

Monsignor Carlo Rocchetta

La famiglia: comunità di tenerezza ad immagine di Dio Trinità.

Biografia di Mons. Carlo Rocchetta - *E' stato docente di sacramentaria alla pontificia università gregoriana di Roma e alla facoltà teologica di Firenze, docente attualmente all'istituto teologico di Assisi è socio fondatore della società italiana per la ricerca teologica (SIRT), e dell'accademia internazionale della spiritualità matrimoniale (INTAMS) che ha sede a Bruxelles, è direttore del corso di teologia sistematica di Bologna, ha pubblicato numerosi scritti e contributi a riviste scientifiche. Ad un certo punto del suo impegno ministeriale ha sentito forte il desiderio di dedicarsi totalmente alla famiglia e in particolare alle coppie in crisi e ai loro figli, ai coniugi soli e separati. E' stata un'esigenza interiore profonda, come una vocazione nella vocazione, che lo ha portato a lasciare le cattedre e gli altri impegni a livello nazionale per dedicarsi totalmente a questa missione o servizio. Le ultime opere infatti, nascono dall'attività come assistente spirituale al centro familiare "casa della tenerezza" di Perugia, che si occupa dell'accoglienza di coppie in difficoltà, della formazione alla vita coniugale e dello studio sulla teologia del matrimonio e della famiglia. Ci aiuterà a capire come la famiglia può essere comunità di tenerezza ad immagine di Dio Trinità.*

Saluto tutti voi che siete qui presenti per affrontare un tema che ritengo assolutamente decisivo oggi: la famiglia comunità di tenerezza.

Il terzo millennio o sarà il millennio della famiglia o non sarà. La "familiaris consortio" l'ha detto con assoluta forza: l'avvenire dell'umanità passa attraverso la famiglia. Interrogativo di fondo è: quale famiglia? La famiglia prima comunità di vita, di amore, dove i figli trovano nei genitori il primo segnale di tenerezza, il primo transfer di tenerezza oppure la famiglia non famiglia dove prevale l'isolamento dei componenti, dove prevale l'anarchia dei rapporti, dove non c'è una vera comunione-comunità. E' un interrogativo questo decisivo. Il tema che affronteremo questa sera vuole aiutarci un po' ad entrare in questa prospettiva della famiglia comunità di tenerezza ad immagine di Dio Trinità. Una comunità dunque nella quale la tenerezza diventa l'anima, il cuore pulsante del rapporto tra marito e moglie, tra genitori e figli, fra fratelli e sorelle, una comunità che in qualche misura, per quanto possibile umanamente, riproduce quel mistero di amore che costituisce l'essere di Dio. Dio che è amore, che vive in sé stesso questa eterna comunicazione tra il Padre, il Figlio e lo Spirito. La famiglia come riflesso storico di questo mistero ineffabile della Trinità. Dalla tenerezza dipende la felicità stessa dei coniugi, la felicità stessa dei figli. Io non credo di sbagliare a dire che la maggioranza delle patologie della vita coniugale incominciano quando tra i coniugi non c'è più tenerezza. Dico innanzitutto tra i coniugi perché essi sono la struttura portante della famiglia, chiaro che poi il discorso vale per i coniugi, per i genitori, per i figli. A tutti i livelli la perdita della tenerezza è quasi sempre l'origine di quei sintomi di malessere che caratterizzano spesso il vissuto della coppia. Per esempio la solitudine, la monotonia, la competizione, la conflittualità aggressiva, quasi sempre all'origine di tutto ciò c'è un vuoto di tenerezza amante. La stessa sessualità coniugale se non è ricolma del soffio della tenerezza amante rischia di essere svuotata del suo contenuto più alto. La tenerezza è la via di umanizzazione della sessualità. La tenerezza offre quello che la sessualità coniugale da sola non può dare. Offre il riconoscimento stupito dell'incontro, il senso della gratuità e della meraviglia, la bellezza spirituale di un'intimità

che vada oltre il solo scambio fisico. E' la tenerezza che offre questo incontro, questa meraviglia di essere dono, accoglienza, condivisione. La tenerezza decide della felicità stessa della coppia, parlo di felicità poiché la cosa che più colpisce quando le coppie vengono da noi e sono in difficoltà, è l'affermazione di lui o di lei: "non sono più felice", è la frase che ritorna. Non sono più felice, perché non si è più felici? Perché non ci si sente più amati. La tenerezza è proprio questo sentirsi amati e sentire di amare. Ecco dunque che l'argomento che vogliamo affrontare questa sera è fondamentale per i coniugi e direi è fondamentale per i figli. Quando una coppia vive una conflittualità permanente, quasi sempre i figli riproducono in sé una sorta di lacerazione, una sorta di dissociazione, disturbi di personalità. E quando la coppia si separa spesso i figli avvertono questa separazione come una vita spezzata, un qualcosa che si è frantumato. Voglio introdurre questo argomento leggendovi il tema di una ragazzina di I media, un tema che colpisce, che commuove, che fa tenerezza. Il titolo del tema è il seguente: Se tu potessi scegliere di rinascere indicando il luogo, la casa, scegliere le condizioni dei tuoi familiari, che cosa vorresti? Ciao, mi chiamo Chiara e mi ritengo una persona simpatica e calma. Purtroppo i miei sono separati da tre anni ormai ed io spesso sono molto triste perché non è semplice dimenticare i momenti felici passati tutti insieme con papà e mamma come una normale famiglia. Nel senso che chi potrebbe dimenticare i momenti felici passati insieme a scalare montagne, a fare gite al mare, tutte le vacanze trascorse con mamma e papà tra allegria e divertimento? Insomma quando passo davanti alla camera della mia mamma non posso fare a meno di pensare che una volta su quel letto ci dormivano due persone ed ora ce ne dorme una sola, che da un momento all'altro potrebbe dormirci un altro uomo. Ora i miei si odiano a morte, sembra quasi di vivere in