

LA TENEREZZA:

LA RIVOLUZIONE CHE SALVERA' IL MONDO

Approfondimento a cura dell'Area Famiglia e Vita nazionale

E' possibile parlare e sperimentare la tenerezza nell'era del primato tecnologico e del virtuale, del narcisismo esasperato e nel consumismo delle relazioni affettive? Naturalmente si! A patto di saper riconoscere ogni giorno, da cristiani, l'amore che Dio ha riversato su di noi e sulle nostre famiglie. La *rivoluzione della tenerezza* cui ci chiama Papa Francesco non è sentimentalismo o buonismo, ma un abito quotidiano dalle solide radici teologiche e antropologiche. La debolezza di un bambino è nutrita da una madre che porta in braccio, nutre, sostiene e ama incondizionatamente, solo perché è figlio, e senza altra ragione o motivo; nella libertà e nell'autonomia della condizione adulta restano incancellabili e anzi necessarie le tracce della propria fragilità esistenziale che rimandano alla tenerezza dell'Amore che salva. (C.B. Casado, 2019).

Ogni coppia possiede in sé la capacità di conoscere, custodire e trasmettere questa verità: «L'amore di un uomo e di una donna rappresenta l'immagine della tenerezza di Dio che si trasmette di coppia in coppia e di famiglia in famiglia e questi sono una **risorsa essenziale** per la Chiesa, anche per tutto il mondo» (Francesco, Udienza generale, Vaticano, 6 maggio 2015). E' quindi naturale pensarla come *anima della vita di coppia* (Carlo Rocchetta, 2017); non a caso, non è difficile leggere nelle esperienze quotidiane di crisi di coppia e familiari il venir meno di un vissuto di tenerezza fatto di sguardi, gesti, parole... In *Amoris Laetitia* leggiamo (AL 28): “Nell'orizzonte dell'amore, essenziale nell'esperienza cristiana del matrimonio e della famiglia, risalta anche un'altra virtù, piuttosto ignorata in questi tempi di relazioni frenetiche e superficiali: la tenerezza. Ricorriamo al dolce e intenso Salmo 131. Come si riscontra anche in altri testi (cfr Es 4,22; Is 49,15; Sal 27,10), l'unione tra il fedele e il suo Signore si esprime con tratti dell'amore paterno e materno. Qui appare la delicata e tenera intimità che esiste tra la madre e il suo bambino, un neonato che dorme in braccio a sua madre dopo essere stato allattato. Si tratta - come indica la parola ebraica *gamul* - di un bambino già svezzato, che si afferra coscientemente alla madre che lo porta al suo petto. È dunque un'intimità consapevole e non meramente biologica. Perciò il salmista canta: «lo resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre» (Sal 131,2)”.

Educarci alla tenerezza oggi vuol dire attuare una rivoluzione culturale di cui si avverte un disperato bisogno, e che inizia tra le mura di casa e sui banchi di scuola. Un genitore mostra ogni giorno a un figlio cosa vuol dire concretamente “prendersi cura” con gesti di attenzione, contatto fisico, con un dialogo costante che cambia forma nel corso del tempo; ogni figlio sa bene di essere amato non quando riceve “cose”, ma nell'essere voluto bene e accettato sempre e comunque, nell'avere nei genitori un porto sicuro nei momenti di difficoltà. La cura che si sperimenta in famiglia, lontano da ogni sentimentalismo, educa al dono di sé contro ogni ripiegamento narcisistico. Il cuore di un autentico percorso di trasmissione di una fede incarnata da parte dei genitori, in questo senso, si rivela nel capire insieme come Dio è accanto a noi, qualsiasi cosa accada e in ogni momento, gioisce e si commuove per noi. E' un messaggio dirompente nei confronti degli adolescenti e dei giovani, assolutamente controcorrente rispetto all'attuale subcultura del provvisorio e della paura del domani: “Nessuno potrà toglierci

la dignità che ci conferisce questo amore infinito e incrollabile. Egli ci permette di alzare la testa e ricominciare, con una tenerezza che mai ci delude e che sempre può restituirci la gioia” (Christus Vivit, 119).

Da adulti, possiamo inoltre aiutarci e aiutare a riscoprire la tenerezza come formidabile *passione sociale*. Ci spinge infatti ad innamorarci della vita, di ogni vita; del mondo che ci circonda e delle persone che lo abitano, e a riversare in essi questo amore come risposta vocazionale all’abbraccio con cui Dio ci accoglie ogni mattina; in particolare nei confronti dei più infelici e bisognosi, nell’ascolto incessante delle loro vite, delle loro ferite, di smarrimenti che possono essere leniti solamente attraverso l’amore, la compassione e la tenerezza.

