

FAMIGLIA TENEREZZA DI DIO

Cos'è la tenerezza?

Iniziamo questo momento con questa domanda: “a cosa vi fa pensare la parola *tenerezza*?”

Nel dizionario la parola **tenerezza** viene definita come *sentimento di soave commozione, di affetto dolce, profondo e delicato, di attenzione amorevole per qualcuno o qualcosa*.

Può essere espressa in maniera fisica o verbale, attraverso parole dolci o gesti gentili, col sorriso e con atteggiamenti di accoglienza.

È necessario distinguere tra «*tenerezza*» e «*tenerume*» (Don Carlo Rocchetta).

Il tenerume viene definito come un atteggiamento di smancerie, eccesso di sentimentalismo.

Caratteristiche del tenerume:

- Porta al ripiegamento su di sé.
- Si realizza in modo egocentrico (piano dell'avere).
- Sentimento debole.
- Sinonimo di passività.
- Prevale la superficialità di chi “gioca” con i sentimenti propri o altrui e non li rispetta.

La tenerezza invece è amorevolezza, rispetto di sé e degli altri che porta alla cura dell'altro, fiducia che porta alla gioia e pace interiore, non deve quindi essere fraintesa con la virtù della debolezza o delle smancerie.

Caratteristiche della tenerezza:

- sentimento che appartiene all'esperienza dell'essere persona (piano dell'essere).
- Si realizza come apertura al tu in una dimensione di scambio.
- Si coniuga con la forza che tocca le corde più profonde della persona.
- Prevale la responsabilità.

Con la tenerezza NON C'È SPAZIO ALLA COLLERA, ALLA PAURA, ALLA TRISTEZZA!

La tenerezza si collega a due esigenze del cuore umano: desiderare di amare e desiderare di essere amati.

Chi ha impresso tutto questo nel nostro essere persona?

Dio che è Amore! Lui ci ha creati a Sua immagine e somiglianza. Ognuno di noi ha un DNA trinitario.

Ci ha creati maschi e femmine e ha sognato che i due siano una cosa sola come Dio Padre, l'amante, lo è con Gesù il Figlio, l'amato, per mezzo dello Spirito Santo che è l'Amore, la tenerezza che circola in questa relazione.

Dove si parla di tenerezza?

Nella Sacra Scrittura. La Bibbia ci parla della tenerezza di Dio in molti brani.

Essa si riferisce alla compassione, all'amore e alla misericordia che Dio ha per l'umanità. Ci insegna che essa è una fonte di conforto e di speranza per coloro che credono in Lui.

«Io resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre» (Sal 131,2).

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. La stessa intimità è tra Dio e ognuno di noi.

Parallelamente, possiamo rifarci ad un'altra scena, là dove il profeta Osea pone in bocca a Dio come padre queste parole commoventi: *«Quando Israele era fanciullo, io l'ho amato [...] (gli) insegnavo a camminare tenendolo per mano [...] Io lo traevo con legami di bontà, con vincoli d'amore, ero per loro come chi solleva un bimbo alla sua guancia, mi chinavo su di lui per dargli da mangiare» (11,1.3-4).* Che dolcezza in questi gesti!!!

Nel Salmo 103,13 si legge: *"Come è tenero un padre verso i figli, così il Signore è tenero verso quelli che lo temono"*. Questo passo ci ricorda che Dio ci ama come un padre ama i suoi figli, ed è pronto a perdonare e a confortare coloro che si rivolgono a Lui.

Altro passo che parla della tenerezza di Dio è Isaia 40,11, dove si legge: *"Come un pastore egli fa pascolare il gregge e con il suo braccio lo raduna; porta gli agnellini sul petto e conduce dolcemente le pecore madri"*. Questo passo ci mostra come Dio si prende cura delle sue creature con amore e tenerezza, come un pastore che conduce dolcemente le sue pecore.

La Parola di Dio è intessuta d'Amore e parla di tenerezza perché Dio è Amore!

Anche Gesù ha vissuto la tenerezza nascendo in una famiglia. La Sua tenerezza, espressione di Dio Padre, consiste nel farsi dono-accoglienza-condivisione, in una totale offerta di sé, fino alla morte e alla morte di croce.

Infatti, nel Vangelo di Giovanni (3,16) si legge: *"Dio, infatti, ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna."* Questo passo ci insegna che la tenerezza di Dio è così grande che ha mandato suo Figlio a morire per noi, affinché potessimo avere la vita eterna.