mezzo ad un campo di battaglia nel quale mio fratello ed io siamo gli elementi di contesa. Negli ultimi tempi io e mia madre litighiamo parecchio, so che per alcuni di voi potrebbe sembrare normale litigare con i propri genitori, soprattutto se si è nel periodo dell'adolescenza, ma io e lei litighiamo non per motivi banali, bensì per motivi seri del genere "voglio andare a vivere con papà", "la mia vita con te è un inferno". È per questi ed altri motivi che mi piacerebbe rinascere lontano dall'Italia, giusto per dimenticare il mio brutto e triste in parte passato. Un paese lontano come l'America, sì proprio in America. Il paese dove visse mia nonna, il paese dove mio papà ha ereditato una casa, il paese che la mamma mi ha sempre proibito di visitare. Io (*e questo è il contenuto più toccante*) vorrei rinascere felice, vivere insieme, in una famiglia normale, con papà e mamma tra amore e tenerezza. Non vorrei più vivere nella situazione nella quale mi trovo, vorrei solo dimenticare l'inferno. Per tali motivi penso spesso a quella che potrebbe essere la mia giornata ideale e sarebbe questa: mi alzo alla mattina presto, mi lavo, mi vesto, vado a fare colazione e vengo accolta dai miei genitori con un bel "buon giorno Chiara". Dopo aver mangiato, mi lavo i denti, saluto tutti ed esco per andare a scuola. Finita la scuola torno a casa pranziamo insieme a tutta la famiglia, divertendoci, ascoltando come abbiamo passato bene la giornata. Faccio i compiti e una volta che tutti li hanno finiti, andiamo a fare un po' di compere. Torniamo a casa, felici e contenti, ceniamo, ci prepariamo per la notte e ci auguriamo "buona notte". Ecco, non mi sembra di chiedere troppo. Infine vi saluto con un grande ciao e al prossimo tema. E' un tema questo che ho voluto leggersi perché ci introduce a quello che è il dramma di tanti figli non solo di separati ma anche di coppie che non vivono la tenerezza, che vivono male l'essere coppia e trasmettono ansia, sofferenza ai propri figli. E' un tema che ci lascia anche commossi perché si sente che c'è una sofferenza dietro questa bambina di 12 anni. Purtroppo questi casi non sono più isolati. Quando ero giovane si individuava il caso particolare nel paese, adesso pare sia la maggioranza in questa situazione. In una III media di Perugia un ragazzino mi ha raccontato che nella sua classe su 24 alunni, 17 sono figli di separati. E' una percentuale notevole, più della metà. E ripeto non si tratta solo delle coppie separate ma anche delle coppie che non riescono a vivere una relazione positiva di affetto, di tenerezza. Ecco, per affrontare questa problematica nel tempo a disposizione io vorrei accennare almeno per grandi linee a tre orizzonti di riflessione. Anzitutto scegliere come sposi e genitori la tenerezza come progetto di vita. Secondo: la famiglia come comunità di tenerezza nel riflesso della cultura di Dio amore, di Dio tenerezza. Terzo: i figli come irradiazione storica dell'eterna fecondità trinitaria. Ecco i tre aspetti che cercherò di svolgere in

maniera anche molto semplice, non particolarmente complessa. Anzitutto la scelta della **tenerezza come progetto di vita** che riguarda innanzitutto gli sposi perché ripeto sono gli sposi la struttura portante della famiglia e successivamente il rapporto sposi-figli. Il termine tenerezza risveglia in tutti noi l'eco di sensazioni piacevoli, di ricordi belli. Da sola questa parola evoca la dolcezza, la delicatezza dell'amore che si espande. Coglie e dona. La tenerezza è l'amore che si manifesta al di là delle parole, si manifesta attraverso una carezza, un gesto, uno sguardo, una parola. La tenerezza è quel sentimento profondo che è scritto in tutti noi, che ci fa sentire di amare e di essere amati. Il termine tenerezza è così tanto evocativo perché esprime quello che è l'essere più profondo di tutti noi. Noi siamo esseri di tenerezza perché siamo creati ad immagine e somiglianza di Dio, infinita tenerezza. Non è possibile per un uomo, per una donna, per una coppia essere felici se non attivando questo sentimento profondo. È certo che chi non attiva questo sentimento sarà profondamente solo; non aperto al dono e all'accoglienza, si chiuderà in sé con mille forme di reazione. Un autore come Erich Fromm, che non è certamente un autore di ispirazione cristiana, fa notare che fra tutti i sentimenti che l'uomo ha sviluppato lungo la sua storia, non ne esiste uno che superi la tenerezza come qualità tipicamente umana e umanizzante. Bella questa affermazione! Vale a dire che chi non è capace di tenerezza, non raggiunge nemmeno la pienezza umana perché vuol dire che non è capace di commuoversi, di partecipare alle meraviglie dell'universo, di entrare nella relazione positiva amorevole con l'altro da sé. In fondo il contrario della tenerezza è la brutalità cioè l'incapacità a partecipare al vissuto degli altri. Guai quando il cuore umano non avvertisse più questo pathos, questa partecipazione al vissuto gioioso o sofferente degli altri. La tenerezza antropologicamente si radica nell'eros, nell'eros in senso alto che corrisponde quindi al desiderio di amore e di essere amati che è scritto in tutti noi. Questa è la vocazione fondamentale, nativa di tutti noi, la vocazione ad amare e ad essere amati. C'è un bellissimo testo, che non sto a leggere, nella "familiaris consortio" al numero 11 dove proprio il Santo Padre, Giovanni Paolo II, sottolinea questa vocazione nativa e fondamentale di ogni creatura umana, di ogni uomo, di ogni donna. In quanto creato ad immagine e somiglianza di Dio riportiamo in noi questa vocazione nativa e fondamentale che coinvolge tutto l'essere, corpo e anima, ragione e cuore, tutto l'essere è orientato a questa vocazione nativa e fondamentale, dunque la tenerezza non è qualcosa di facoltativo, appartiene alla nostra identità più