

Costruire in due

PERIODICO DI CULTURA FAMILIARE

IN QUESTO NUMERO:

Parole e Parola

La famiglia secondo la Bibbia

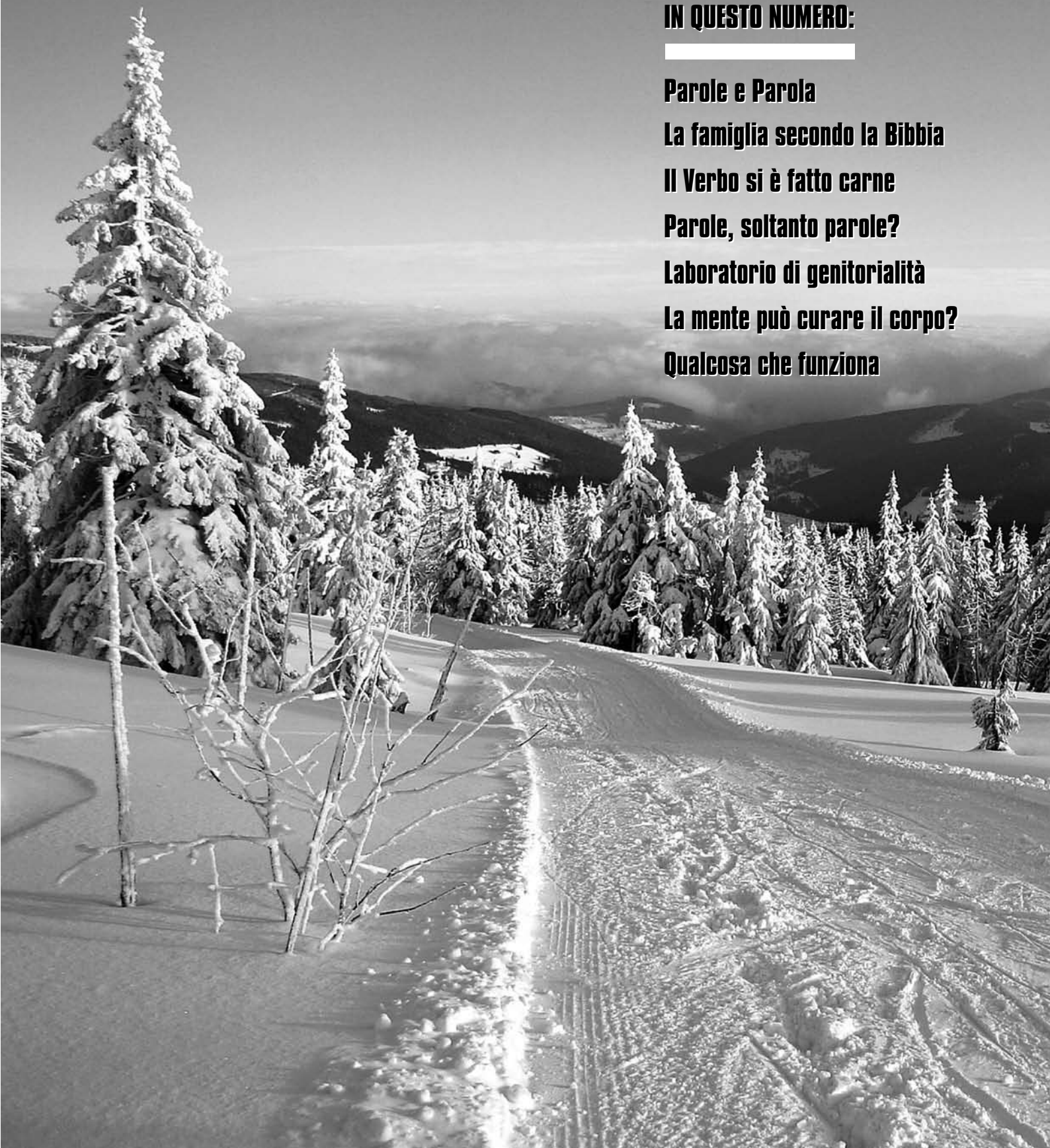
Il Verbo si è fatto carne

Parole, soltanto parole?

Laboratorio di genitorialità

La mente può curare il corpo?

Qualcosa che funziona



Costruire in due

PERIODICO DI CULTURA FAMILIARE

COSTRUIRE IN DUE

Periodico di cultura familiare

Anno XXXVIII - numero 3 - 2° semestre

Settembre/Dicembre 2008

Aut. Trib. Torino n. 2057 del 31-1-1970

Sped. in Abb. Post.

Direttore responsabile:

Alberto Riccadonna

Redazione:

Alberto Castellaro, Elena Clerico,
Laura Ferrero, Anna Maria Foglizzo,
Teresa Geninatti Chiolero,
Giordano Muraro, Mariella Piccione.

Fotografie:

Archivio Atmosfera
Archivio Punto Familia

Progetto grafico e impaginazione:

ATMOSFERA Comunicazione & Immagine
Torino

Stampa:

GEDA - Nichelino (To)

Questo numero di "Costruire in due"
esce con una tiratura di 5.000 copie.

punto  **familia**

Via G. Casalis, 72 - 10138 - Torino

Tel. e fax 011.44.75.906

e-mail: puntofamilia@libero.it

www.puntofamilia.it

Quota annuale 2008 € 15,00

CCP 37446101

Per consulenze di tipo sanitario,
psicologico, legale, morale e sociale,
è a vostra disposizione il

CONSULTORIO

dalle ore 15 alle ore 19

Per prenotazioni: 011.447.81.25

Editoriale

Siamo nell'Anno della Parola.

Questo vale per la Diocesi di Torino, certo, ma la risonanza che i media hanno dato alla lettura integrale della Bibbia, trasmessa per TV durante il Sinodo dei Vescovi (vedi a pag. 11) che ha riflettuto anch'esso sulla Parola di Dio, ha dato al tema un respiro non solo nazionale ma addirittura mondiale. Ci perdoneranno dunque i nostri lettori più lontani, magari siciliani o sardi (ce ne sono, non è un modo di dire) o al di là dell'oceano (da quando Costruire in Due è nel web, chi può dire fin dove è letto?), per questo incipit ('siamo') un po' presuntuoso.

Tema religioso, dunque. Ma anche laico. Viene spontaneo accostare la Parola di Dio alle parole dell'uomo, entrambe strumenti meravigliosi di comunicazione e di relazione. Proprio su questo accostamento riflettono sia padre Muraro ("Parole e Parola", a pag. 4), sia Marco Bonatti ("Il Verbo si è fatto carne, pag. 10). Carlo Miglietta ("La famiglia secondo la Bibbia", pag. 8) si sofferma su alcuni termini biblici, parole di Dio riferite alla coppia e alla famiglia, che ci sorprendono con la loro straordinaria ricchezza di significato. Non manca una divagazione sul dialogo nella coppia ("Parole, soltanto parole?", pag. 12), uno dei focus fondamentali di Punto Familia nei suoi diversi percorsi e interventi formativi.

"Vita al Punto Familia" questa volta non è la solita rubrica di date e titoli di corsi. Alcuni psicologi ci offrono spunti per capire cosa sta dietro (e dentro) ad alcune iniziative particolari: gli incontri per genitori di figli adolescenti (Giuliana Bitelli), il seminario sul rapporto mente-salute (Armando Gabriele), il ciclo "Qualcosa di coppia" per coppie di ogni età e condizione (Ivano Calaon).

È questo l'ultimo numero del 2008. Sì, solo il terzo. Qualcuno ogni tanto ci segnala che 'non riceve più la rivista'. Più probabilmente, avverte che gli intervalli tra un numero e l'altro sono insolitamente lunghi. In effetti "Costruire in Due" costituisce un grosso sforzo, anche economico, per Punto Familia. Per questo siamo grati agli amici che ci sostengono con la quota annuale che, lo ripetiamo, non è un abbonamento alla rivista, ma un sostegno a tutte le attività dell'Associazione.

Cari amici lettori: le nostre parole di quest'anno siano la rete leggera e solida su cui appoggiare affetti e verità. Beati noi se queste parole innesteranno la loro trama nella Parola di Dio scesa tra noi in forma di uomo nato da donna.

Questo valga anche per Costruire in Due, che per l'appunto di parole è intessuto.

La Redazione

MORALE FAMILIARE

4 PAROLE E PAROLA

p. Giordano Muraro o.p

L'uomo per vivere ha bisogno di parole. Sono piccoli suoni che escono dalle labbra, ma che possono avere la potenza di uno tsunami o di una colata lavica. San Giacomo nella sua lettera ricorda che la lingua è un piccolo membro, ma può scatenare incendi immensi. Non ci sono solo parole distruttive. Ci sono parole che edificano, cioè che costruiscono. Ma suppongono persone educate ad essere umane in ogni circostanza della vita, e che si servono di questo piccolo-enorme strumento per costruire vita..

BIBBIA E FAMIGLIA

8 LA FAMIGLIA SECONDO LA BIBBIA

Carlo Miglietta

I credenti hanno un vero Evangelo, una Gioiosa Notizia da annunciare al mondo: la famiglia non è solo realtà umana ma teologica, ha una grande importanza nel piano stesso di Dio, trova in Dio stesso la sua radice e la sua linfa vitale.

10 IL VERBO SI È FATTO CARNE

Marco Bonatti

La parola, strumento affascinante, è spesso utilizzata dall'uomo per creare realtà più o meno fittizie: storie, miti, messaggi manipolatori... I media confezionano contenitori di comunicazione sempre più ammalianti, ma i contenuti sono sempre più poveri. Solo la Parola di Dio fatta carne entra nella storia dell'uomo cambiandola realmente e radicalmente.