Fonte della tenerezza è quindi Dio a cui noi possiamo sempre attingere ma Lui ha scelto un luogo privilegiato per scoprirla, viverla e manifestarla.

Qual è?

La famiglia, perché è il primo spazio in cui si scopre, si sperimenta, si impara a vivere la tenerezza per donarla all'interno e all'esterno.

Ogni persona nasce come essere di tenerezza.

Il neonato ha dei bisogni primari (avere fame, sete, sonno, richiesta di protezione, soccorso) che vengono accompagnati con una risposta di tenerezza che esprime attenzione, affetto.

Il bambino ha bisogno delle carezze della mamma e del contatto del suo corpo come ha bisogno del latte o del cibo per vivere.

Il suo sguardo, il sorriso, il pianto sono espressioni in cui cerca una corrispondenza affettiva.

Ciò coinvolge tutto l'essere, corpo, anima e spirito.

La tenerezza è il cuore della comunità familiare ed è quindi il primo alimento di cui si ha bisogno appena ci si affaccia alla vita.

Senza di essa non c'è autentica crescita umana e spirituale.

Solo quando si è amati teneramente, si è in grado di rispondere con stessa attitudine e ci si apre alla vita con positività, fiducia, maturità e aprirsi a Dio.

La tenerezza non s'impara studiando o frequentando un corso. È un cammino, giorno dopo giorno, di stagione in stagione partendo da questa vocazione inscritta da Dio nel nostro cuore. È necessario quindi viverla e trasmetterla.

Con chi viverla e trasmetterla?

- Tra gli sposi. Essi, ricevendo il grande dono del Sacramento del Matrimonio, sono chiamati a esprimere la stessa tenerezza di Dio, diventano così sacramento della tenerezza del Padre.
- Coi figli
- Coi parenti
- Amici
- Fratelli nella fede
- Nel mondo

Come?

In modo contagioso nella gioia e con l'esempio di vita.

Perché?

Per creare un ambiente di amore e sostegno, per la costruzione di un mondo sempre nuovo e migliore, per creare relazioni artigianali, vere e fraterne dove circola un Amore più grande: quello di Dio!

Camminando sulla strada della tenerezza entriamo sempre più nel cuore di Dio e permettiamo ai figli, fratelli, a chi incontriamo di conoscere la bellezza dell'amore di Dio e di farne esperienza.

Chi ci può aiutare a camminare nella via della tenerezza?

Lo Spirito Santo, soffio che dà vita, amore che circola dal Padre al Figlio. In tal senso la famiglia deve invocare ogni giorno lo Spirito Santo come «soffio amante e forza sanante» del Padre e del Figlio, aprirsi alla sua azione, lasciarlo operare nel cuore affinché si rinnovi e diventi sempre più capace di tenerezza l'uno con l'altro, tra coniugi, con i figli, fino ai più piccoli della terra.

Così è avvenuto per la Santa Famiglia di Nazareth!

Tra le mura ospitali della Casa di Nazareth si è svolta nella gioia l'infanzia di Gesù, circondato dalle premure materne di Maria e dalla cura di Giuseppe, nel quale Gesù ha potuto vedere la tenerezza di Dio (cfr. Lett. apost. [Patris corde](#), 2).

Non abbiate paura della tenerezza! Sono le prime parole di Papa Francesco all'inizio del Suo Pontificato (19/3/13). Famiglia non avere paura della tenerezza!!!

Anche se sei affaticata, stanca, tribolata facendo trionfare la tenerezza di Dio, tu vedrai le meraviglie di Dio!

La tenerezza è stata approfondita nella «Amoris Laetitia», esortazione Apostolica post-sinodale sull'amore nella famiglia, partendo dall'esperienza della tenerezza familiare (DA LEGGERE!!)

Linguaggi di tenerezza

La tenerezza si attua nella geografia del nostro corpo perché è il segno e mezzo del dono, accoglienza, condivisione.

E chi ha mostrato questa direzione? Gesù che ha vissuto il suo essere nel corpo come un dono mediante cui si manifesta e attua il suo Sì al padre offrendo sé stesso per la salvezza di tutti noi, corpo dato e sangue versato.

Come si manifesta la tenerezza?

Nell'incontro, farsi vicino all'altro, nel desiderio di promuovere l'altro come desidera un padre per un figlio.