profonda, alla nostra identità sessuale, maschile e femminile. La tenerezza è il pathos dell'amore, cioè è il sentire di amare e di essere amati, della bellezza spirituale, della coniugalità, della sessualità coniugale. L'etimo della parola tenerezza, almeno secondo alcune interpretazioni sembra derivare dal latino "tenerum" che significa "movimento verso". Un tendere verso l'altro da sé, protendersi verso l'altro e quindi il rapporto non rimanga un rapporto chiuso in se stesso ma una relazione con l'altro; l'altro sia inteso con la "a" minuscola, altro, ogni altro; sia con la "A" maiuscola, Assolutamente Altro. La tenerezza implica questa duplice coordinata. La coordinata orizzontale, e in quanto tale la tenerezza si oppone ad ogni atteggiamento di durezza di cuore e ripiegamento su di sé. La tenerezza è il contrario della rigidità, del muro, del chiudersi muro contro muro, è il contrario dell'egocentrismo. La tenerezza si protende verso l'altro da sé e desidera il suo bene. Dostoevskij definisce la tenerezza come forza dell'umile amore, in un passo bellissimo che si trova nei "fratelli Karamazov" dove il monaco russo Zosima dopo aver parlato dell'amore in tutte le sue varianti con delle pagine bellissime, alla fine conclude con questa affermazione: alcuni pensieri, specialmente la vista del peccato umano, ci rendono perplessi e titubanti. Devo ricorrere alla forza o all'umile amore? Decidi sempre: ricorrerò all'umile amore. Se prendi una volta per tutte questa decisione potrai soggiogare il mondo intero. L'amore umile infatti è una forza formidabile, la più grande di tutte come non ce ne è un'altra. Vedete qui l'affermazione è devo ricorrere alla forza brutale o alla forza dell'umile amore? La forza brutale è quella forza che diventa violenza, sopraffazione. La forza dell'umile amore non è debolezza, ma è la forza dell'umile amore; è vincere il male con il bene. Ovviamente è il discorso del vangelo, il discorso della montagna. Ecco, vedete, che dal punto di vista della coordinata orizzontale, la tenerezza si apre all'accoglienza, al dono, alla condivisione; è amorevolezza, è rispetto dell'altro, è ricerca di dialogo in andata e in ritorno. Secondo la coordinata verticale il sentimento della tenerezza rimanda alla nostalgia di

infinita tenerezza che è scritta nel codice sopra di noi. Per il fatto stesso di essere creata ad immagine e somiglianza di Dio, la tenerezza porta in sé questa istanza trascendente, questo bisogno di ricongiungersi a colui di cui siamo immagine. All'infinita tenerezza che è Dio. Da questo punto di vista la tenerezza si fa stupore coscientizzato, stupore di essere, stupore di essere amati e stupore di amare, stupore di adorare... Ci sarebbe tutta una rilettura antropologica che adesso non facciamo, del principio cartesiano per cui "cogito ergo sum" "penso dunque sono", è più giusto dire "sono amato dunque sono", "amo dunque sono", "adoro dunque sono". C'è tutta una rilettura che oggi viene fatta di questa visione unilaterale di Cartesio per cui la persona è il pensiero. Certamente il pensiero è fondamentale ma una persona è pensiero e cuore, direi pensiero, cuore e tutti i sentimenti che caratterizzano il nostro essere, soprattutto il desiderio di amare e di essere amati. Sotto questo aspetto, sotto l'aspetto verticale, possiamo definire la tenerezza come un dire grazie con la vita, è ringraziare con gioia di essere amati e di amare. E' una definizione che a me piace moltissimo questa della tenerezza. Che cosa è la tenerezza? E' dire grazie con la vita e dire grazie con la vita è riconoscere di essere amati e di amare. Ecco la tenerezza iscritta in questa dimensione di tutto il nostro essere che ci innalza al di sopra di noi, ci fa guardare a colui di cui siamo immagine ed è come una nuova leggerezza dell'essere. Essere portati su ali d'aquila direbbe la scrittura. Ecco due coordinate quella orizzontale e quella verticale che si coniugano in modo inseparabile, come nella croce. Nella croce il verticale e l'orizzontale sono talmente sposati che non si possono più separare. E tale è la tenerezza: ha bisogno di aprirsi all'altro da sé. Ma per aprirsi all'altro da sé bisogna aprirsi all'Assolutamente Altro e viceversa. Aprendosi all'Assolutamente Altro ci apre all'altro da sé. Il problema, una volta detto qualcosa così velocemente su questo sentimento particolare della tenerezza, è di assumere la tenerezza come sentimento dominante nella nostra vita. Questo è il problema fondamentale: la tenerezza come sentimento. I sentimenti di per sé sono neutri, non sono né buoni né cattivi, dipende dal contenuto con cui sono riempiti. Il problema è imparare a riconoscerli e a gestirli positivamente. La tenerezza è un sentimento alto, nobile, iscritto in noi che va scelto. Deve diventare addirittura un progetto di vita, cioè un modo di essere, un modo di amare, un modo di adorare. Secondo una scuola di pensiero a cui mi collego, nella vita della persona umana ci possono essere quattro sentimenti dominanti: rabbia, ansia, tristezza e tenerezza. L'interrogativo è sapere quale di questi quattro sentimenti è quello dominante. Un po' di ognuno di questi sentimenti c'è in tutti noi, ma il problema è quale di questi diventa quello che determina il mio modo di essere, il mio modo di relazionarmi con gli altri e con Dio. Quale tra questi sentimenti diventa decisivo, dominante. E' chiaro che i primi tre sentimenti, almeno nella forma immediata, sono dei sentimenti negativi: la rabbia, l'ansia, la tristezza; il quarto è l'unico che si presenta come positivo. Probabilmente bisognerebbe fare un'altra distinzione perché potrebbe esserci anche una parte di rabbia sana, una parte di ansia sana, ma adesso non entriamo in tutti questi dettagli, limitiamoci a dare un rapido sguardo a questi quattro sentimenti. Aggiungo anche che i primi tre: la rabbia, l'ansia, la tristezza, non si scelgono, sono loro che scelgono noi in rapporto al vissuto dei genitori che abbiamo avuto, che abbiamo sperimentato. La tenerezza come vedremo è già iscritta in noi ma esige di essere scelta. Soffermiamoci un momento su questi tre sentimenti seppure molto rapidamente. **La rabbia.