COMUNICAZIONE E FAMIGLIA

12 PAROLE, SOLTANTO PAROLE?

Mariella Piccione

Nella coppia, si dice, è fondamentale il dialogo, che viene in genere identificato con lo scambio di flussi di parole tra i due interlocutori. C'è indubbiamente del vero in questa affermazione. Se imparassimo a usare bene il meraviglioso strumento della parola ci porteremmo certo avanti nella crescita della relazione di coppia. Ma non è tutto qui...

VITA AL PUNTO FAMILIA

14 LABORATORIO DI GENITORIALITÀ

Giuliana Bitelli

16 LA MENTE PUO' CURARE IL CORPO?

Armando Gabriele

17 QUALCOSA CHE FUNZIONA

Ivano Calaon

CUCINA

18 I segreti di Tato - IL GERGO DEL PASTICCERE

Tommaso Taccardi

19 BIBLIOTECA

Sommario

Parole e Parola

L'uomo per vivere ha bisogno di parole. Sono piccoli suoni che escono dalle labbra, ma che possono avere la potenza di uno tsunami o di una colata lavica. San Giacomo nella sua lettera ricorda che la lingua è un piccolo membro, ma può scatenare incendi immensi. Non ci sono solo parole distruttive. Ci sono parole che edificano, cioè che costruiscono. Ma suppongono persone educate ad essere umane in ogni circostanza della vita, e che si servono di questo piccolo-enorme strumento per costruire vita.

p. Giordano Muraro o.p.

Se abbiamo la pazienza di guardare dentro una parola, vediamo che è sempre una realtà complessa. Ogni parola comporta sempre tre elementi: un io che parla, un tu che ascolta, un contenuto che viene trasmesso.

L'io che parla

Anzitutto un io che parla. Cosa vuol dire parlare? Lo facciamo ogni giorno, tantissime volte al giorno, ma forse non ci siamo mai soffermati a capire quali meravigliosi meccanismi nasconde una sola parola. Parlare è portare nella vita di altri quello che vediamo, quello che sentiamo, quello che proviamo, che sogniamo; i nostri vissuti, le sofferenze, le gioie, i sogni, le speranze, i progetti, l'amore, gli affetti, ecc. Non c'è realtà, cosa o vissuto interiore che non possa essere tradotto in un suono con il quale possiamo trasferire nella vita dell'altro quello che noi stiamo vivendo.

Se non avessimo la parola, tutto quello che siamo e che viviamo rimarrebbe chiuso dentro di noi. Ogni uomo diventerebbe una monade senza finestre, cioè un essere che tiene chiuso in sé tutto quello che avviene nella sua vita, senza poterlo partecipare. E in questa ricchezza morirebbe di solitudine.

L'uomo è sociale, e questo significa che non può vivere senza comunicare, cioè senza dire agli altri chi è, cosa vive, e senza ricevere dagli altri la loro vita. Potrebbe essere una solitudine splendida, ma è sempre solitudine dentro cui non si vive e non si cresce.

La parola permette di uscire da questa solitudine. Ci rendiamo conto che questa frase è troppo usata per incidere nella nostra vita. Ma la capiscono molto bene quelle persone che viven-

vita. Si soffre in silenzio l'amarezza di una vita perduta.

La parola ha il potere di togliere il diaframma che impedisce di vedere e sentire l'altro dentro la propria vita. Allora si vivono due vite. La propria, ma con la propria anche la vita dell'altro. Le due vite si allargano nella vita dell'altro, e diventano come il fiume Nilo, che straripando allaga le terre vicine e le feconda.



do in coppia non hanno più dialogo. Ognuno dei due vive la sua vita. E nessuno dei due sa qualcosa dell'altro. Si vive l'uno accanto all'altro, come i separati in casa, ma ognuno dei due non rende l'altro partecipe della sua

Il tu che ascolta

Ma ad una condizione: che all'io che parla corrisponda un tu che ascolta. La parola non ha significato se non c'è un tu che la accoglie e la rivive in sé. Senza un tu che ascolta, la parola cade

nel vuoto e non ha più significato. Per questo non c'è nulla di più deludente che parlare e non trovare un tu che accoglie la parola. È la frustrazione che provano gli insegnanti quando vogliono comunicare il sapere, ma non trovano allievi attenti. Ed è anche il ridicolo dell'ubriaco che parla ai lampioni. Il professore è deluso perché è consapevole di fare una cosa inutile, l'ubriaco è ridicolo perché non è consapevole di fare una cosa inutile.

Ma è soprattutto la delusione della persona che vive in coppia e avverte che le sue parole non hanno un uditore attento che capisce o si sforza di capire quello che dice. La delusione può essere tale da far pronunciare quella frase che esprime amarezza e delusione: "Non glielo dico più, tanto non capisce". Il che significa che l'altro non è in grado di ricevere o non vuole ricevere. Si prende coscienza che parte della propria vita, quella che si vorrebbe comunicare, non passa e la persona deve vivercela da solo. Si viene ricacciati nella solitudine di una vita che non riesce a superare la barriera dell'indifferenza. E il gelo cala nella vita di entrambi.

Il contenuto

C'è un terzo elemento che forma la parola, ed è il suo contenuto. Quel suono formulato dalla lingua e dalle labbra porta dentro di sé delle cose o dei fatti che si vogliono comunicare. Se io dico "tavolo", so che quella parola indica una realtà ben determinata. Dico "cielo azzurro", e l'altro sa cosa io voglio trasmettergli. Dico: "Ti amo", e l'altro capisce cosa provo per la sua persona. Le parole che non hanno un contenuto sono inutili, come sono inutili le parole che non trovano un tu che le accoglie. I contenuti sono diversissimi: si parte dalle cose più semplici e umili, ai fatti più nobili e complessi della vita. Si parla di sport, di politica, di cultura, di religione, di filosofia, di scienze, di amore, e di ogni problema che l'uomo incontra nella sua vita. Non c'è limite ai contenuti delle parole.

Si parla anche di sé, ma è la parola più difficile da formulare e da accogliere. Non siamo abituati a parlare di noi. O

meglio, utilizziamo abbondantemente le parole per raccontare quello che facciamo, cioè quello avviene dalla pelle in fuori; ma siamo fortemente imbarazzati quando vogliamo parlare di quello che siamo, cioè di quello che avviene dalla pelle in dentro. Diciamo che ci mancano le parole; ed è vero. Ma molto dipende dal fatto che nessuno ci ha insegnato ad ascoltare e leggere quello che avviene in noi. Lo viviamo, ma non sappiamo tradurlo in parole. La traduzione degli affetti in parole comprensibili diventa una impresa a cui molti rinunciano in partenza. Così nella comunicazione si perde il contenuto più importante e più ricco della nostra vita. Se due persone si amano trovano uno strumento alternativo alle parole parlate e ricorrono al linguaggio non verbale che è spesso molto più efficace del linguaggio verbale. Basta pensare a quanto contenuto di sé si trasmette in una stretta di mano o in un abbraccio per capire quanto il corpo possa diventare una efficace parola dello spirito.

L'io nella parola

Nella parola non c'è solo un contenuto. C'è anche qualcosa della vita della persona. Questa presenza è molto varia. La persona può essere presente nella parola con il semplice desiderio di essere ascoltata. Parlando, mette questo suo desiderio dentro la parola. È il minimo che si possa richiedere perché la parola esista. Se io parlo desidero che la persona alla quale rivolgo la parola stia attenta, cioè accolga in sé la mia parola e ne faccia oggetto di attenzione e forse di riflessione.

Ma la persona può essere presente in altro modo, come avviene in chi usa le parole non solo per raccontare, ma per convincere. Se il contenuto delle mie parole sono le verità in cui credo, nelle parole non metto solo queste verità, ma metto anche il mio desiderio che l'altro condivida con me queste verità. Se per me sono vita, penso che siano vita anche per la persona con cui parlo, e userò un linguaggio in cui ci sono i contenuti delle cose in cui credo, ma c'è anche il desiderio che



Se le parole fossero farfalle, il sole sarebbe oscurato ogni giorno dalle infinite parole che salgono dalla bocca di miliardi di uomini che popolano la terra. E ogni parola ha una sua caratteristica.

Ci sono parole che raccontano, che ridono, che piangono, che accusano, che minacciano, che confortano, che ammaestrano, che distruggono; parole di saggezza e di stupidità, parole inutili, parole di pettegolezzo, parole di scienza, ecc.

Parlano i politici, gli amministratori, i commercianti, i professori, gli uomini, le donne, i bambini, i saggi, gli stupidi.

C'è libertà di parola e di quantità di parole. Ci sono anche parole rivolte a Dio.

L'uomo è convinto di poter comunicare con l'Essere supremo, e di potergli rivolgere parole di supplica, di ringraziamento, di pentimento, di riconoscenza, addirittura parole di amore. Di più: il cristiano è convinto che esistono parole che non salgono dalla terra al cielo, ma che discendono dall'alto. L'uomo parla con Dio e Dio parla con l'uomo.

È vero che sono parole particolari che distano dalle parole umane quanto il cielo dista dalla terra; ma sono parole che Dio ha tratto dal vocabolario degli uomini, vivendo con loro.

p. G. M.

l'altro condivida le mie convinzioni. Un esempio chiaro è la parola evangelizzatrice. L'evangelizzazione non consiste nell'espone i principi della vita cristiana, ma questi principi vengono esposti in modo che le realtà nelle quali crediamo e che cerchiamo di vivere passino in chi ci ascolta, con lo scopo ultimo di vivere insieme queste verità. Un ateo può usare le stesse parole di un credente per dire in cosa consiste il cristianesimo; ma in quelle parole non c'è il desiderio che i principi accolti vengano condivisi. Il credente invece vuole portare l'altro a vivere le verità che espone, perché per lui quelle verità non sono solo nozioni, ma sono vita.