Quali sono i segni immediati dell'incontro e quindi le forme del linguaggio corporeo della tenerezza?

Lo sguardo.

Possiamo avere uno sguardo indifferente che riduce l'altro ad "una cosa" o addirittura lo nega. Oppure vi è uno sguardo di dilezione che manifesta attenzione all'altro, amorevolezza che porta a desiderare il bene dell'altro.

Ci guardiamo spesso? Ci fermiamo a guardare l'altro? (frontalità degli sposi).

La tenerezza mi aiuta a vedere prima me stesso e poi l'altro con occhi diversi, a sperimentare che io sono unico, irripetibile come lo è l'altro.

La tenerezza mi dota di uno sguardo di stupore, con volto sorridente, che mi porta ad amare l'altro come amo me stesso.

Il sorriso farà sentire all'altro di essere amato, di essere considerato prezioso!

Il mio coniuge, i miei figli, i miei fratelli, sorelle, amici...sono un "prodigio" di Dio da incontrare, rispettare, con la sua storia, attese, paure, fragilità, doni e talenti. L'altro è un immenso dono per me!

La voce e la sua tonalità

La voce rappresenta la forma di comunicazione più diretta.

Pensiamo allo scambio vocale tra madre e figlio, tra sposi quando si dicono l'amore.

La voce rassicurante e carezzevole porta a far sentire l'altro personalmente amato, a farlo sentire a suo agio con rispetto e discrezione.

Vivere nella tenerezza porta a uno scambio verbale con il coniuge e con i figli che contiene affetto anche nel caso di richiamo e correzione.

È tenerezza quando dico all'altro: *"Ma come sei stato bravo/a nel realizzare questa cosa, hai dei doni, dei talenti"*, *"Sei un tesoro"*. Tu così valorizzi l'altro e accresci l'autostima.

La carezza.

Carezzare è il contrario di afferrare.

Afferrare è un atto di potere che considera l'altro come un oggetto. (prendere il polso dell'altro)

Accarezzare (segno di delicatezza) è un gesto di amore, accoglienza, espressione di affetto, è un dono che fa sentire vivi sia chi lo offre sia chi lo riceve e secondo la relazione che si vive va da una stretta di mano ad una carezza più profonda.

Dare una carezza è dire: *"Eccomi, ci sono, sono qui per te"*.

L'altro appare come caro, vale a dire prezioso, importante.

Con una carezza dico all'altro: *"Tu vali. Ti voglio bene. Tu meriti stima."*

E al mio sposo/a può dire anche: *"Tu sei importante e voglio stare sempre con te"*.

La carezza spesso in alcune circostanze scioglie i cuori, situazioni difficili, rapporti chiusi.

L'abbraccio

Qui la tenerezza raggiunge il massimo della sua espressività perché è un'espressione forte d'incontro con l'altro nel dono di sé e condivisione.

L'abbraccio può esprimere assicurazione, sostegno, indicare un cammino di crescita verso un obiettivo comune, può trasmettere fiducia di fronte ad una situazione di dolore e paura, può indicare amore e riconciliazione, rafforzare la comunione, dare coraggio in vista di un impegno arduo o inaugurare un nuovo cammino.

È terapia!!!!

Virginia Satir (psicoterapeuta americana) indica questa terapia:

Ci servono 4 abbracci al giorno per sopravvivere, 8 abbracci al giorno per mantenerci in salute (vivere), 12 abbracci per crescere".

Il bacio

Esso ha una particolare forza come scambio affettivo.

Tra due innamorati, sposi, è una trasfusione di anima, di desiderio amante, da cuore a cuore, da spirito a spirito. Esprime la volontà di essere l'uno per l'altro.

Il bacio di un genitore verso il figlio significa protezione, attestazione di chi dice: *Io ci sono, non ti lascio solo*. Manifesta quindi il desiderio di vivere una comunione più profonda con loro.

Fra persone amiche costituisce il simbolo di un saluto, di una amicizia, di un guardare insieme verso la stessa direzione sostenendosi a vicenda.

Il bacio è uno dei linguaggi corporei più coinvolgenti e impegnativi e lo si dà e si riceve da chi c'è un affetto particolare. Ecco perché per primo lo si vede in famiglia.

In famiglia poi vi è il linguaggio dell'intimità sessuale che manifesta la donazione reciproca e totale tra gli sposi.