** Una cosa è la collera, una cosa è la rabbia. Ci può essere una santa collera, quella di Gesù nel tempio, e ci può essere invece una rabbia che consiste in un atteggiamento di tensione razionale, di intolleranza, di rivincita, stato d'animo di rivincita. *A livello personale* chi si lascia guidare da questo sentimento di rabbia vive un'attitudine costantemente rivendicativa. Come se navigasse in un mare sempre in tempesta. In soggetti di questo genere prevale la tensione del presente e soprattutto l'idea che ogni male dipenda dall'altro. Si è arrabbiati perché l'altro sbaglia. Questo è l'atteggiamento prevalente del collerico: io sono ok, sono gli altri che non sono ok. *Pensate a livello coniugale* se prevale questo sentimento della rabbia anche in uno solo dei coniugi è chiaro che la vita di coppia diventa molto difficile perché chi si sente a posto tenderà a colpevolizzare, ad accusare l'altro. Se poi tutti due sono collerici, guidati dalla rabbia, vi lascio immaginare che tipo di coppia. Una coppia costantemente conflittuale e purtroppo può succedere. In simili situazioni l'esistenza diventa praticamente impossibile. *A livello educativo* chi si lascia

dominare dalla rabbia vive un atteggiamento prevalentemente emotivo, impulsivo, probabilmente invece che l'autorità lascia imporre l'autoritarismo, l'abuso di autorità; e i figli che si trovano di fronte a genitori che si lasciano dominare da questo sentimento, certamente vivono una situazione di tensione, di collera, perché la collera genera collera. Soprattutto vivono in un atteggiamento di reazione a quello che considerano un abuso di autorità. I figli sono per lo più il riflesso di quello che sono i genitori per loro. Porto sempre un esempio, spero che sia chiaro: il collerico usa il verbo essere al negativo. Il verbo essere non dovrebbe essere mai usato al negativo. Il verbo essere definisce l'identità. Se dico ad un bambino: tu sei, definisco l'identità. Se dico tu sei cattivo, tu sei incapace, uso cioè il verbo essere al negativo, identifico alcuni suoi limiti col suo essere. Ecco l'errore. Se il bambino sbaglia i comportamenti, sono i comportamenti che devono essere corretti. Se il bambino gioca a pallone in cucina e rompe un vetro, gli dico: questa azione non si deve fare, il bambino va rispettato nella sua identità personale. "Tu sei un bambino intelligente, sai che in cucina non si gioca a pallone, questa azione non voglio più che tu la faccia". È l'azione che io condanno, non la persona. Il genitore che si lascia dominare dalla rabbia questi ragionamenti non li fa. Tenderà ad accusare, a denunciare non l'azione o il comportamento ma ad annullare la persona stessa. Un genitore che dice ad un bambino "tu sei un deficiente", come mi è capitato di sentire, non si rende conto del male che fa. Innanzitutto perché nessun bambino è deficiente e poi perché il bambino dentro di sé, adesso subisce, ma maturerà una rabbia che lo porterà a diventare anch'egli collerico. Dunque la rabbia, che poi ha tante soglie ovviamente, è negativa sia per la persona, sia per la coppia, sia per l'educazione dei figli. **L'ansia.** Il sentimento dell'ansia va inteso qui non come la normale paura, la prudenza di fronte a qualche pericolo ma va inteso come un atteggiamento ansiogeno, compulsivo, come se ci sia sempre qualcosa che minaccia la nostra vita, la vita dei figli e quindi una preoccupazione, una pre-occupazione, un occuparsi prima, un agitarsi. Quasi sempre dietro a questa idea dell'ansia c'è un'idea, che io considero di origine greca, che non ha niente a che vedere con la visione biblica cristiana, l'idea del destino. Noi non dovremmo mai usare la parola destino, perché l'idea del destino è di origine greca e deriva dalla convinzione che ci sia una specie di fato impersonale che guida la nostra storia, in una sorta di ciclicità: c'è un periodo buono e poi qualcosa accadrà. Ecco la tragedia greca, la melanconia greca. Per cui anche se le cose vanno bene, qualcosa accadrà, il destino. Nella visione cristiana non esiste il destino, nella visione cristiana esiste Dio che è Padre, Madre. Esiste la provvidenza di Dio, che è il suo piano di amore ed esiste la nostra libertà, che può dire sì o no a Dio. Quindi il discorso non è di un fato impersonale, di un destino ma il discorso è la nostra responsabilità e il progetto di Dio su di noi, sulla nostra vita. Ecco l'ansia deriva da questa visione della storia in maniera piuttosto fatalistica, ed è chiaro che a *livello personale* l'ansioso guarda ad un futuro sempre pericoloso, catastrofico. Non ha fiducia in sé stesso, non ha fiducia nella vita, non ha fiducia in Dio perché pensa piuttosto a questo fato impersonale. A *livello coniugale* chi si lascia dominare dall'ansia vive situazioni di emotività irrazionale, perché comunicare con la persona ansiosa, anche qui naturalmente ci sono diverse soglie di ansia, è molto difficile. Se prevale l'ansia è chiaro che in questa ansia si radica anche il sentimento della, per esempio, gelosia. L'ansia è all'origine di quella che si chiama la gelosia malata, patologica. Una cosa è la sana gelosia tra la coppia e una cosa è la gelosia patologica quella fatta di sospetti continui, immotivati, di continue accuse anche se non c'è motivo. Io che lavoro molto con le coppie in difficoltà posso dire che spesso questa ansia che genera gelosia patologica è all'origine di situazioni impossibili. Vi narro un racconto che spiega bene questa situazione. In una coppia lei è ansiosa, quindi molto gelosa, gelosa in maniera eccessiva, quasi malata. Lui esce dall'ufficio e va a prendere un caffè al bar. Mentre sta bevendo il caffè arriva una sua ex, quindi rivale della moglie. Prendono il caffè salutandosi e chiacchierando e poi ritornato a casa, pensa "adesso devo dirlo a mia moglie che ho incontrato questa ex oppure no? Tanto non è successo niente. Se glielo dico lei dirà: allora tu hai fatto apposta ad uscire a quell'ora, oppure adesso tutti i giorni scenderai a quell'ora e quindi entrerà in tilt. Meglio non dire niente, così non ci saranno problemi. Tanto non è successo niente". Sennonché le bugie hanno le gambe corte. Passava per quella strada un'amica della moglie. Amica è sempre amica, però non ce la fa a non telefonare alla

