



Buongiorno, "tenerezza"!

«Scontrandomi ogni giorno con le fragilità di mio marito e dei figli, mi sento annullata. Covo una rabbia interiore, perché li sento indifferenti ai miei rimproveri. Vorrei trovare una strada per alleggerire questa atmosfera pesante, nella quale siamo immersi dalla mattina alla sera...».

Loredana - Livorno

Spesso i continui rimproveri non servono. Di fronte alle inevitabili fragilità di chi ci vive accanto, facilmente scattano giudizi affrettati, critiche, insofferenza e, come con-

sequenza logica, nasce una distanza emotiva, una chiusura, una sensazione di solitudine. Queste le tipiche situazioni a catena che spesso caratterizzano le nostre relazioni. Eppure (provare per credere!) c'è un ingrediente che potrebbe bloccare sul nascere questa atmosfera "pesante": andare alla radice delle fragilità "fastidiose" dell'altro, cercando di coglierne le motivazioni, e poi scegliere di reagire con la tenerezza. Qualche giorno fa un'amica ci ha confidato: «La tenerezza non mi viene spontanea. Nella



mia famiglia d'origine era sinonimo di debolezza, di infantilismo; ma quando mi sono convinta che è l'olio buono, indispensabile per gli ingranaggi rela-

zionali, l'ho fatta mia, superando ogni pregiudizio». È vero: la tenerezza non è sinonimo di debolezza, di sdolcinature, ma piuttosto di forza. Scegliere la

strada della tenerezza, infatti, esige coraggio, decisa volontà di non lasciarci guidare dai primi impulsi ed emozioni negative per entrare nel mondo dell'altro con rispetto e dolcezza. A volte, facendo attenzione al momento opportuno, potrà essere necessario orientare, guidare, aiutare chi ci sta accanto a migliorare; se le parole usciranno dalla nostra bocca senza rancore e passionalità e senza pretese rapide di cambiamenti, infondendo piuttosto coraggio, non si creeranno barriere e indifferenza. Scrive Giovanna di Chantal che sono più efficaci le correzioni «fatte con dolcezza viva, cordiale, seria ed amante; perché questa maniera dilata il cuore più di quella che parla e di quella che ascolta, e la rimanda tutta gaia e incoraggiata al bene...» (*Volerci come Dio ci vuole*, Città Nuova).

Sarebbe bello iniziare le nostre giornate con un "buongiorno" sereno, con un tono di voce rassicurante, con uno sguardo nuovo! Come aiuta incontrare la tenerezza in uno sguardo! Ci può essere uno sguardo indifferente, concentrato solo sui propri affanni della giornata, ed uno decentrato da sé che ti abbraccia, ti fa sentire unico, che ha fiducia e crede in te. E così, poiché "il buongiorno si vede dal mattino", i nostri ingranaggi relazionali gireranno con più leggerezza.

spaziofamiglia@cittanuova.it