Le parole d'amore

C'è una parola che porta in sé non un semplice desiderio della persona, ma tutta la persona, ed è la parola di amore. Quando un ragazzo dice alla sua ragazza "ti amo" non mette nelle parole solo il desiderio che la ragazza stia attenta a quello che dice; non mette solo il calore di chi vuole far capire quanto sia vivo in lui il sentimento che prova per lei; ma c'è tutta la persona con il desiderio che la ragazza risponda dicendo che lo riamava.

Non basta che al desiderio presente nell'espressione "ti amo", la ragazza risponda dicendo: "Ho ascoltato con attenzione e ho capito quello che dici". Non è neppure sufficiente quell'at-

tenzione che va oltre i contenuti delle parole ed entra nell'interiorità della persona: "Ho capito cosa stai provando per me". Non si tratta di capire, ma di rispondere con lo stesso sentimento che l'amante le manifesta con le parole "ti amo". Sono parole che vorrebbero produrre nell'altro un atteggiamento speculare al suo sentimento. Non c'è solo il desiderio di attenzione, e neppure solo il desiderio di comprensione; ma c'è il desiderio di costruire nella ragazza un sentimento simile al suo, cioè un sentimento di amore.

Le parole di amore sono le parole più ricche e più perfette che si possano pronunciare. C'è il massimo coinvolgimento di chi parla, perché esprime i suoi sentimenti più profondi, e di chi ascolta, perché viene invitato a trasformare se stesso da interlocutore in amante.

La parola di Dio

Le parole di Dio sono tutte di questo terzo tipo. Escono dalle sue labbra per costruire relazioni di amore. Ma si differenziano dalle parole di amore degli uomini. Le parole di Dio non hanno solo il potere di raccontare o di convincere, ma creano quello che dicono. Disse e le cose furono. Nessuna creatura ha il potere di pronunciare parole creative. Le parole dell'uomo contengono cose che già esistono o cose che si desiderano. Solo Dio con la sua parola fa esistere ciò che anco-

ra non esiste. L'uomo dice "ti amo" e nella sua parola c'è il desiderio che l'altro risponda al suo amore. Ma non ha il potere di creare l'amore nel cuore dell'altro. L'altro può ascoltare, capire, immedesimarsi nel sentimento di chi gli rivela di amarlo, ma può replicare dicendo che non intende rispondere a questa dichiarazione di amore. "Ho capito che mi ami e cosa comporta questo tuo amore nella tua vita; ma nel mio cuore non c'è amore per te". Per Dio è diverso. Rivela il suo amore per la sua creatura, e crea nella sua creatura la risposta di amore.

Si può obiettare che questo non è vero, perché tanti uomini rimangono indifferenti, non rispondono alla parola di amore di Dio. La sua parola sembra simile a quelle degli uomini, i quali manifestano il loro amore, ma non hanno il potere di crearlo nella persona a cui rivolgono la propria dichiarazione di amore. L'uomo di fronte alla proposta di Dio sembra comportarsi nello stesso modo con cui l'uomo si comporta di fronte alla proposta dei suoi simili. Allora, in cosa consiste la differenza tra la parola di amore di Dio e quella dell'uomo?

La parola di Dio è creativa. Disse, e tutto l'universo con quello che contiene iniziò ad esistere. Ma quando si trova di fronte all'uomo sospende temporaneamente la sua creatività. Perché? perché ha creato l'uomo libero e rispetta la sua libertà.

Non crea nell'uomo nulla di quanto deve invece sottoporre alla sua libertà. E l'amore è realtà che richiede per sua natura la massima libertà. Ma se l'uomo accetta di aprirgli il suo cuore, allora Dio ridiventa creativo: entra nella sua vita e trasforma il suo cuore di pietra in cuore di carne. Crea nel cuore dell'uomo l'amore per il suo Dio. L'uomo quando dichiara il suo amore attende che la persona alla quale lo ha dichiarato costruisca in

sé una risposta di amore. Dio invece quando dichiara il suo amore aspetta solo che l'uomo gli apra la porta del suo cuore; e se l'uomo gli apre, entra creando nel suo cuore l'amore per la sua persona. È come se dicesse: se mi apri il tuo cuore, io depongo in esso un pugnello di lievito che trasforma tutta la tua vita; oppure – come dice alla samaritana - io faccio sgorgare dal tuo cuore un'acqua che zampilla per la vita eterna; oppure – come dice a

Nicodemo – io ti faccio nascere ad una vita nuova.

Per questo possiamo dire che l'amore per Dio è frutto dell'impegno libero dell'uomo, ma è soprattutto dono di Dio. Tra Dio e l'uomo inizia un rapporto che permette all'uomo di entrare nella casa di Dio e di trovare in questa casa la piena risposta ad ogni suo desiderio. ■

Sostegno al Punto Familia 2009

Anche quest'anno vi chiediamo di continuare a sostenere anche economicamente il Punto Familia: il vostro contributo è indispensabile per far proseguire e crescere l'opera della Associazione a servizio della famiglia; inoltre permette a "Costruire in Due" di continuare a vivere.

QUANTO VERSARE?

L'importo è di 15 euro a persona.

L'Associazione, comunque, è ben lieta di ricevere anche offerte superiori!

...E COME?

È possibile utilizzare il bollettino postale che per comodità trovate allegato.

È possibile inoltre utilizzare il c/c bancario presso Intesa Sanpaolo (IBAN IT46 V030 6901 1220 0000 6659420) oppure direttamente al Punto Familia.

Nei mesi scorsi abbiamo ricevuto il versamento relativo al primo anno del 5 per 1000: un contributo di 6900 euro! Nel ringraziare di cuore quanti hanno reso possibile questo risultato, vi chiediamo di continuare a utilizzare questo strumento e nei prossimi numeri vi diremo come abbiamo utilizzato questo importante contributo.

ECCO GLI APPUNTAMENTI FISSATI PER I PROSSIMI MESI.

Martedì 27 gennaio: inizio del percorso di **accompagnamento alla nascita**.
Nella seconda metà di gennaio partirà anche un ciclo di incontri di **massaggio al neonato**.

Sabato 14 Febbraio: Festa di San Valentino
Tenetevi liberi e contattateci per conoscere le iniziative di quest'anno

Mercoledì 18 febbraio alle ore 21.00: incontro di presentazione del percorso di preparazione al matrimonio che inizierà mercoledì 4 marzo.

Per le informazioni sulle attività potete contattare la nostra segreteria al numero **011.447.59.06**, oppure consultare il nostro sito **www.puntofamilia.it**

La famiglia secondo la Bibbia

I credenti hanno un vero Evangelo, una Gioiosa Notizia da annunciare al mondo: la famiglia non è solo realtà umana ma teologica, ha una grande importanza nel piano stesso di Dio, trova in Dio stesso la sua radice e la sua linfa vitale.

Carlo Miglietta

Mai come ora l'istituto familiare è in crisi: manca una cultura vera e robusta della famiglia. Troppo spesso essa è stata considerata solo come realtà antropologica o sociologica, una situazione di fatto su cui basare la vita individuale e collettiva, senza cercarne il senso più profondo, da cui veramente può scaturire una comprensione piena ed un'etica quindi fondata. È la Parola di Dio, "lampada ai nostri passi, luce al nostro cammino" (Sl 119,105), che ci svela il significato più intimo della realtà, e che ci propone il vero fondamento, secondo il piano divino, della vita familiare.

Lo specifico della Rivelazione cristiana su Dio, già adombrata nell'Antico Testamento ma poi esplicitata nel Nuovo da Gesù stesso, è che Dio è unico, ma non è un solitario: è comunione di Persone, è interrelazione, è comunità, anzi "la migliore comunità" (L. Boff): come più volte ha detto Giovanni Paolo II, "Dio è famiglia". Non possiamo pensare il Padre senza il Figlio e lo Spirito santo. Tra i tre c'è una meravigliosa e continua dinamica d'amore. Ma nella Trinità non c'è solo

un dono reciproco ("missio ad intra"); l'amore trabocca all'esterno, nella creazione e nella salvezza del mondo ("missio ad extra").

Questo Dio-Comunità, Famiglia, modello dell'umanità a sua immagine e somiglianza. Lo afferma già il libro della Genesi (Gen 1,26-28): "Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo

"zakhar", letteralmente "il pungente", e dalla femmina, "neqebhah", letteralmente "la perforata": solo l'unione dell'uomo e della donna, solo coppia è l'adam, immagine e somiglianza di Dio! Gli altri Libri Sacri (Profeti, Cantico dei Cantici, Gv 2,1-12; Ef 5,21-33...) vanno ancora oltre, presentandoci Dio come il Fidanzato, lo Sposo, e il suo popolo come la Fidanzata, la Sposa, uniti da un "berit" ("Alleanza - Patto nuziale"). Il matrimonio è presentato quindi come un sacramento (la parola "sacramentum" significa "segno") di una realtà che lo trascende, profezia di Dio e della sua alleanza con l'uomo, del suo amore per Israele e, nel Nuovo Testamento, dell'amore di Cristo per la sua Chiesa.