moglie e candidamente, ma anche un po' sadicamente le dice: "sai ho visto tuo marito che rideva e scherzava con la tale". Pensate un po' a cosa succede in quella coppia. Altro che lo tsunami! Perché la moglie giustamente dice: "se non me lo hai detto, vuol dire che c'era qualcosa, se no me lo avresti detto". E il marito: "se te lo dicevo poi mi facevi tutto questo caos". Vedete è un esempio, se vogliamo banale che però descrive la difficoltà di coppia, come diventa difficile comunicare. Naturalmente lui sbaglia a non dire la verità, perché la verità è sempre bene dirla, però anche lei sbaglia se detta la verità crea dei problemi a non finire. Vedete diventa difficile la vita di coppia quando prevale questo sentimento dell'ansia che genera la gelosia patologica. Anche a *livello educativo* genitori ansiosi quasi sempre sono iperprotettivi e probabilmente creano personalità insicure, fragili. Lo sappiamo bene perché il bambino non viene educato a camminare con le proprie gambe secondo l'età, rimane piuttosto condizionato da quest'ansia. L'ansia è contagiosa. Terzo sentimento: **la tristezza**. Anche qui la tristezza non va confusa con un normale dolore che può succedere a tutti; la perdita di una persona cara, per esempio. La tristezza è intesa qui come uno stato negativo. Chi vede sempre tutto nero, chi vede sempre il mezzo bicchiere vuoto, fino a forme depressive vere e proprie di chiusura in sé. A *livello personale* la persona triste si lascia dominare dalla rassegnazione, vive piuttosto nel passato. Il collerico guarda al presente, l'ansioso ha paura del futuro e il triste rimpiange il passato, quello che poteva essere, quello che è stato, quello che potrebbe essere. E' il passato che domina e dirige la vita di queste persone. E soprattutto la persona triste ha un'accentuata bassa stima di sé e degli altri e quindi vive questo atteggiamento costantemente in modo nichilista, di pensiero debole con giudizi negativi, critiche esasperate che certamente rendono la vita *della coppia* molto infelice; perché se anche solo una dei due è triste anche l'altro a lungo andare si troverà ad essere contagiato dalla tristezza. Ricordo un signore che una volta mi ha raccontato che lui era una persona allegra, raccontava barzellette, gioiosa. Stando con la moglie che era sempre triste, sempre abbattuta, ha perso anche la gioia di raccontare una barzelletta perché tanto anche se la raccontava lei non rideva e quindi stava lì, rinchiuso in sé. Pare che la tristezza faccia anche male alla salute. È stato dimostrato scientificamente il proverbio che dice "il riso fa buon sangue". Il sorriso pare faccia bene all'organismo, alla circolazione del sangue, alle difese immunitarie infatti alcuni psicologi dicono che bisognerebbe ridere almeno un quarto d'ora al giorno. Riso non in senso isterico, riso nel senso del sorriso, della letizia, del sano umorismo. A *livello educativo*, genitori tristi generano figli tristi perché è chiaro che non sapranno mettere in moto le risorse migliori dei figli, anzi tenderanno ad annullarli perché proiettano la propria tristezza su di loro. Mi ricordo una volta la moglie che mi ha detto del marito che era un uomo molto triste e che se la figlia tornava da scuola e aveva preso 6, la rimproverava perché doveva aver preso 7; se aveva preso 7, la rimproverava perché doveva aver preso 8. Mai un elogio, sempre sottolineare gli aspetti negativi. Se avesse preso 10, probabilmente le avrebbe detto che aveva fatto solo il suo dovere. Mai un elogio, mai un complimento e invece è importante per tutti noi sentirsi anche gratificati, accettati, accolti; perché specialmente i bambini hanno bisogno di questa sicurezza. Ecco vedete i tre sentimenti che ho passato in rassegna molto velocemente, sono purtroppo quelli dominanti. Io non so le percentuali, ma certamente la maggioranza delle persone si lascia dominare da uno, da due o da tutti e tre questi sentimenti negativi. **La tenerezza** è esattamente l'opposto di questi tre sentimenti negativi. Chi sceglie la tenerezza si oppone al dominio della rabbia, della collera perché la tenerezza è per definizione amorevolezza, rispetto, tendere all'altro da sé come avevamo detto, desiderare il suo bene, la tenerezza è esattamente l'opposto della rabbia, della collera. Chi sceglie la tenerezza non può lasciarsi dominare dall'ansia perché la tenerezza è dire grazie con la vita, sentendosi amati ed amando. E dunque chi sceglie la tenerezza vive in questo stupore, questa gioia di essere. Infine chi sceglie la tenerezza si oppone alla tristezza. La tenerezza è gioia, è beatitudine di essere, di amare, di adorare. Il sentimento della tenerezza è esattamente l'opposto dei tre sentimenti negativi. A *livello personale* la tenerezza ci fa guardare alla storicità dell'esistenza: al passato, al presente, al futuro. Non solo al presente, non solo al passato, non solo al futuro ma alla storicità dell'esistenza. Soprattutto ci apre ad un'attitudine positiva, serena, accogliente della vita, ci apre all'incanto, alla sorpresa di essere amati e di amare.