Breve bibliografia ragionata

In Amoris Laetitia sono presenti diversi spunti di riflessione individuali e di gruppo. In particolare:

- *La tenerezza come progetto nuziale di vita* (AL 28).
- *Il sogno di Dio: la famiglia comunità della tenerezza di Dio nella storia* (AL 323).
- *L’inno paolino della carità: le virtù della tenerezza coniugale* (AL 120-142).
- *L’intimità degli sposi: “via di crescita nella vita della grazia”* (AL 74).
- *La tenerezza come esperienza spirituale* (AL 323)

Sul tema della tenerezza è certamente un punto di riferimento l’esperienza di don Carlo Rocchetta e della Casa della tenerezza. Tra i diversi testi pubblicati consigliamo:

- C. Rocchetta, *Viaggio nella tenerezza nuziale. Per ri-innamorarsi ogni giorno*, EDB, 2014
- C. Rocchetta, *Gesù medico degli Sposi*, EDB, 2005
- C. Rocchetta, *Famiglia. Progetto di tenerezza*, Tau editrice, 2006

Altre utili pubblicazioni:

- AA.VV., *Nessuno è lontano*, AVE, 2019
- G. De Simone, *La fedeltà dell’aver cura*, AVE, 2016
- I. Guanzini, *Tenerezza, La rivoluzione del potere gentile*, Ed. Ponte alle Grazie, 2017
- C. Chapman, *I 5 linguaggi dell’amore*, Elledici, 2002
- R. Iafrate - A. Bertoni, *Come musica. Il pentagramma della relazione di coppia*, Edizioni San Paolo, 2015

Alcune proposte da vivere in gruppo

1. Il diario dell’ABC

- a. Il linguaggio della tenerezza è fatto di gesti fisici: Abbracci, Baci, Carezze. Realizziamo in una settimana un diario personale registrando momenti, persone, sensazioni legate allo scambio di ogni gesto. Confrontiamoci poi in gruppo su quanto annotato nei diari: ho trovato il tempo durante ogni

giorno? con quanta frequenza? Sono state esperienze di scambio e ascolto? Come mi sono sentita/o? e l'altra/o?

- b. Confrontiamoci in gruppo sull'importanza dello sguardo costante rivolto verso l'altro, magari partendo dal brano di AL con riferimento alla coppia: *E' una profonda esperienza spirituale contemplare ogni persona cara con gli occhi di Dio e riconoscere Cristo in lei. Questo richiede una disponibilità gratuita che permetta di apprezzare la sua dignità. Si può essere pienamente presenti davanti all'altro se ci si dona senza un perché, dimenticando tutto quello che c'è intorno. Così la persona amata merita tutta l'attenzione.* (AL 323)

2. Impariamo la grammatica

Elenchiamo alcuni esercizi pratici di Tenerezza da sperimentare nel quotidiano delle nostre famiglie e delle nostre comunità e su cui confrontarci (*tratto da Comunità della tenerezza Aquila e Priscilla - Caltanissetta*):

- Sostituire l'asprezza, la durezza, l'ira e l'aggressività nelle relazioni quotidiane con la gentilezza, la dolcezza, il dominio di sé e la mansuetudine;
- Durante un litigio di coppia, non rinvangare il passato evitando di riaprire vecchie ferite che ritornerebbero a sanguinare, ma circoscrivere l'oggetto della discussione evitando di far intervenire le famiglie d'origine e terze persone;
- Dopo il litigio, non abbandonare mai l'intimità nuziale;
- Manifestare con qualcosa di semplice, un messaggio, un fiore, una pietanza che faccia capire al coniuge di essere importante e di essere stato/a pensato/a;
- Interrogarsi su cosa pensa di noi il nostro coniuge, sul nostro modo di agire e parlare, chiedendosi "cosa posso fare per renderla/o felice oggi?";
- Trovare momenti precisi per la preghiera in famiglia vivendo l'amore di Gesù per noi;
- Abbracciarsi spesso durante la giornata, applicando l'abbraccio come vera terapia di Tenerezza;
- Apprezzare, incoraggiare, stimare il coniuge anche nei momenti difficili per non ferire la sua autostima, decidendo di diventare il più grande sostenitore in tutte le sue imprese;
- Raccontarsi la giornata in famiglia come veri amici, decidendo di non avere aree segrete, conversazioni telefoniche, messaggi ecc.;
- Testimoniare insieme la tenerezza verso i figli decidendo insieme quei "no" che spesso educano i figli all'ubbidienza ed a una sana crescita nelle relazioni umane;
- Evitare di sgridare i figli usando il verbo "essere". Esempio: "Tu sei un cretino, un buono a nulla" ecc. , per non ferirne l'autostima.

3. La tenerezza sulle strade

Scegliamo come gruppo uno o più segni concreti che rendano visibile la tenerezza come cura amorevole della terra e delle persone; alcuni esempi:

- L'adozione di un luogo abbandonato del proprio quartiere, come una piazza, una strada, contribuendo a renderlo di nuovo vivibile e accogliente;
- La compagnia costante di persone e famiglie in situazione di solitudine e disagio sociale o economiche, impegnandoci all'accoglienza, all'ascolto e alla capacità di affrontare le difficoltà;
- L'accompagnamento e la cura delle persone che attraversano snodi decisivi della propria vita: fidanzati, coppie dei primi anni di vita...