Questo rapporto stretto di reciprocità e di rimando vicendevole



creò; maschio e femmina li creò" (1,27). In questo versetto la Bibbia ci fa veramente una rivelazione-bomba: essa proclama anzitutto che l'adam è immagine ("selem"), cioè la riproduzione, il ritratto, la copia concreta, e somiglianza ("demut"), cioè la corrispondenza più in senso spirituale, di Dio stesso. Ma questo adam creato da Dio a sua immagine vivente sulla terra, a sua icona, è un termine collettivo, formato dal maschio,

tra Dio e la coppia ci apre a profonda conoscenza sia di Dio che della vita matrimoniale. Riguardo a Dio, l'esperienza d'amore dei coniugi ci svela anzitutto che Dio è amore; la coppia, momento relazionale tra persone, è la prima immagine della sua natura trinitaria; in Dio c'è sia la mascolinità che la femminilità... Riguardo alla coppia, se la coppia è immagine di Dio, ne deriva anzitutto l'indissolubilità del matrimonio: poiché

Dio è e resta uno, così anche i coniugi sono e devono restare una cosa sola (Gen 2,24; Mt 19,5-6); la coppia è poi chiamata a modellarsi su Dio stesso: gli sposi dovranno amarsi sempre, perché “Dio è amore” (1 Gv 4,8), essere fedeli sempre, perché Dio è “hesed”, fedeltà (Sl 117,2;100,5..), assomigliare a Dio nella fecondità, collaborando all'opera creazionale di Dio (Sap 1,14), come lui perdonare, farsi dono, servire...

Ma non solo la coppia, bensì tutta la famiglia trova nel mistero trinitario di Dio la sua radice e la sua vocazione. Subito

dopo aver creato la coppia a sua immagine e somiglianza, Dio infatti la costituisce a dimensione di famiglia: “Dio li benedisse e disse loro: «Siate fecondi e moltiplicatevi, riempite la terra»” (Gen 1,28). Nella Scrittura c'è una vera teologia della benedizione (“berakà”). In ebraico, “berakà” è la “forza salutare o vitale”, ma anche il “ginocchio”, eufemismo per indicare gli organi sessuali. La benedizione non è solo augurio, ma è forza viva, è sinonimo della vita stessa che Dio dona (Sl 133,3; Dt 27-28; 30,1): benedire è trasmettere la propria capacità generativa a un altro rendendolo fecondo. Dio dona quindi alla famiglia il suo stesso “seme”, la sua stessa fecondità. La vita stessa divina, il suo Spirito creatore (“ruah”) infuso nell'adam (Gen 2,7) sono quindi estesi con una speciale benedizione alla famiglia. Così lo Spirito Santo è lo “spirito vitale” della coppia e della famiglia (dimensione antropologica),

è l'origine del carisma coniugale e parentale (dimensione vocazionale), è la fonte divina dell'amore reciproco (dimensione trinitaria), è colui che consacra la realtà umana matrimoniale in mistero di salvezza (dimensione ecclesiale), è il principio costitutivo e dinamico della comunità familiare (dimensione mistica), è colui che sempre relativizza l'amore umano all'Amore divino (dimensione escatologica).

Tutta la famiglia è quindi chiamata a vivere dell'Amore trinitario e a modellarsi su esso. La famiglia è il primo



luogo dove deve realizzarsi il comando di Gesù dell'amore vicendevole (Gv 13,35), ma anche nei suoi rapporti verso

l'esterno essa dovrà fondarsi sul criterio dell'“imitatio Dei” (Mt 5,48). Dovrà quindi imitare Dio nell'accoglienza della vita, nel dono, nella misericordia, nel perdono, nella predilezione degli emarginati e degli ultimi.

Lo stile stesso della vita della famiglia dovrà essere segno dell'amore agapico trinitario, caratterizzandosi nell'ospitalità e nel servizio, nella sobrietà e nella condivisione con i poveri, proponendo modelli alternativi di economia di giustizia, educando alla compassione, alla mondialità, alla missione, all'impegno in campo sociale ed ecclesiale...

La famiglia, profezia dell'Amore stesso di Dio, sarà allora “ekklesia mikrà”, “piccola Chiesa”, “Chiesa in miniatura” (Giovanni Crisostomo), perché “giuntura” del Corpo Mistico di Cristo (Ef 4,16), luogo vivente della presenza di Dio ed esperienza del suo Amore, ambito in cui la fede nasce e si trasmette, celebrazione della gloria divina: la famiglia sarà quindi veramente una “kat'oikon ekklesia”, “Chiesa domestica” (Rm 16,5; cfr. Apostolicam actuositatem, n. 11; Lumen gentium, n. 11). Ma la famiglia diventerà anche “microbasileia” (Giovanni Crisostomo), “piccolo Regno” di Dio già su questa terra: siano davvero le nostre famiglie non solo profezia, ma fin d'ora anticipazione del Regno stesso di Dio, piccoli meravigliosi angoli di Paradiso in cui scorre festosa la tenerezza dell'unico Padre! ■

luogo dove deve realizzarsi il comando di Gesù dell'amore vicendevole (Gv 13,35), ma anche nei suoi rapporti verso

BIBLIOGRAFIA:

- Miglietta C., *L'Evangelo del matrimonio. Le radici bibliche della spiritualità matrimoniale*, Gribaudi, 1994;
- Miglietta C., *La famiglia secondo la Bibbia*, Gribaudi, 2000;
- Miglietta C., *Condividere per amore. La chiamata dei cristiani alla povertà*, Gribaudi, 2003;
- Miglietta C., *L'Eucarestia secondo la Bibbia. Itinerario biblico-spirituale*, Gribaudi, 2004;
- Miglietta C., *Quando amare è difficile. Coppie in crisi, divorziati, omosessuali...: quali cammini alla sequela del Risorto?*, Gribaudi, 2007

Il Verbo si è fatto carne

La parola, strumento affascinante, è spesso utilizzata dall'uomo per creare realtà più o meno fittizie: storie, miti, messaggi manipolatori... I media confezionano contenitori di comunicazione sempre più ammalianti, ma i contenuti sono sempre più poveri. Solo la Parola di Dio fatta carne entra nella storia dell'uomo cambiandola realmente e radicalmente.

Marco Bonatti*

L'Anno della Parola significa ricordare solennemente un fatto unico: che la «Parola» di Dio è divenuta qualcos'altro, e precisamente carne, materia («Verbum caro factum est»). La parola – eterea, impalpabile, convenzionale – diventa il suo contrario, il suo opposto: pesante, muta, univoca.

Il vero «miracolo» dell'Incarnazione è dunque questo: che una sola volta nella storia è il corpo a prendere significato, è dalla materia mortale che si trova senso per la vita.

Per chi di parole vive, un Anno di questo genere è una bella sfida, personale come professionale. Perché non solo sul significato delle parole ma sul loro «fascino» si gioca tutta la possibilità di comunicare un valore. Attraverso la capacità di raccontare passa l'unica chance di attirare l'attenzione, suscitare un «contatto» nuovo con un'altra persona. Una pubblicità poco felice di Telecom qualche anno fa giocava proprio su questa idea: c'erano filmati originali che mostravano Gandhi parlare

in mezzo a grandi masse di folle. Lo slogan era qualcosa del tipo: «Se lui avesse avuto i mezzi di oggi, chissà cosa avrebbe fatto». I mezzi sono quelli di Telecom, naturalmente. Lo spot è poco felice perché porta tutta l'attenzione sul mezzo e non sul messaggio. Se al posto di Gandhi si mette Hitler, per Telecom non cambia niente...

la, sulle esagerazioni visionarie di un viaggiatore. Prima di lui Giulio Cesare inventa l'idea di Europa raccontandola come il diario delle sue guerre; e prima ancora Erodoto; e prima ancora, sprofondato nel mito, Omero trasforma la colonizzazione del Mediterraneo nell'avventura universale dello spirito greco, sopravvissuto ben oltre la po-

tenza di Atene e Sparta. E non è vero che gli scrittori seguono i generali, che le storie vengono dopo le vittorie. Il Dante che scrive la Commedia sta «facendo» la storia così come la capiranno e leggeranno tutte le generazioni future, che sapranno poco o nulla di Cangrande o Bonifacio e ancor meno del mitico Arrigo di Lussemburgo.



Però le forme della storia, le cose che si ricordano, stanno sulla bocca dei grandi affabulatori, dei costruttori di racconti. L'idea dell'Oriente che abbiamo assorbito fin dentro le ossa, lungo secoli, è quella di messer Marco Polo e del suo «Milione», chiamato così proprio perché era basato, secondo i suoi contemporanei, su un eccesso di paro-

la, sulle esagerazioni visionarie di un viaggiatore. Prima di lui Giulio Cesare inventa l'idea di Europa raccontandola come il diario delle sue guerre; e prima ancora Erodoto; e prima ancora, sprofondato nel mito, Omero trasforma la colonizzazione del Mediterraneo nell'avventura universale dello spirito greco, sopravvissuto ben oltre la po-

tenza di Atene e Sparta. E non è vero che gli scrittori seguono i generali, che le storie vengono dopo le vittorie. Il Dante che scrive la Commedia sta «facendo» la storia così come la capiranno e leggeranno tutte le generazioni future, che sapranno poco o nulla di Cangrande o Bonifacio e ancor meno del mitico Arrigo di Lussemburgo.

Perché la parola è quella che si ascolta, e che dà forma («in-forma») alla realtà dentro di noi.

Ma la modernità, in duecento anni, ha bruciato gran parte delle proprie risorse e delle capacità di costruire mito (così come, a quanto pare, l'industrializzazio-

ne sta bruciando le risorse materiali del pianeta). La necessità di comunicare per consumare prodotti (e non racconti) ha cambiato le carte in tavola. Oggi siamo ossessionati dal nuovo, dalla «notizia»: forse anche perché abbiamo scambiato la novità con l'innovazione, e affidato alle scienze e alle tecnologie il compito di raccontare le storie. Peccato che le favole degli scienziati siano racconti per il corpo, e non per lo spirito («Un piccolo borghese – diceva Kierkegaard - è colui che ha un rapporto assoluto con cose relative»).

