# Aprirsi agli altri

**Autore:** Pasquale Ionata
**Fonte:** Città Nuova

¦ Che cosa direbbe a chi sente di essere insicuro e poco disinvolto, ma che desidera aprirsi e diventare più sciolto per entrare in contatto con gli altri?. Luigi - Bologna  Ci sarebbero tante cose da dire, ma direi soprattutto di riflettere su un episodio raccontatomi da un mio paziente, riferito ai tempi della sua adolescenza. Claudio era un carissimo amico di liceo che portava un'ondata di vitalità ed energia ovunque andasse. Dedicava tutta la sua attenzione a chi gli stava parlando, facendolo sentire estremamente importante e tutti gli volevano bene. Un caldo giorno d'autunno - mi spiegava -, lui ed io stavamo studiando in biblioteca. Mentre guardavo fuori dalla finestra vidi uno dei miei professori che attraversava il parcheggio. Non ho voglia di incontrarlo, dissi. Perché no?, chiese Claudio. Gli spiegai che nell'anno precedente, io e il professore avevamo avuto un alterco. Io mi ero offeso per alcune osservazioni che lui aveva fatto sul mio conto e per ripicca, lo avevo insultato a mia volta. Inoltre - dissi - io non gli piaccio. Claudio guardò la figura che passava per il posteggio. Forse lo hai affrontato nella maniera sbagliata - disse -, forse sei tu che lo rifiuti, e lo fai perché hai paura. Probabilmente lui pensa di non piacerti, e quindi non si comporta in maniera amichevole nei tuoi confronti. La gente ama coloro che li amano. Se tu ti occupi di lui, lui si occuperà di te. Vai a parlargli. Le parole di Claudio mi colpirono. Decisi di scendere dalle scale e di avviarmi verso il parcheggio. Salutai calorosamente il professore e gli chiesi come avesse trascorso l'estate. Lui mi guardò, sinceramente sorpreso. Ci incamminammo e chiacchierammo, e intanto immaginavo lo sguardo compiaciuto di Claudio che ci stava osservando dalla finestra. Claudio gli aveva spiegato un concetto molto semplice, così semplice che non si poteva credere di non riuscire ad arrivarci da soli. Molti giovani si sentono insicuri e quando affrontano gli altri hanno paura di come possano essere giudicati, mentre, in effetti, gli altri sono preoccupati di come si possa giudicare loro. Invece di cercare il giudizio negli occhi degli altri, occorre leggervi solo il bisogno che essi hanno di comunicare e di raccontare qualcosa di se stessi. In questo modo, potrai scoprire tutto un mondo fatto dei vissuti delle persone che incontri, un mondo che altrimenti rimarrebbe a te sconosciuto.