Purtroppo diceva il grande scienziato Einstein quando si perde la meraviglia è come se si fosse morti, come se non si vedesse più nulla. Noi spesso perdiamo il senso della meraviglia, il senso dello stupore. Anche per noi adesso essere è un dono straordinario. Io non mi sono dato la mia esistenza, so di essere io a vivere e questo è fonte di stupore inesauribile. E' fonte di stupore anche davanti a colui che mi dona continuamente me stesso e di fronte agli altri. *A livello coniugale* la tenerezza suppone una comunicazione paritaria, matura, orientata a mettere avanti il meglio di sé. Soprattutto orientata all'accoglienza, al dono, alla condivisione. La differenza fra la tenerezza e gli altri sentimenti è che negli altri sentimenti io mi domando che cosa tu mi devi dare o mi stai dando, nella tenerezza si rovescia la domanda: che cosa sto facendo io perché tu sia felice? Vedete sono due modi di porsi la domanda tendenzialmente opposti. Nel primo caso io cerco l'altro che deve darmi qualcosa di sé. Se non mi dà qualcosa, se non mi dà quello che io voglio, lo rifiuto, con collera, con tristezza, con ansia. Nel caso della tenerezza io mi metto in un atteggiamento di dono, di cosa posso fare io perché tu sia felice. Se tutti due i coniugi si dispongono a questa domanda, se tutti due i coniugi si mettono in questo atteggiamento di tenerezza altruista, di dono, di accoglienza tutti e due sono felici. Sembra l'uovo di Colombo ma purtroppo non è così semplice. Se fosse così semplice tutte le coppie vivrebbero questa dimensione di tenerezza, di dono, accoglienza, condivisione. Il problema è imparare la tenerezza, educarsi all'arte della tenerezza, allo stile della tenerezza, cioè educarsi ad uscire fuori dal proprio piccolo mondo, da quelle sindromi che spesso dominano questo vissuto. Io amo spesso parlare della sindrome del truciolo e della sindrome del riccio. Il truciolo è quello scarto del legno del falegname quando pialla, che è tutto piegato su sé stesso. La sindrome del truciolo è che spesso noi siamo educati a guardare solo a noi stessi, ai nostri piccoli, grandi guai. Tutti ripiegati su noi stessi, che è esattamente l'opposto della tenerezza; cioè io mi chiudo nel mio mondo. La sindrome del riccio è ancora più bassa perché se lo tocchi si ritira ancora di più. Per cui guai a chi mi tocca. Io sono mio, io devo vivere il mio mondo. In realtà noi siamo esseri da relazione, siamo esseri chiamati ad un incontro, ad un dare e un ricevere e la tenerezza è proprio questa capacità di creare un transfer di accoglienza, dono. Questo amore che si fa accoglienza, ospitalità. Nella vita di coppia, non approfondisco questo tema, è assolutamente indispensabile la scelta della tenerezza perché questa scelta apporta quel linguaggio carezzevole di cui la coppia ha assolutamente bisogno. Cioè i due fanno a gara per essere carezzevoli, per scambiarsi carezze. Le carezze non sono solo quelle sulla guancia, sono anche carezze verbali. Se un marito dice ad una moglie: "sei bellissima", "ti amo": è una carezza. Se una moglie dice al marito: "sei straordinario" e così via: è una carezza. Ci sono carezze verbali, carezze gestuali, carezze di doppio servizio nel linguaggio della coppia. Queste carezze sono indispensabili perché manifestano la tenerezza, la fanno vivere, danno rassicurazione. Tutti noi abbiamo delle zone di fragilità, abbiamo bisogno di essere rassicurati altrimenti entriamo in quei tunnel che spesso ci portano a ripiegarci su noi stessi. Dunque il problema è che perché nella vita di una coppia si realizzi questa dinamica: la donna ha bisogno di sentirsi amata per apprezzare mentre l'uomo ha bisogno di sentirsi apprezzato per amare. Naturalmente io adesso semplifico un po' ma è questa la dinamica, la dialettica positiva. Se una donna si sente amata, apprezza. Sente, non basta dire io mia moglie la amo, lei deve sentire che la amo. E viceversa se l'uomo si sente apprezzato, ama. Devi sentirsi apprezzato, stimato dalla moglie. Naturalmente qui si aprirebbe tutto il capitolo sull'*educazione alla tenerezza*. Io ricordo solo una frase di una terapeuta americana che si chiama Virginia Satir la quale dice che nella vita di coppia ci vorrebbero almeno 4 carezze al giorno per sopravvivere, 8 per vivere, 12 per vivere bene. Fate un po' di verifica. Se nella vostra vita di coppia ci sono almeno 4 carezze al giorno verbali, gestuali, siamo a livello di sopravvivenza, un po' come i popoli che sopravvivono; se ce ne sono 8 si vive, 12 si vive bene. Tutto questo discorso per passare alla seconda parte della nostra riflessione: **la famiglia comunità di tenerezza**. Se la coppia, se due sposi imparano l'arte della tenerezza, imparano questo linguaggio carezzevole, se a loro volta sono tenerezza per i figli, ecco che la comunità familiare si edifica come comunità della tenerezza ad immagine, come spiegherò poi, della trinità. Ma bisogna che ci sia questa scelta di fondo. Sapete che l'educazione dei figli è come un triangolo rovesciato. E' la relazione marito-moglie che educa i

figli, se la relazione è di tenerezza già questo è educativo per i figli perché respirano la tenerezza. Se la relazione invece è conflittuale, di rabbia o ansiosa o triste questo respirano i figli. L'educazione è un triangolo rovesciato e questo è fondamentale perché la comunità familiare si edifica su questo lievito fondamentale che è la tenerezza. E naturalmente il fondamento teologico della famiglia comunità di tenerezza va ricercato in quella che è la sorgente stessa della nostra fede, il mistero di Dio Amore, di Dio Trinità. Bisogna qui fare soltanto una piccolissima premessa. Noi spesso diciamo le tre religioni monoteiste: ebraismo, islamismo e cristianesimo. E' vero sono le religioni monoteiste, quelle del libro, ma c'è una bella differenza tra l'ebraismo e il musulmanesimo e il cristianesimo. Perché nell'ebraismo, nell'islamismo il Dio unico è un Dio solo. Nella visione cristiana, a partire da Gesù di Nazareth, e dal dono dello Spirito Santo, il Dio unico in sé stesso