Le tecnologie rendono il mondo presente nello stesso momento, sul nostro piccolo schermo di casa o d'ufficio: ma quanto aggiunge, in «senso», questo dispiegarsi di informazione che non è più «legato con amore in un volume» (Paradiso XXXIII, 86)? Così le storie che raccontiamo oggi sono perfette nel contenitore ma povere, poverissime nel contenuto. Corriamo a comprare il prodotto che una storia pubblicitaria ci ha fatto desiderare. Ma ormai lo sappiamo tutti: è più facile stupirci con gli effetti

speciali che aggiungere un'oncia di intelligenza dentro un cuore...

E domani, andrà peggio. Perché al rischio di svuotare i contenuti si sta affiancando quell'altro, ancor più grande e intrigante, di fare a meno anche delle persone. Le storie e i linguaggi degli uomini si sono affermati come strumenti diretti alla gente viva, agli uomini e ancor più alle donne. Ieri si comunicavano valori e sentimenti guardandosi in faccia: ma oggi, ahimé, la faccia è uno schermo, le facce stanno racchiuse in un album («Facebook»): e nessuno garantisce che dietro quella fotografia ci sia una persona vera. Anzi, spesso giochiamo a travestirci per inventarci quel che nella vita vera ci manca. E il destino (il caso?) ci fa incontrare le stesse persone dalle quali stiamo cercando di fuggire: ormai non fanno neppure più notizia le mogli e i mariti che, in cerca di avventure, fissano un appuntamento al buio attraverso Internet, per ritrovarsi davanti allo stesso problema che avevano cercato di nascondere chiudendosi alle spalle la porta di casa...

Anche per questo è sempre più forte la «tentazione», diciamo così, di considerare la Parola di Dio, l'unica divenuta carne umana, quella che è riuscita a modificare così profondamente la storia. I miti e i racconti sono sempre quelli, prima e dopo la venuta di Gesù; e anche le guerre, gli sfruttamenti dell'uomo sull'uomo, il potere e il denaro, l'avarizia. Ma l'occasione che viene data per «liberarsi», sollevare, insieme all'anima, anche il corpo, è unica, come unico è Gesù Cristo. La religione che ne deriva – e la Chiesa stessa - conserva le ambiguità di ogni altra, e i peccati e gli errori. Ma la sua scommessa è fondata propriamente sul potere di quella Parola, sulla promessa che il miracolo della «memoria» («fate questo...») non è solo un collaudato sistema di segni, ma può rinnovare davvero il significato della nostra vita. ■

*Direttore «La Voce del Popolo»

Il nostro Tato lettore in TV

Tra 1.250 lettori sfilati in televisione dal 5 all'11 ottobre per la lettura integrale della Bibbia in eurovisione (la maratona più lunga nella storia della televisione: 139 ore di trasmissione senza interruzioni, sei notti e sette giorni) c'era anche il pasticciere Tommaso Taccardi, noto agli amici del Punto Famiglia come «Tato», titolare dei corsi di cucina per le coppie che si preparano al matrimonio.

«Mi sono iscritto – racconta – dopo aver sentito parlare dell'iniziativa a Radio Maria, circa un mese e mezzo prima dell'avvenimento. C'erano ancora molti posti disponibili e quindi mi hanno preso subito, confermandomi via mail l'iscrizione».

Tato è partito per Roma a proprie spese viaggiando col treno di notte insieme alla moglie, Oriana Lazzaro, che ha poi fatto da «testimone» al marito, accompagnandolo da vicino durante la lettura del testo assegnato alla sua voce lunedì 6 ottobre: il capitolo 20 del Libro dei Numeri.

«Ho sentito subito l'iniziativa come mia – ricorda - perché credo sia importante riscoprire la Bibbia come Parola di Dio: un testo antico, antichissimo, eppure così attuale». Impressioni dall'esperienza? «È stato interessante viverla dietro le quinte: la preparazione, la prova di lettura davanti a una maestra di dizione che ci dava consigli sulle pause e gli accenti. Per me che sono abituato a leggere in chiesa la domenica non è stato comunque nulla d'eccezionale».

La lettura integrale della Bibbia, dalla Genesi all'Apocalisse, è andata in onda durante il recente Sinodo dei Vescovi, dedicato appunto al tema della Parola. Il programma, intitolato «La Bibbia giorno e notte», è andato in onda integralmente su Rai Edu 2, mentre Rai 1 ha trasmesso la prima e l'ultima ora: l'apertura di Benedetto XVI e la chiusura del cardinale Tarcisio Bertone.

Fabrizio Assandri

Parole, soltanto parole?

Nella coppia, si dice, è fondamentale il dialogo, che viene in genere identificato con lo scambio di flussi di parole tra i due interlocutori. C'è indubbiamente del vero in questa affermazione. Se imparassimo a usare bene il meraviglioso strumento della parola ci porteremmo certo avanti nella crescita della relazione di coppia. Ma non è tutto qui...

Mariella Piccione

Sul dialogo nella coppia si sprecano fiumi di parole. Parole, appunto.

Non è fuori luogo il termine 'sprecare': quando un concetto è scontato, a ribadirlo si rischia di cadere nel banale. O nell'assurdo: dire a una coppia divisa dal muro del silenzio che bisogna dialogare ha poco senso. Se ne fossero capaci, lo farebbero. La sofferenza causata dal gelo silenzioso è paragonabile a poche altre. Ma forse il nodo è qui: di scontato non c'è quasi nulla, a parte l'affermazione che dialogare, appunto, bisogna.

E allora proviamo a fare qualche riflessione sulle parole nella coppia, attingendo all'esperienza di contatto diretto con le coppie giovani e meno giovani nei gruppi o in consultorio.

Una coppia del giorno d'oggi, si diceva (un tempo non era così), è difficile che ignori l'importanza del dialogo. Di solito, però, chi lo coltiva e ne avverte la mancanza è lei. Lui, solo quando la situazione precipita e la paura di perdere lei, e con lei una valanga di cose preziose, lo assale. Dicono che il cervello femminile abbia i centri della parola più sviluppati, che le bambine imparino a parlare prima dei maschietti. Ma c'è un'altra diversità di genere

che attiene più alla qualità del dialogo che alla quantità di parole: lei parla per entrare in relazione, lui per comunicare fatti. Lei cerca di farlo entrare nel proprio mondo, gli racconta minuti particolari della giornata, della collega, della



mamma... Lui trova che lei parli troppo e di cose futili e perciò tende a non ascoltare (ma quando il collega gli parla della partita, il livello di attenzione si alza di botto!).

Per lei una chiacchierata fitta fitta può essere un preliminare molto coinvolgente rispetto all'intimità sessuale, e anche nel 'dopo' per lei è bello parlare. Lui, si sa, preferisce passare ai fatti; quanto al 'dopo', che c'è da dire? In consultorio confluiscie un campionario sconcertante di malintesi. 'Sei stata brava' nelle intenzioni di lui è un complimento ma sa tanto di riscontro della prestazione:

e lei si offende. 'Ti è piaciuto?' pare una delicata attenzione ma, caspita, hai bisogno di chiedermelo? Dov'eri? Il silenzio che presto scivola nel respiro calmo e profondo del sonno è la reazione più consueta di lui (e lei, tanto per cambiare, si risente). Per non parlare di quel marito che in un soprassalto di gratitudine ha offerto alla moglie un bel biglietto: lui aveva buonissime intenzioni, ma vogliamo darle torto se lei se n'è avuta a male?

Da queste pennellate pare uscire il ritratto di un dialogante bravo (lei) e uno cattivo (lui). Ma non è così. "Parole, soltanto parole, parole tra noi", cantava Mina. Non è vero che la quantità delle parole, in cui noi donne siamo avvantaggiate (ma

nella canzone il parolaiò inconcludente era lui), faccia la bontà del dialogo. Lo si vede anche quando una coppia in conflitto arriva in consultorio: spesso tocca ascoltare racconti pieni di ridondanze da parte di entrambi, che dicono e ridicono le stesse cose, in genere con le stesse parole, allo sfinimento, nell'angosciata consapevolezza di non riuscire a chiarirsi e nell'illusorio reiterato tentativo di far capire all'altro, una buona volta, il proprio punto di vista.

Per non parlare delle belle parole, sia maschili che femminili, che nascondono il vuoto o la falsità dei sentimenti, che



cercano di coprire l'incapacità di prendere decisioni ineludibili. Nel laboratorio per separati è capitato più di una volta di accogliere lo smarrimento e lo sconcerto di chi è stato abbandonato dal coniuge dopo averne ricevuto una serie di dichiarazioni d'amore assolutamente confortanti. Le 'parole', appunto, della Mina di cui sopra.

Le coppie che vogliono separarsi – o, almeno, quello dei due che prende la decisione di lasciare – spesso vivono con sollievo la prospettiva di recidere alla base le occasioni di conflitto troncando ogni comunicazione, che viene gelidamente affidata ad un legale. Questa scelta produce quasi sempre un ulteriore danno alla relazione gravemente compromessa. Si dirà: peggio di così! Tanto ormai si lasciano! È un errore: per lasciarsi bisogna – paradossalmente – darsi tante spiegazioni, accordarsi su tante cose... Non farlo acuisce la sofferenza, sia dei due che dei figli, approfondisce le ferite, scava fossati di rancore che mettono in circolazione sia nei diretti protagonisti che nella famiglia allargata nuclei di malessere che durano a lungo nel tempo e non raramente da psicologici diventano fisici. Certo che se le parole vengono scagliate con violenza per far del male (e le paro-

le, si sa, sono pietre), per rinfacciare, per colpevolizzare non c'è da stupirsi che si cerchi di evitarle...