Ma questi linguaggi sono vissuti solo ad un livello umano, antropologico? Dio c'entra qualcosa?

Questi linguaggi sono stati vissuti da Gesù?

Sì all'interno della sua famiglia e durante la sua vita pubblica.

Come era lo sguardo di Gesù verso chi incontrava?

Sguardo di compassione, di amore, di attenzione (*fissatolo lo amò*).

Com'era la voce e il tono di Gesù soprattutto verso i peccatori, i malati?

Di dolcezza ma anche di autorità.

Come avveniva il contatto fisico con chi incontrava?

Accarezzava i bambini, toccava i lebbrosi, ciechi, storpi, il Padre abbraccia e bacia con infinita misericordia il figliol prodigo.

Gesù, vero Dio e vero uomo, ci insegna che la strada della tenerezza è quella che ci porta alla santità cioè alla piena felicità!

Tenerezza verso i figli

La famiglia è quindi comunità di tenerezza: tenerezza affettiva tra i coniugi, tenerezza affettiva tra genitori e figli, fratelli e sorelle.

I figli sono un dono di Dio e ancora prima di essere un frutto dell'amore di un uomo e di una donna, i figli sono figli di Dio in quanto già pensati da Lui dall'eternità.

I genitori sono così i cooperatori, collaboratori dell'opera creatrice di Dio, chiamati a trasmettere l'educazione e la fede in un ambiente accogliente.

La tenerezza sin da piccoli fino ad età adulta viene espressa da un genitore verso il figlio con **il calore affettivo, la fiducia, la stabilità**.

- **Il calore affettivo** non è iperprotezione o atteggiamento soffocante, è uno scambio positivo che ama e fa sentire amati.
- **La fiducia** è scambio reale di stima data, ricevuta, comunicata e suppone autorevolezza.
- **La stabilità** garantisce la continuità della relazione e rende solida l'attitudine alla tenerezza (dire e manifestare al figlio che ci sei senza deluderlo).

Come padre e come madre è necessario garantire sempre una presenza effettiva e affettiva, dare esempio nel modo di pensare, parlare, agire mettendo al primo posto l'essere e non l'avere, l'amare e non l'apparire, evitare di comunicare attitudini di collera, paura, tristezza.

Pilastro importante che aiuta tutto questo è il dialogo. È importante a qualsiasi età avere sempre un dialogo coi figli. Chi già si allena in coppia, lo vivrà in modo immediato anche coi figli e con il mondo.

In Amoris laetitia Papa Francesco indica in famiglia di dare un tempo di qualità al dialogo che è anche questo segno di tenerezza.

Ascoltare l'altro in modo sincero e attento è dire sono qui per te, dedico il mio tempo a te, ascolto le tue preoccupazioni.

La famiglia è la palestra della tenerezza perché vive momenti diversi, tempi diversi, situazioni diverse che richiedono capacità di offrire sicurezza, di affrontare insieme le situazioni che accadono.

È palestra nella cordialità, amabilità, rispetto dei tempi di chi sta vicino in un'attesa paziente (pensate adolescenza, rapporto con gli anziani).

È palestra anche nel dare umorismo, positività, capacità di ricominciare ogni giorno da capo anche con creatività.

È palestra nel perdono, nella disponibilità a dimenticare i torti subiti e a servire con gratuità senza chiedere il contraccambio.

Appena si torna a casa dal lavoro, da scuola è immediato, mettersi all'opera per dare il proprio contributo in casa (aiuto alla spesa, pulizia, preparare la tavola, stendere la biancheria...) senza pensare ad un tornaconto.

Papa Francesco definisce, in *Amoris laetitia*, la famiglia «il più vicino “ospedale”» pronto al primo intervento per prendersi cura dell'altro dove tutti subito si muovono per un altro componente della famiglia che ha bisogno.

Tutto col supporto della preghiera e ascolto della Parola altri strumenti che Dio ci ha dato per ricevere tenerezza e donare tenerezza anche al di fuori della propria casa con o senza presenza dei figli.

La famiglia ha una missione grande: essere ministri della tenerezza cioè segno visibile di un Dio che ama sempre, che perdona sempre, che accoglie sempre e che si offre.