è un mistero di eterna comunione trinitaria. Come diceva San Agostino tra il Padre eterno amante, il Figlio eterno amato, lo Spirito Santo eterna amorevolezza del Padre e del Figlio. Dunque il Dio unico in sé stesso vive dall'eternità un eterno scambio: amante-amato-amorevolezza. E questo è il Dio Amore, il Dio Trinità a cui noi ci rivolgiamo ogni volta che preghiamo. Non è un io sono ma io-noi, un unico Dio che vive in sé stesso questo eterno scambio di dono, accoglienza, condivisione. La coppia degli sposi, la coppia uomo-donna è l'immagine più alta che noi abbiamo su questa terra di questo mistero della trinità. Già a livello creaturale. Sappiamo dai racconti della Genesi che Dio creò l'uomo e la donna a sua immagine. Ad immagine di Dio li creò, maschio e femmina li creò. Dunque la dualità maschile e femminile è già una manifestazione, un riflesso dell'essere di Dio, dell'essere Dio come relazione in sé stesso. Quando la coppia, uomo-donna nel matrimonio si apre al dono della vita, lì abbiamo il massimo del riflesso trinitario. Si usa dire con un linguaggio un po' rude, ma efficace, quando i due, marito e moglie, diventano uno, allora diventano tre. Almeno come apertura alla vita. Vedete la trinità da uno a tre. Due che diventano uno e si aprono al terzo da sé. La coppia è nella nostra condizione storica, la più alta espressione del mistero stesso di Dio Trinità. La novità poi del sacramento nuziale è di far sì che questa coppia entri a far parte della comunità dei redenti, diventi dimora della Trinità, Chiesa domestica in cui c'è tutta la teologia della famiglia. Mi interessava sottolineare questo aspetto: la famiglia ricalca in sé il mistero stesso della Trinità. Se nel mistero della Trinità, le relazioni sono di amante-amato-amorevolezza anche nella famiglia le relazioni sono amante-amato-amorevolezza. Se nella Trinità le relazioni sono dono, accoglienza, condivisione anche le relazioni della famiglia sono dono, accoglienza, condivisione. Ecco la comunione familiare. Lo Spirito Santo è proprio il soffio amante del Padre e del Figlio effuso sugli sposi, effuso sulla famiglia perché la famiglia possa far risplendere il mistero della Trinità nel mondo. Lo Spirito Santo è donato agli sposi come l'amorevolezza del Padre e del Figlio. Possiamo dire che lo Spirito Santo è la tenerezza del Padre e del Figlio donata agli sposi perché siano capaci di essere tenerezza l'uno con l'altro. Qui entra il discorso della scelta della tenerezza a livello umano, cioè della scelta che ognuno di noi deve fare per non farsi dominare dagli altri sentimenti. Si coniuga a questo punto col discorso teologico: gli sposi ricevono il dono dello Spirito per essere capaci di costruire una comunità della tenerezza; per far risplendere la Trinità nel mondo come coppia, come famiglia che si apre al dono della vita, ai figli. Allora a questo punto si capisce come. E passo al terzo aspetto: **i figli irradiazione storica dell'eterna fecondità Trinitaria**, la genitorialità possa essere intesa come irradiazione dell'eterna fecondità di Dio Trinità. La genitorialità si radica nel mistero stesso della comunione trinitaria, si modella sull'amore trinitario. Da questo punto di vista, dovremo forse rivedere un certo linguaggio che utilizziamo quando noi diciamo che i genitori "fanno i figli". Non è vero, i genitori non fanno i figli, i genitori ricevono i figli da Dio, da Dio Trinità, li ricevono in dono. I figli sono un miracolo di amore trinitario che al di fuori di sé dispiega la sua eterna fecondità attraverso la cooperazione di un uomo e di una donna, di un marito e di una moglie. I genitori sono certamente cooperatori con l'amore infinito di Dio, ma non sono loro che generano i figli. Sono coloro che cooperano, quindi ricevono i figli come dono dell'amore infinito della Trinità. I figli, da questo punto di vista, sono già figli di Dio. Infatti il Catechismo della Chiesa Cattolica scrive: i genitori devono considerare i loro figli come figli di Dio, già per il fatto stesso che quel bambino nasce nel grembo della madre è già un

figlio di Dio. Col battesimo diventerà figlio della Grazia, figlio del Figlio unigenito, è già figlio di Dio. Ogni figlio, diceva il poeta R.Tagore, che nasce, che viene a questo mondo, porta il lieto annuncio che Dio non è stanco degli uomini. Negli occhi di ogni bambino noi possiamo leggere il riflesso di questa infinita tenerezza di Dio che non è stanco degli uomini, ma vuole continuare ad effondere la sua vita donando un figlio ai genitori. Da questo punto di vista potremo anche veder una relazione profonda tra ogni bambino che nasce nel grembo della madre e l'unigenito Figlio che nasce in Maria. C'è una relazione profonda, una continuità profonda, se il figlio che nasce in Maria è la Parola che Dio dice al mondo, anche ogni bambino che nasce nel grembo della madre è una parola di salvezza che Dio dice al mondo. Solo se si intuisce questo profondissimo legame che c'è tra l'unigenito di Dio e ogni figlio che nasce si comprende la grandezza della genitorialità, la grandezza della fecondità nuziale. Naturalmente quando parlo di fecondità nuziale non mi riferisco soltanto al mettere al mondo dei figli ma mi riferisco anche a tutte le altre forme con cui i genitori diventano fecondi. Ci possono essere genitori che senza loro volontà non possono avere figli e tuttavia sono assolutamente fecondi perché generano altri figli alla vita. Il Concilio Vaticano II fa un elenco di quelle che possono essere queste forme di fecondità nuziale oltre alla fecondità fisica. Dice: adottare come figli bambini abbandonati, accogliere con benevolenza i forestieri, dare il proprio contributo nella direzione delle scuole, assistere gli adolescenti con i consigli e con i mezzi economici, aiutare i fidanzati, sostenere i coniugi e le famiglie materialmente e moralmente in pericolo, provvedere ai vecchi. Vedete questo è solo un piccolo elenco di tante forme di fecondità che esprimono comunque questo servire la vita. Servire l'amore perché in fondo la fecondità