Ma allora, come fare per dialogare tra noi due, visto che siamo così diversi, io donna tu uomo, io da Venere tu da Marte, io loquace tu essenziale e lapidario?

Qui si potrebbe dare la stura ad una serie di consigli. Tanto più sprecati, come si diceva in apertura, in quanto non richiesti. Tanto più banali in quanto scontati.

Meglio tralasciare. Ognuno attinga al suo personale scrigno di competenze comunicative (utilissimo confrontarsi con altre coppie: si può scoprire che alcuni difetti del nostro partner non sono atroci mostruosità, bensì caratteristiche comuni ai maschietti piuttosto che alle femminucce).

Meglio imparare a porsi buone domande. Le domande sono 'buone' quando la risposta non è scontata, quando non esce in automatico da un ripostiglio della memoria, personale o collettiva. Sono 'buone' quando le pongo a me stesso. Fare il terzo grado all'altro (A cosa pensi? Perché non parli? Non hai niente da dirmi?) non serve, anzi ottiene l'effetto opposto. Chi si sente inquisito si mette sulla difensiva e indossa la

corazza.

Esempi di domande buone da porre a se stessi: Perché lui non parla? Si sente ascoltato da me? Si sente accolto o giudicato e accusato? Perché lei parla tanto? Cosa cerca, dietro alle molte parole? Cosa mi sta chiedendo? Cosa posso fare io (io, non l'altro) per venirci incontro?

Le parole sono spesso scivolose: crediamo che abbiano un significato universale, che ci sia un'unica possibilità di interpretazione, e invece si sdruciola con estrema facilità nella commedia degli equivoci, e poi magari nel dramma o addirittura nella tragedia. Ci sono frasi infelici, dette magari in un momento di rabbia o di esasperazione, che restano conficcate nella storia di coppia senza mai smettere di produrre dolore, a distanza di decenni. Basterebbe porsi qualche buona domanda: La sua battuta mi ha offeso, ma lui/lei cosa provava? Cosa voleva dire veramente? Qual è il suo punto di vista? L'ho ferito anch'io? Perché non importa tanto né quali né quante parole ci diciamo. Importa saperci ascoltare in profondità oltre le parole dolci o amare, dette o taciute, dentro i silenzi e nei gesti scambiati o negati. Solo se riusciremo a creare questa sintonia le parole fluiranno facili e costruiranno ponti d'oro tra noi due. ■

Laboratorio di genitorialità

Un incontro al mese per genitori con figli tra gli 11 e i 17 anni

Giuliana Bitelli

La grande sala luminosa al secondo piano del Punto Familia ha accolto sabato 4 ottobre un gruppo di genitori di ragazzi adolescenti e la conduttrice, Giuliana Bitelli, per il primo incontro di una serie che si snoderà da ottobre 2008 a maggio a cadenza mensile.

Si tratta di un percorso ideato per quei genitori che vogliono mettersi in gioco, che hanno tante cose da chiedersi e da capire riguardo ai loro figli adolescenti e riguardo alla propria funzione genitoriale. È uno spazio fisico e di tempo dove vogliamo costruire insieme risposte, coscienza di certe dinamiche, confronto con altri genitori.

I temi proposti sono le tappe di un processo di crescita e di scoperta, e riguardano le difficoltà dei figli in crescita e dei genitori in trasformazione. Il tempo fra un incontro e l'altro serve per dare tempo ai partecipanti di "digerire" i contenuti emersi e le emozioni vissute.

Il gruppo dei genitori si riunisce in un laboratorio di creatività che stimola la partecipazione attiva dei presenti e aiuta parallelamente l'emergere di temi particolarmente interessanti.

I genitori iscritti alla prima giornata si sono cimentati con l'argomento "Non lo riconosco più": non è stata una conferenza, ma un laboratorio di 4 ore di creazioni artistiche e confronto di esperienze educative. Appena arrivati i genitori hanno subito precisato che non avevano mai fatto nulla di creativo, che non erano capaci di fare nulla con le mani, ed erano ben decisi a non fare nulla che fosse simile alla pittura. Alla fine del laboratorio erano distesi sul pavimento molti lavori creati dai partecipanti che poco prima credevano di non saper fare nulla di creativo. Avevano cioè scoperto che potevano creare qualcosa

con le mani, e che attraverso i loro lavori si erano toccate difficoltà rimosse e mai comprese, e che ora potevano essere viste, affrontate, confrontate con gli altri. Si sono allora tutti ricreduti su ciò che avevano prima dichiarato ("non avrete mai opere pittoriche da me!!!"), e hanno potuto constatare che quando si crea e si scopre di essere artisti, quando si realizza qualcosa che ci rappresenta e che porta qualcosa di noi, le emozioni e i contenuti importanti fluiscono anche senza parole: le immagini create portano alla luce ciò che le parole non arrivano a dire.

Il difficile mestiere di fare i genitori è emerso dai colori in bianco e nero della mamma di Alessia, dalle nuvole gialle del papà di Ginevra, e la paura di lasciare crescere il figlio 15enne è apparsa timidamente dai colori tenui di Francesca; ma sono comparse anche le risorse del ragazzo 16enne di Amalia e le potenzialità nascoste che fanno dei nostri ragazzi le speranze del futuro.

La grande scoperta della giornata è stata quella di poter conservare il rapporto con i propri figli, trasformandolo man mano che genitori e figli si confrontano. Il gruppo ha sentito necessario potersi separare - ma senza perderlo - da quel bambino piccolo che come genitori hanno tanto amato.

I partecipanti al gruppo hanno poi segnalato che durante il mese sono stati accompagnati da emozioni forti vissute in gruppo. La rievocazione della nascita del figlio ha scaldato quei momenti dell'oggi in cui il figlio si sta autonomizzando e in cui prevale la paura della perdita (del figlio e del proprio ruolo genitoriale). La costruzione artistica di un luogo che accoglierà le opere realizzate in gruppo (cartellina, busta...) ha stimolato la non

scontata capacità genitoriale di accogliere un figlio che trasgredisce, che si stacca e che scalpita per sperimentare l'autonomia adulta.

Il secondo sabato, quello di novembre, ha visto come protagoniste le varie funzioni genitoriali, ossia ciò che ogni genitore sente di poter fare per e con i propri figli. Dopo essersi concentrati il sabato precedente sul figlio che cambia e che lascia a volte sgomenti, il gruppo si è occupato delle fatiche del genitore e delle molte imprese che egli compie per adempiere al meglio all'educazione del figlio.

Titolo dell'incontro: "Genitori in trasformazione".

Sono emerse, a livello verbale, tante e ricche funzioni: il sostegno del figlio triste e scoraggiato, la comprensione del suo dolore, un accudimento ancora molto materno per i momenti di sconforto, la presa di distanza per non confondersi con lui e poterlo guidare, il tenere un collegamento tra lui e alcuni valori e principi superiori orientanti il genitore stesso, il fornire al figlio il "terzo occhio" che dà una prospettiva diversa, la capacità di valutare insieme cosa fare in circostanze precise, la spinta all'esterno perché conosca il mondo, il poterlo dispensare da fatiche e dolori.

Ma nel corso dell'incontro, attraverso i lavori artistici sono inaspettatamente emerse altre importanti funzioni necessarie che i partecipanti al gruppo non sapevano di praticare nella realtà dei rapporti con i propri figli: saper mettere dei paletti che non ostacolano la crescita e la voglia di scoperta dei ragazzi ma che ne limitino l'onnipotenza e ne orientino la direzione; sapersi prendere spazi (personali o di coppia) di ricarica e nutrimento capaci di alimentare la genitorialità

altrimenti messa a dura prova e trovare un equilibrio tra disponibilità al figlio e auto-rigenerazione; ascoltare i figli e comprendere le loro spinte vitali; cercare con loro di costruire azioni e pensieri che uniscano genitori e figli e facciano maturare sia gli uni che gli altri; poter lasciare andare i figli in crescita e permettere loro di volare e scoprire lo spazio che dovranno calcare come cittadini del mondo.

I lavori sono magnifici e inaspettati, fioriscono spontaneamente e offrono immagini molto stimolanti.

Francesca ad esempio crea un albero con radici profonde, ed emerge per tutto il gruppo, grazie al suo lavoro, che è importante per una famiglia offrire al nuovo rampollo il senso di appartenenza e di radicamento, scoprendo insieme quali siano le risorse della famiglia allargata.

Un aliante che occhieggia tra le nuvole

offre a tutti la sensazione di libertà e suggerisce al genitore il piacere di lasciar volare il figlio con le sue ali e il suo timone. Delle lenticchie sistemate nella propria opera come semini giallo-sole permettono a Duilio di poter dire che desidera dare ai propri figli i suoi frutti migliori e che per far questo è necessario l'ascolto e il contatto con loro per comprendere sempre i loro veri bisogni.

Un cuore al centro dell'opera di Sonia è uno stimolo ad usare l'affetto e la complicità anziché la rabbia oppositiva che distrugge la reciproca comprensione.

La conduttrice osserva un processo importante: il gruppo scopre che la trasformazione richiesta al genitore dalla trasformazione del figlio è una trasformazione di funzioni, di modi di stare con lui, di cose nuove da accettare e comprendere. Se prima si aveva una identità

di genitore legato alla dipendenza del figlio, ora si dovranno fare nuovi investimenti emotivi e godere delle conquiste e dell'autonomia dei propri ragazzi, tollerare la perdita del controllo, trasformare il legame fisico dell'età infantile in un legame fatto di pensiero e di condivisione tipico dell'età adulta.

Il laboratorio si distingue dalle conferenze che affrontano "temi", perché i contenuti emersi in gruppo sono "vissuti" dai partecipanti, scaturiscono direttamente dall'emotività del momento e sono rielaborati in gruppo nella condivisione con gli altri.

