicação*, 2021)