non è anzitutto un fatto biologico, ma un fatto spirituale. Si può essere genitori che hanno figli propri ma non li aiutano a crescere, non li aiutano a diventare persone. Allora non si può dire che sia una piena fecondità. E' una fecondità biologica ma non accompagnata da una fecondità spirituale. Si diventa genitori quando non solo si accolgono i figli, ma si aiutano i figli a crescere in tutte le dimensioni: naturali e soprannaturali. E qui si pone tutta la questione della presenza della madre e del padre. Purtroppo oggi i genitori sono spesso assenti verso i figli e questo genera tanti disturbi della personalità. Pensate che i padri italiani stanno coi loro figli in media $\frac{1}{4}$ d'ora al giorno. È veramente una miseria. Quando si teorizza che per avere un cane in casa bisogna dedicargli almeno 1 ora e $\frac{1}{2}$ al giorno: $\frac{1}{2}$ ora alla mattina per portarlo fuori, $\frac{1}{2}$ ora alla sera e poi stare con il cane almeno un po'. Il problema poi non è soltanto di essere presenti fisicamente, ma di essere presenti affettivamente. Il bambino ha bisogno dell'affetto dei genitori come ha bisogno del latte o come ha bisogno del cibo, delle cure. C'è una bella pagina di Erich Fromm dove parla della madre e la paragona alla terra promessa. Dice: la terra promessa è descritta come traboccante di latte e di miele. Il latte è il simbolo del primo aspetto dell'amore quello per le cure e l'affermazione del bambino. Il miele simboleggia la dolcezza della vita, l'amore per il bambino, la felicità del sentirsi vivi. La maggior parte delle mamme è capace di dare latte, ma solo una minoranza sa dare il miele. Per poter dare il miele una madre non deve essere soltanto una brava mamma, ma anche una persona felice. Tale obiettivo non è raggiunto da molti, dice Fromm nell'arte di amare. Credo sia una bella riflessione perché ci lascia intravedere che la presenza deve essere una presenza effettiva, fisica, ma anche una presenza di dolcezza, di tenerezza. Noi nella nostra comunità abbiamo fatto un libro "il diritto del bambino alla tenerezza". Bisognerebbe incominciare a parlare del diritto del bambino alla tenerezza. Il bambino ha diritto a sentirsi amato e a sentire di amare. Soltanto così impara la tenerezza e sarà poi in grado di esprimerla. Naturalmente non meno rilevante è il problema della presenza del padre. Presenza effettiva ed affettiva. Oggi c'è tutta una categoria di bambini e di bambine che vivono da orfani di padre vivo. Diceva un documento della Cei di qualche anno fa: "esser privi del padre dal punto di vista per esempio psicoanalitico, equivale ad essere privati della spina dorsale. Quindi essere molto fragili, molto deboli". Forse c'è da domandarsi se tanti fenomeni che vediamo sotto i nostri occhi come l'anoressia, la bulimia, la tossicodipendenza, i suicidi giovanili, e tanti altri fenomeni non dipendano da questa assenza della figura del padre. L'uccisione del padre non è solo l'uccisione del padre nel senso umano, ma anche il padre celeste che guida la nostra vita.

Ecco io credo che possiamo a questo punto arrivare alle conclusioni: i genitori devono costruire, impegnarsi ogni giorno a costruire una famiglia comunità di tenerezza e possono farlo se per primi loro scelgono la tenerezza, se per primi loro imparano l'arte del linguaggio carezzevole, se per primi loro si sforzano ogni giorno di ricominciare, di perdonarsi, di riconciliarsi. I genitori devono costruire la loro famiglia come comunità di tenerezza e poi devono essere il sacramento della tenerezza di Dio per i figli; devono essere il grande sacramento, il sacramento come segno visibile che porta Dio tenerezza ai figli. Un sacramento quindi efficace che porta la tenerezza non tanto con le parole ma con la propria vita, la tenerezza non si insegna, la tenerezza si vive e si comunica vivendola. Più i genitori, i coniugi imparano a vivere la tenerezza fra di loro, più si esercitano per ricominciare ogni giorno più trasmettono la tenerezza e questo è già un 50-60% dell'educazione. Poi il resto naturalmente è da elaborare attraverso i comportamenti, gli atteggiamenti che si trasmettono. Purtroppo non sempre i genitori sanno rispondere a questa loro chiamata. Afferma la "familiaris consortio" che divenendo genitori, gli sposi, ricevono da Dio il dono di una nuova responsabilità. Il loro amore è chiamato a diventare per i figli segno visibile dell'amore stesso di Dio. I genitori come sacramento della tenerezza di Dio. Naturalmente questo lo si fa vivendo per primi la tenerezza di Dio nel proprio cuore, nella propria vita di coppia. Aprendosi quindi alla preghiera, alla contemplazione di Dio, della Sua parola. Io ricordo la bella immagine di Gibrán, un grande poeta libanese, che parla dei figli come di una freccia che deve essere lanciata dritta verso il centro. L'arco sono i genitori; l'arco deve essere un buon arco perché se l'arco non è buono non lancia le frecce nella direzione giusta. Ma chi è l'arciere? L'arciere è Dio stesso. E' Dio che ha donato questi figli ai genitori in affidamento, in consegna. I genitori che li hanno accolti dalle mani di Dio, si impegnano a farli sentire amati, a farli crescere nella tenerezza amante di Dio e poi si impegnano a lascarli perché possano camminare nel loro cammino di vita in tutta quella libertà, quell'autonomia di cui hanno bisogno. Il problema è che bisogna ricominciare da questo sentimento fondamentale troppe volte trascurato, troppe volte confuso con la debolezza. In realtà la tenerezza non ha niente a che vedere con la debolezza. La tenerezza vera, la tenerezza come sentimento, non il sentimentalismo, la tenerezza non è il tenerume, la tenerezza è un sentimento di forza, di forte amore, di capacità di donare sé stessi. I genitori per primi devono essere capaci di costruire in loro stessi, nel loro vissuto, nella loro relazione questa dimensione, quest'orizzonte di tenerezza. Se lo fanno loro per primi saranno felici loro e renderanno felici i loro figli. Io lo auguro a tutte le coppie qui presenti.