Segnaliamo che il gruppo ha ancora spazio per accogliere genitori coraggiosi che credano di non sapere disegnare o dipingere ma che siano interessati a riflettere sulla propria genitorialità in crisi. ■

Incontri 2009

10 gennaio Mio figlio è innamorato

Quando un figlio si lega affettivamente ad un compagno-compagna è il vero momento della separazione emotiva dal genitore. Ma i genitori sono pronti per questa prova? Possono sopportare lo sdegnoso sottrarsi degli adolescenti ad uno spazio fisico e mentale-emotivo prima condiviso? Inoltre ci sono i problemi legati alla scoperta della sessualità e alla protezione di effetti indesiderati, ci sono le paure e le irresponsabilità degli adolescenti innamorati.. Come rispettare e accettare la nascita di uno spazio segreto, reale e simbolico, che si frappona tra Sé e l'Altro?

7 febbraio La fatica del genitore separato e la fatica del figlio di genitori separati

I sentimenti e le dinamiche tra genitori separati e ricomposti o soli sono forti, coinvolgenti, richiedono molte energie, sia per il figlio sia per il genitore, e sono dinamiche ancora poco studiate dagli esperti della famiglia. Lo spazio del gruppo permette di far emergere sentimenti e disagi per conoscerli e trovare soluzioni; serve anche a comprendere il fenomeno e ciò che i compagni dei figli, oltre ai propri figli, vivono e provano, e a quali difficoltà sono esposti.

14 marzo Le regole coi figli e altri accidenti

Adolescenza e trasgressione vanno di pari passo: sembra un binomio certo. Come comportarsi con le regole? Quali risposte dei genitori alle trasgressioni? Le punizioni sono utili o dannose? Forse è importante chiedersi che significato e valore ha per l'adolescente la trasgressione della regola, "cosa c'è sotto" e che cosa è necessario ascoltare oltre la propria rabbia per la ribellione del figlio e per la disconferma come trasmettitori di regole sociali e familiari.

4 aprile Mio figlio mi ha deluso: aspettative in frantumi

I genitori hanno spesso dei sogni per i propri figli, delle aspettative circa le loro scelte future. Ma i figli possono ricalcare le orme e i desideri dei padri? Possono assolvere al compito di gratificarne le aspettative? Vedremo che, anzi, la compiacenza verso i genitori a lungo andare può fare di un adolescente un soggetto non sano e trasformarsi in un blocco psicologico e dello sviluppo.

16 maggio I genitori e la scuola dei figli adolescenti

La scuola è il luogo di formazione dei figli adolescenti, è il loro ambito privilegiato per lo sviluppo della vita sociale e dei rapporti coi pari. E il loro banco di prova per l'ingresso nel mondo delle relazioni adulte. E un mondo dove generalmente la famiglia entra poco. Quanto bisogna intervenire e partecipare alle attività dei figli? Quanto è bene lasciare che anche lo studio sia gestito da loro e quanto la scuola può essere considerata un passaggio evolutivo verso la responsabilità delle proprie prestazioni?

I laboratori si svolgono al Punto Familia, nelle date indicate, con orario 9-13.

Per partecipare occorre iscriversi contattando la segreteria (011.4475906 - puntofamilia@libero.it) entro il giovedì precedente l'incontro.

La mente può curare il corpo?

Armando Gabriele

Cosa significa ammalarsi? Per me significa che il proprio equilibrio biologico sta andando in tilt. E quando la malattia è più grave o peggio cronicizza? Che lo squilibrio è diventato una normalità assodata per l'organismo. Anche se è più comodo e semplice credere che quando si ammala il corpo la mente ne stia fuori, questo in realtà non è possibile. Ciò perché il cervello, essendo la parte del corpo che ne regola l'intero funzionamento riceve le informazioni sia dalla realtà esterna attraverso i sensi, sia dalla realtà interna attraverso i parametri fisiologici (temperatura, pressione, ormoni, ecc.), nonché dai pensieri ed emozioni. Su queste basi la mente programma uno schema corporeo capace di affrontare sia la realtà del momento, sia quella che ci si aspetta nel futuro prossimo.

Anche i sentimenti che proviamo comportano dunque un'attivazione fisiologica a livello di sostanze chimiche e di organi, e lo stato (per es. di tensione) dei nostri organi comporterà una modificazione delle sensazioni mentali e vissuti psicologici.

Ogni stato che proviamo viene contemporaneamente trascritto a livello sia mentale che fisico, in una continua traduzione e trasferimento di dati per così dire con linguaggi diversi (emozionale, chimico, elettrico).

Quando l'equilibrio dell'organismo è

perturbato sempre dallo stesso stato negativo che ci produce malessere, tale malessere può essere più o meno avvertito a livello fisico piuttosto che psicologico; tuttavia finché non si provvede a risolvere le cause di una tale sofferenza l'organismo deve adattarsi come può esprimendo le proprie difficoltà attraverso dei disturbi più o meno gravi.

Quando non è sufficiente una cura farmacologica a ridurre o eliminare i sintomi che persistono oppure cambiano distretto corporeo e il quadro clinico si complica, facendo emergere magari una malattia più grave, può essere utile rivedere la condizione di vita della persona per capire se alcune situazioni possono aver scatenato sentimenti di malessere capaci di produrre i sintomi organici.

Un evento vissuto male, sia esso una separazione coniugale, la perdita di un familiare, problemi lavorativi o difficoltà economiche, può scatenare sensi di colpa, frustrazioni, rabbie o delusioni, capaci di produrre uno squilibrio nell'organismo difficile da colmare se non si risolve in modo soddisfacente la causa che lo ha prodotto.

Talvolta potrebbe bastare mutare certi comportamenti (cercare di cambiare lavoro, aprirsi a nuovi rapporti affettivi, cercare conforto in persone vicine) per migliorare la situazione, mentre altre volte occorre invece reagire in modo

emotivamente diverso rispetto ad una situazione che non è modificabile concretamente.

Molte malattie s'instaurano infatti quando viviamo con senso di solitudine e come inaccettabili certe situazioni, sentendo di doverle subire senza possibile via d'uscita e percependole come ingiuste. Finché non si riesce a uscire dal dolore provocato da questi sentimenti (solo in parte coscienti), corpo e mente continueranno ad esprimerli alterando attraverso il cervello i parametri consueti dell'organismo a livello psicologico e fisico. È l'alterazione continuata di tali squilibri fisiologici che crea o mantiene la malattia.

Ma allora i sentimenti possono farci ammalare? E le emozioni?

In realtà le emozioni sono come i mattoni di una casa, servono a costruirne i muri anche portanti, che possiamo invece chiamare sentimenti. Quando un muro traballa lo scossone si sente in tutta la casa, finché non si ricompone la frattura.

Valorizzare le emozioni significa edificare sentimenti più solidi e costruttivi, migliorando il proprio benessere. Sentimenti e salute sono quindi legati alla nostra salute più di quanto non penseremmo, e la salute grazie anche a loro resta lo specchio del nostro benessere e della nostra qualità di vita. ■

MENTE E SALUTE

Il dott. Armando Gabriele tiene periodicamente presso il Punto Familia dei seminari informativi per riflettere sugli equilibri che regolano la salute soprattutto nelle recidive delle malattie croniche.

È inoltre disponibile per consulenze individuali in materia.

Per maggiori informazioni potete consultare il suo sito

www.menteesalute.it

o rivolgervi in Segreteria.

Qualcosa che funziona

Ivano Galaon

Conclusa con successo la seconda edizione del percorso “Qualcosa di coppia”

Si può insegnare l'amore? Sicuramente no. Lo si può però imparare, a fatica, sulla propria pelle, se si è capaci di estrarre un significato dalle esperienze che facciamo. E' un duro lavoro, che affrontiamo spesso in solitudine, oppure facendo una testa così al confidente di turno, andando da un terapeuta, partendo per un viaggio, scrivendo un romanzo e in mille altri modi. Al Punto Familia pensiamo di aver messo a punto qualcosa che funziona e che forse in questo elenco non sfigura: “Qualcosa di Coppia”. A giugno si è conclusa la seconda edizione, con risultati che sono andati al di là delle nostre aspettative.

In effetti fino a qualche giorno prima della partenza non sapevamo se avremmo raccolto un numero adeguato di partecipanti per farlo partire. In occasione del lancio, lo scorso anno, la pubblicità aveva comportato uno sforzo notevole per le finanze dell'Associazione. Quest'anno il direttivo ha deciso di andare al risparmio, utilizzando canali gratuiti come Torino Sette e La Voce del Popolo, oltre che confidare nel passaparola a seguito della positiva esperienza della scorsa edizione. È stata perciò una bella sorpresa trovare undici coppie disposte a dedicare sette serate più una domenica ad un percorso

di riflessione e apprendimento sul proprio essere coppia. “Qualcosa di coppia” è nato per incontrare coppie che si sentano tali, a prescindere dal tipo di scelta (religiosa, civile o informale) che le lega. L'obiettivo è stato raggiunto: mentre lo scorso anno avevamo una netta preponderanza di coppie appartenenti al mondo cattolico, attirare forse dal “marchio” Punto Familia, quest'anno un bel segnale è stato proprio quello di essere riusciti a coinvolgere persone fuori dai circuiti ecclesiali, con il consueto rispetto e apertura che ci caratterizzano.

Il gruppo era composto da coppie coltivate, di cui sette con un'età tra i 30 e i 40 anni, più due coppie “senior”. La differenza di età non è stata un problema e anzi in effetti a fine percorso tutti i partecipanti hanno confermato che questa situazione ha arricchito lo scambio.

