

COME DON BOSCO - l'educatore

di Bruno Ferrero



A PERDONARE... S'IMPARA

I contrasti in famiglia sono pane quotidiano. C'è uno sforzo da fare, da parte di tutti, perché la vita non diventi insopportabile.

Gli urti quotidiani finiscono per far soffrire o ferire; e l'elenco è lungo: scontri sull'educazione dei figli, sulla politica, sul modo di gestire il bilancio, sull'atteggiamento verso i nonni. E ancora: irritazione per i tic, le lentezze, il vestito, le musonerie, le recidive. Parole che feriscono, dette senza controllo; tensioni sulla manutenzione della casa, per le discussioni in macchina, per i rimproveri al marito troppo preso dal suo lavoro. Non ascolto («*Non ascolti mai quello che ti dico!*»). Diversità di carattere, insoddisfazione davanti alla mediocrità dell'altro. Amore espresso in modo insufficiente, silenzi. Discussioni per provare se stesso, provare l'amore, difendere il proprio spazio, dire le proprie delusioni. Piccole dispute dovute alla fatica, al nervosismo, ecc. È difficile dimenticare, ma è anche possibile imparare la rara arte del perdono. Ecco dieci piccoli passi.

1. **Accettare di essere diversi.** La famiglia è fondata sull'alterità e sulla differenza. Fatalmente l'altro reagirà in modo diverso, vedrà le cose in modo diverso. Bisogna essere incessantemente all'ascolto della temperatura del cuore dell'altro e chiedergli il suo "modo di usarlo": "Se ti amo male, se ti pesto i piedi, dimmelo, perché cambi; se ti amo come si deve, dimmelo perché io continui".
2. **Mettere alla base della famiglia un "contratto":** «Noi non ci faremo mai soffrire *volontariamente*».
3. **Considerare gli aspetti positivi.** Troppo spesso i litigi nascondono gli aspetti meravigliosi della vita di famiglia. È importante relativizzare i miniproblemi.
4. **L'amore cresce attraverso questi piccoli perdoni.** Più ci si abitua a perdonare le piccole cose, più si perdoneranno quelle grandi. E più presto lo si fa, meglio è.
5. **Parlare, spiegarsi.** Perdonare è più facile quando c'è comunicazione. È necessario chiedere perdono. Semplicemente, umilmente, sinceramente. Non esitare a fare il primo passo. La parola compie miracoli quando il suo tono è giusto, privo di giudizi, perché crea e ricrea. Per perdonare ed essere perdonato abbiamo bisogno di sentire queste parole: "Ti chiedo perdono", "ti ho dato un dispiacere", "mi sono innervosito", "ho torto". Queste parole toccano il cuore e suscitano un dialogo talvolta improntato di umiltà e di sincerità, che altrimenti non avrebbe avuto luogo.
6. **Riconoscere la ferita che si è fatta.** Colui che è stato ferito ha bisogno di sapere che la sua ferita è stata presa in considerazione. Bisogna dimostrare all'altro che si è consapevoli della sofferenza che ha vissuto, della sua intensità... È tanto naturale giustificarsi trovando scuse nel proprio passato, soprattutto trovando colpe negli altri (i genitori) o fuori della coppia

(la suocera). È importante impegnarsi in un processo di verità per scoprire i propri torti personali, e riconoscerli umilmente.

7. **Dare tempo al tempo.** Bisogna accettare che non venga immediatamente una parola di perdono. Quando si è sopraffatti dalla collera, ci vuole un tempo di calma, di riflessione, e anche di preghiera per acquistare la capacità di chiedere perdono. È un processo lungo e complesso, bisogna aspettare che il tempo faccia l'opera sua. Alcuni dimenticano subito l'offesa, soprattutto quando si tratta di offese leggere. Altri hanno la tendenza a rimuginarla. Anche se dicono che "è finito", i loro occhi, il loro broncio continuano a dimostrare che il fatto non è ancora digerito.

8. **Imparare a negoziare.** Significa cercare una soluzione media, che tenga conto dei due punti di vista. Questo suppone che ognuno, in un primo tempo, cerchi lealmente, con empatia, di mettersi al posto dell'altro, di entrare nel suo modo di vedere.

9. **Riconciliarsi.** Anche se la riconciliazione non è indispensabile per il perdono, il perdono è completo quando sfocia nel ristabilimento delle relazioni. Il perdono non è ancora la riconciliazione, ma ne è la via. Il perdono è un catalizzatore che crea l'ambiente necessario per una nuova partenza e per ricominciare. Perdonare, è ridare fiducia. E' ripartire "come prima". Significa riparare e cambiare. Il segno della sincerità di richiesta di perdono è lo sforzo che ci si impegna a fare per non cadere più negli stessi errori.