“Quale grazia essere accolti in quella piccola Chiesa che è la famiglia, entrare nella sua tenerezza, scoprire la sua maternità, sperimentare la sua misericordia” (Paolo VI 1970)

Famiglia tu sei immagine e portatrice di tutto questo. Affidati a Dio, Infinita tenerezza, e lasciati sempre di più trasformare da Lui per mezzo della potenza dello Spirito Santo!

E allora: *“Giubilo e gioia saranno in essa, ringraziamenti e melodie di canti” (Is 51,2)*

Testimonianza e condivisioni

Conclusione con un racconto di P. Pierre Teilhard de Chardin (padre gesuita filosofo prima metà del Novecento):

“Immaginiamo un gruppo di escursionisti partiti alla conquista di una vetta difficile, e guardiamoli alcune ore dopo la partenza. In quel momento, possiamo figurarci la loro comitiva divisa in 3 tipi di individui.

Primo gruppo: alcuni rimpiangono di aver lasciato l'albergo. Pensano alle fatiche, i pericoli .. e decidono di tornare indietro.

Secondo gruppo: altri non sono dispiaciuti di essere partiti. Il sole risplende, il panorama è bello. Ma perché salire ancora? Non sarebbe meglio godersi la montagna dove si è, in mezzo ai prati o in mezzo al bosco? E si sdraiano sull'erba aspettando il pic-nic.

Terzo gruppo: altri infine, i veri alpinisti, non staccano gli occhi dalla vetta che si sono giurati di conquistare. E riprendono la salita.”

3 categorie: pessimisti, mediocri, coraggiosi. Chi siamo noi? Chi vogliamo essere per arrivare alla meta ed essere veramente felici?

Beata la famiglia che si rende povera di spirito e vive con cuore libero e tenero: essa sa scegliere ciò che realmente conta e si rende disponibile all'incontro con Dio, l'Infinita Tenerezza.

Beata la famiglia che accoglie nella fede i tempi difficili, sapendo che essi non sono l'ultima parola, ma una palestra per crescere in una tenerezza sempre più grande; essa sperimenterà la benevolenza di Dio e la sua incessante amorevolezza.

Beata la famiglia che ha scelto la tenerezza come progetto di vita, dove lo sposo ascolta la sposa e la sposa lo sposo, ed entrambi si fanno spazio accogliente per i figli; essa sarà dimora della Divina Tenerezza nel mondo e niente la potrà mai dividere.

Beata la famiglia che ha fame e sete dell'incontro con il Signore Gesù e si alimenta al suo banchetto eucaristico, lasciandosi riempire come un calice dal soffio della tenerezza dello Spirito; essa sarà forte nella fede, creativa nell'amore, coraggiosa nella speranza.

Beata la famiglia che sperimenta la fraternità con le altre famiglie; la loro amicizia evangelica parlerà di Dio al mondo e, insieme, saranno operatrici di una cultura della convivialità e della pace.

Beata la famiglia che si conserva nel silenzio amante di Dio e lo custodisce con cura; il Signore la colmerà della sua tenera presenza e l'innalzerà verso cime sempre più alte, donandole consolazioni senza fine.

Beata la famiglia che invoca il Nome di Gesù e si nutre della sua Parola; porterà la speranza di un Padre che ci ama, ci accompagna, ci perdona senza sosta.

Beata la famiglia che è in cerca della sua strada e accetta la fatica del cammino: essa vedrà la stella dell'Altissimo e procederà con fiducia verso gli orizzonti dell'armonia e della bellezza.

Beata la famiglia che riscopre l'importanza delle piccole cose e delle gioie semplici; essa saprà vivere lo straordinario nell'ordinario.

Beata la famiglia portatrice di riconciliazione perché costituisce una testimonianza viva della tenerezza perdonante di Dio e del suo amore.

Beata la famiglia che, nelle tribolazioni e nelle difficoltà, sa cogliere la presenza divina che consola e dà speranza; sarà degna dell'amore della Trinità e diventerà segno della sua benevolenza salvifica nel mondo.

Beata la famiglia dove si sperimenta la tenerezza tra genitori e figli che viene percepita come un "sacramento" della paternità e maternità di Dio; sarà capace di amare e diverrà una luce per il futuro della società.

Beata la famiglia che invoca ogni giorno lo Spirito Santo, soffio che dà vita, amore che circola dal Padre al Figlio affinché si rinnovi e diventi sempre più capace di tenerezza l'uno con l'altro fino ai più piccoli della terra.