La seconda idea forte che caratterizza “Qualcosa di Coppia” è il tipo di metodologia formativa usata. La riflessione teorica sulla formazione degli adulti ha ormai da tempo messo a fuoco come l'esperienza e la storia personale debbano essere sempre presi in considerazione quando si propone un percorso a chi non è più bambino o adolescente, in un logica di “apprendimento dall'esperienza”. In altre parole il modo meno efficace per fare formazione con persone adulte è la lezione. Abbiamo perciò costruito un percorso che ha pre-

visto un'alternanza di momenti “giocati”, scambi tra i partecipanti e spazi di riflessione teorica a cura dei docenti. Una ricetta che è risultata particolarmente gradita, soprattutto da chi ha sempre avuto esperienze di formazione unicamente “scolastica”.

Diverse persone hanno inoltre segnalato il poco tempo dedicato ad alcuni temi e la voglia di un “livello avanzato”, ulteriore segnale che la proposta ha funzionato: è scattata infatti la voglia di approfondire e saperne di più. Il nostro obiettivo non era infatti quello di fornire risposte predefinite, e quindi aumentare o far nascere la voglia di imparare a star meglio insieme è il miglior risultato che potessimo ottenere!

In sintesi “Qualcosa di Coppia”, dopo una prima edizione sperimentale e di messa a punto, si è confermata un'idea valida che arricchisce e integra in maniera innovativa le altre iniziative del Punto Familia, in particolare i gruppi di dinamica di coppia, di cui può essere un efficace preludio. I contenuti, la metodologia, l'immagine sanno parlare alle coppie che vivono nella nostra città, risultando significativi e in grado di rispondere alle loro attese sempre più caleidoscopiche. E, ciliegina sulla torta, anche altre associazioni e operatori si stanno interessando a questo progetto... ■

QUALCOSA DI COPPIA 2009

Il percorso di “Qualcosa di coppia” prevede 7 incontri a cadenza settimanale – il mercoledì sera – più una domenica. Durante gli incontri si affrontano tematiche relative a comunicazione e gestione del conflitto, affettività e sessualità, biografia individuale e di coppia. Le metodologie utilizzate sono coinvolgenti e interattive, per far lavorare la coppia a partire dalle proprie esperienze.

L'inizio degli incontri è fissato per **MERCOLEDÌ 29 APRILE 2009**

GIOVEDÌ 16 APRILE 2009 alle 19.30 ci sarà l'**APERICOPPIA**: un momento in cui presentare l'esperienza a tutte le coppie interessate, prendendo insieme un aperitivo.

I segreti di Tato



Il gergo del pasticciere

Tommaso Taccardi
in arte Tato

In pasticceria, così come in ogni ambiente più o meno chiuso, si è formato un gergo tutto particolare.

Alcuni termini o modi di dire sono a dir poco strani. Ad esempio “fare le canne” non è assolutamente drogarci ma preparare i cannoli avvolgendo la pasta sfoglia attorno appunto alle canne. Quando poi i cannoli sono cotti bisogna “scannarli” che naturalmente non è ucciderli, ma toglierli dalle canne.

“Far fuori” non è un termine da gangster, ma vuol dire fa fuoriuscire la pasta, qualunque essa sia, dalla tasca, posizionandole sulle teglie.

“Bruciare la frolla” non corrisponde a darle fuoco, ma segnala che è ora di smettere di impastare perché è pronta, ed un ulteriore impasto la rovina, appunto “brucian-dola”. Un altro termine strano è la parola “strompare”, che corrisponde a tagliare la pasta lievitata, a mano in piccoli pezzi per fare i panini semidolci (in dialetto piemontese “strumpé” significa “troncare”).

Questo lavoro ormai si fa a macchina, perciò il termine è in disuso.

Altra parola curiosa è “tornire”, che nel nostro gergo equivale ad arrotondare a palla un pezzo di pasta, ad esempio il panettone in modo da farlo lievitare in maniera uniforme.

“Scartare” è un'operazione molto particolare che si fa ai panettoni di tipo Milano pochi minuti dopo averli infornati: si tratta di aprire a mano verso l'esterno le alette che si riformano sulla superficie, dopo il taglio a croce fatto appena prima di infornare.

I panettoni, sempre loro, vanno anche “girati”, cioè appena tolti dal forno vengono infilzati con degli aghi, belli lunghi e robusti, e capovolti, perciò raffreddati a testa in giù.

Esiste poi un termine per definire lo schiacciare il fondo dei vol-au-vent per renderli uniformi ma è un termine un po' sconcio perciò lo tralascio.

Il termine “temperare” non lo facciamo con le matite, ma è l'operazione che si fa al cioccolato dai 50° circa dello scioglimento ai 24°- 26° che corrisponde al punto di solidificazione, per poi rialzarlo ai 30°- 31° ideali per l'uso.

Ciao.



Tato



**ROSANGELA CARÙ - MONICA PINCIROLI - LUISA SANTORO
CON GLI OCCHI DI UN BAMBINO**

Accompagnare i piccoli nel mondo della sessualità

Editrice ELLEDICI 2008 - pagg 118 - € 13,00



Il libro nasce dalla pluriennale esperienza delle autrici (pedagogiste e psicologhe) in materia di educazione sessuale ai bambini. Viene infatti raccontato il percorso che le autrici fanno nelle diverse classi di V elementare che incontrano: si parte dalla riflessione sulle differenze tra maschi e femmine per poi spiegare ai bambini come cambieranno man mano che crescono, che cosa vuol dire diventare adulti e poi genitori;

un capitolo è dedicato alla pedofilia, per spiegare ai bambini come riconoscere i falsi amici e come reagire.

Il testo è scritto in modo semplice e chiaro e propone non solo i contenuti formativi da trasmettere ma anche le domande e le riflessioni dei bambini e le attività di elaborazione svolte a partire dagli stimoli delle autrici.

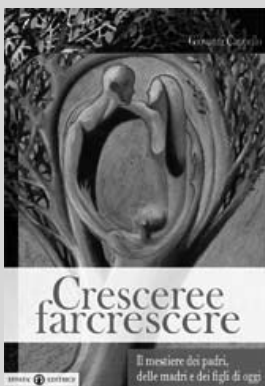
Per gli insegnanti è predisposta una guida specifica per svolgere il percorso descritto in classe.

GIOVANNI CAPPELLO

CRESCERE E FAR CRESCERE

Il mestiere dei padri, delle madri e dei figli di oggi

Effatà Editrice, 2007 - pagg 141 - € 9,50



Sulla base della propria esperienza di psicologo e psicoterapeuta che si occupa di bambini e adolescenti e che quindi è a contatto con genitori e insegnanti stanchi e confusi, l'autore propone alcune riflessioni sulle figure paterna, materna e della coppia genitoriale e sul mondo in cui crescere e far crescere. Il punto di partenza sono i cambiamenti sociali di questi anni che lasciano i genitori di oggi privi di punti di riferimento universalmente condivisi e quindi nella necessità di costruire qualcosa di nuovo che risponda però ai bisogni vecchi e nuovi dei figli.

Particolarmente interessante - forse perché spesso passa sotto silenzio - è la parte dedicata al ruolo fondamentale della coppia coniugale e genitoriale per la crescita di un figlio.

Il libro è scritto con un linguaggio semplice, forse un po' appesantito dalle molte citazioni, e offre numerosi spunti di riflessione e piste di lavoro, senza però fornire ricette preconfezionate.

PAOLO GARIGLIO

TI AMO

La sessualità raccontata agli adolescenti

Effatà Editrice, 2007 - pagg 126 - € 8,00



L'autore, parroco ed esperto educatore, vuole accompagnare i ragazzi alla scoperta del significato della sessualità umana, per convincerli a non sciupare il dono della capacità di amare; tutto questo superando le difficoltà che la mentalità corrente crea, banalizzando e svuotando di significato la relazione tra uomo e donna.

Il primo passo è rendersi conto che per diventare persone dobbiamo essere educati e che anche l'amore deve essere imparato; per questo i primi capitoli sono una riflessione sull'essenza dell'amore, cui fa seguito il racconto di come fin dall'antichità le diverse civiltà e religioni abbiano vissuto e considerato i rapporti tra uomo e donna, per arrivare a chiarire il significato dell'amore coniugale per i cristiani. La seconda parte del libro è dedicata a quello che succede nella vita dei ragazzi man mano che crescono, fisicamente e umanamente, con particolare attenzione agli aspetti che possono creare difficoltà, perché non facili da capire e affrontare. Il percorso è impegnativo, ma la meta vale la fatica necessaria a raggiungerla.

TONINO LASCONI

QUANDO LA FEDE DIVENTA DIFFICILE

Domande e risposte su Dio, Gesù, la Chiesa, la morte, l'aldilà

Editrice Elledici, 2008 - pagg 184 - € 8,50



Una raccolta di domande a tutto campo sulla vita di Fede rivolte da adolescenti a don Tonino Lasconi, un parroco che ama i giovani e che quindi risponde con semplicità, profondità e passione. Il libro può servire agli adolescenti in cerca di risposte e agli educatori chiamati a rispondere a questi difficili interrogativi.

UMBERTO DE VANNA

DIO A UN PASSO DA NOI

Riprendersi la fede

Editrice Elledici, 2008 - pagg 79 - € 6,00



L'autore propone ai giovani un percorso per scoprire o riscoprire la loro Fede e trovare una ragione per credere. Ciascun argomento è introdotto da riflessioni e testimonianze di esperienze vissute. Ogni capitolo si chiude con una traccia per la riflessione personale e di gruppo.

A cura di Anna Maria Foglizzo

*Buon Natale
e felice Anno Nuovo
a tutti!*