10. **Un perdono totale è una cosa divina**, che noi impariamo soltanto da Dio. Il cristiano non dice: «Io credo al peccato», ma «alla remissione dei peccati». E quando il sacerdote dice «Io ti assolvo», dice molto di più che "tu sei perdonato". Assolvere significa ridare la libertà a colui che era legato, significa togliergli le catene. Quando il perdono ci sembra impossibile, guardiamo il Cristo in croce. Nel momento stesso in cui, sospeso ai chiodi, muore di asfissia in una sofferenza indicibile, egli ha il coraggio di dimenticare se stesso per chinarsi sui suoi carnefici e perdonarli.

È la grazia più grande, quella del perdono. La preghiera familiare della sera è un'occasione meravigliosa per scambiarsi il perdono. Amare è essere capaci di dire insieme il *Padre nostro*. Nessun vincolo coniugale resiste senza perdono.

COME DON BOSCO - Il genitore

di Marianna Pacucci

LE PAROLE DIFFICILI DA PRONUNCIARE



In famiglia, ci sono parole difficili da pronunciare, che rimandano ad atteggiamenti e comportamenti per i quali non bastano la spontaneità, la capacità di essere se stessi, il coraggio della trasparenza. Chiedere e accordare il perdono: quanta fatica costa porgere le proprie scuse o accettare quelle di un altro.

Chiedere perdono è difficile. Non è soltanto questione di orgoglio; è che, anche con le persone più care, capita di provare un pudore eccessivo che

impedisce di guardare e andare oltre una barriera percepita come insormontabile. Nelle situazioni più problematiche, troppe volte si sceglie di tacere, di far finta di niente, magari anche di dimenticare, piuttosto che esporsi o esporre l'altro in un momento di debolezza. Eppure sono proprio queste le occasioni privilegiate per dare all'amore uno scatto di energia: perché solo il perdono reciproco può consolidare nel tempo legami che rischiano di essere indeboliti dall'abitudine e dalla fretta che sottrae spazio al dialogo e alla comunione.

Queste considerazioni, per quanto sensate, non bastano: perché è impossibile praticare il perdono soltanto nell'ambito della sfera emotiva, oppure esclusivamente in quella intellettuale. A pensarci bene, la difficoltà che vivo anch'io in casa forse dipende proprio dal fatto che ci sono momenti, nelle relazioni familiari, in cui l'amore e la verità non riescono a stare insieme, a procedere in sintonia. Voglio dire che l'esperienza del perdono, in fondo, è possibile solo quando costruisci con il marito e i figli un rapporto di amore pedagogico; quando, cioè, tutto quello che dici, che fai, che condividi, vuole alimentare la crescita dell'umanità che è in ciascuno di noi e non essere limitato soltanto a un atteggiamento di solidarietà più o meno durevole. Proprio per questo, mi accorgo che in qualche modo è un po' più semplice mettere in circolazione la risorsa del perdono quando vivo il compito di genitore, che non quando c'è bisogno di riconciliazione all'interno della coppia. Nel primo caso mi sembra più facile ricevere o chiedere scusa perché c'è una reciprocità che è, comunque, accompagnata da un'asimmetria (generazionale e di ruolo) che facilita l'assunzione di una responsabilità piena nei confronti dei figli. Nella relazione con mio marito, invece, accade che le aspettative e le disponibilità di ciascuno siano evidenziate nell'ambito di un rapporto paritario che potrebbe non concedere molto alle esigenze della gratuità e della generosità. E il rispetto dell'altro spesso favorisce ulteriormente il silenzio e la sopportazione, piuttosto che la voglia di confrontarsi e mettersi reciprocamente in discussione.

Anche in questo caso però ci si accorge, pian piano, che c'è un punto misterioso in cui l'amore e la verità si incontrano: è quando ti accorgi che ami l'altro non "nonostante", ma proprio "perché" ti ha deluso; e questo, ovviamente, vale anche all'inverso: sono consapevole di essere amata di più quando il mio partner è costretto a guardarmi per quello che sono e non per quello che vorrebbe che fossi, quando accetta i miei limiti insieme ai pregi che a suo tempo lo hanno fatto innamorare di me e non di un'altra donna. Quando nella realtà della coppia vivi questa esperienza, ti accorgi che ogni giorno c'è qualcosa da perdonare e da farsi perdonare, ma anche che questa situazione non è più un limite, bensì un trampolino di lancio: la riconciliazione, infatti, è una disponibilità che pian piano contagia l'intera famiglia e si espande oltre le mura della casa, per incontrare una realtà sociale che oggi ha particolarmente bisogno di gesti che rigenerano l'identità personale e le relazioni comunitarie.

A questo punto, anche l'attenzione a prevenire le ragioni di attrito e di conflitto, che potrebbe alla lunga risultare faticosa e stressante e dunque ridurre la voglia di interagire l'uno con l'altro, assume un altro valore: non si tratta di evitare o aggirare le situazioni che potenzialmente creano tensione, ma di operare perché in famiglia sia sempre alta la temperatura relazionale: e questo avviene quando non si ha paura di dispiacere l'altro, ma si prova piacere nel costruire pazientemente sintonie e simpatie durature, accogliendo e valorizzando le differenze individuali.

Bollettino Salesiano - Marzo 2006