

# Costruire in due

PERIODICO DI CULTURA FAMILIARE

**IN QUESTO NUMERO:**

**Vergogna... Vergogna... Vergogna...**

**Tutto questo in prima serata**

**Questione di etichetta?**

**Cronache di ordinaria maleducazione**

**Tu sei ciò che dici**

**Psicosomatica della famiglia**



## COSTRUIRE IN DUE

Periodico di cultura familiare  
Anno XXXI - numero 1 - 1° semestre  
Gennaio/Aprile 2011

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,  
Giordano Muraro, Mariella Piccione.

**Fotografie:**  
Archivio Atmosfera  
Archivio Punto Famiglia

**Progetto grafico e impaginazione:**  
ATMOSFERA Comunicazione & Immagine  
Torino

**Stampa:**  
A.G.V. - Torino

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

**puntofamiglia**

Via G. Casalis, 72 - 10138 - Torino  
Tel. e fax 011.44.75.906  
e-mail: [puntofamiglia@libero.it](mailto:puntofamiglia@libero.it)  
[www.puntofamiglia.it](http://www.puntofamiglia.it)

Quota annuale 2011 € 15,00  
CCP 37446101

Per consulenze in ambito psicologico,  
legale, etico, ginecologico  
e sessuologico è a vostra disposizione  
il **CONSULTORIO**  
dalle ore 15 alle ore 19  
Per prenotazioni: 011.447.81.25

# Editoriale

*Maleducato.*

*A chi? A me? Badi a come parla!*

*L'appellativo di 'maleducato' è tra i più offensivi, perché evoca oscure (ancorché non intenzionali) squalifiche della nostre radici più profonde e più care: la famiglia, i genitori, appunto gli educatori... C'è stato un tempo in cui i capi d'istituto scolastico diffidavano gli insegnanti dall'usare questo termine nelle note disciplinari agli allievi, segnalando "comportamento, frasi, gesti maleducati", sia perché poteva risultare offensivo per i genitori (e verisimilmente qualcuno di loro se ne era lamentato), sia perché era accusatorio nei confronti della stessa classe insegnante che denunciava così di non aver raggiunto l'obiettivo di bene educare.*

*E invece ammettiamolo: siamo tutti maleducati. Educati male. Almeno nel senso che siamo tutti bersaglio di manipolazione, persuasione, pubblicità sottilmente o smaccatamente volgare.*

*Il gusto, la sensibilità, la comune percezione del pudore e della correttezza dei modi sono vistosamente scaduti. Se qualcuno - speriamo che qualcuno ci sia! - cerca di scostarsi dagli standard viene guardato con sospetto.*

*Formalismo puro? Stiamo qui a fare i paladini del galateo in un mondo che cambia, semplifica, abolisce i fronzoli di cortesia?*

*Certamente non è questo l'obiettivo della riflessione che "Costruire in due" propone in questo numero.*

*Si tratta di un numero quasi monografico. Gli articoli si soffermano sulla buona e sulla cattiva educazione nei diversi ambienti e ambiti (dalle aule parlamentari alle pareti domestiche, dalla strada al luogo di lavoro) per cercare una risposta alla domanda: ma si tratta veramente solo di forma, più o meno garbata, o se andiamo al nocciolo scopriamo che anche la sostanza è bacata? La risposta a voi, affezionati lettori!*

*Buona lettura  
La Redazione*

## ETICA

### 4 VERGOGNA... VERGOGNA... VERGOGNA...

p. Giordano Muraro o.p

È l'urlo che si è levato da molti banchi di Montecitorio dopo una indegna bagarre provocata da un ministro con le sue parole e i suoi gesti. Ma è l'urlo che si è levato anche dalla folla che stazionava davanti al palazzo dove risiedono parlamentari e ministri, cioè le persone che hanno il compito di reggere le sorti della nazione. Cosa vuol dire questo urlo? Cosa significa questa parola?

## FAMIGLIA E SOCIETÀ

### 6 TUTTO QUESTO IN PRIMA SERATA

Alberto Riccadonna

Li chiamano reality, ma sono un coacervo di situazioni artificiose in cui si concentrano volgarità e oscenità. La tv fa scuola e crea il costume: una bella scuola di maleducazione alla portata di tutti.

### 8 QUESTIONE DI ETICHETTA?

Annabella Balbiano

Le buone maniere appartengono alla forma o alla sostanza? Ha ancora senso insegnarle e praticarle in famiglia?

### 10 CRONACHE DI ORDINARIA MALEDUCAZIONE

Elena Clerico

La vita di oggi, gomito a gomito con i nostri simili, spesso è una specie di giungla in cui prevale la legge del più forte. Non sempre è facile sottrarsi a questi meccanismi perversi che avvelenano la nostra quotidianità.

### 12 TU SEI CIÒ CHE DICI

Mariella Piccione

Il linguaggio è uno strumento dinamico, si modifica continuamente e noi ci adattiamo ai neologismi quasi senza accorgercene. Così può accadere che, inavvertitamente, parole un tempo impronunciabili perché ritenute volgari scivolino nella parlata comune. Questo non è senza effetto né su chi le ascolta, né su chi le dice.

### 14 PSICOSOMATICA DELLA FAMIGLIA

Armando Gabriele

### 16 SE UN AMORE MUORE

## CUCINA

### 18 I segreti di Tato - LA FRUTTA SECCA

Tommaso Taccardi

### 19 BIBLIOTECA

# Vergogna... Vergogna... Vergogna...

**È l'urlo che si è levato da molti banchi di Montecitorio dopo una indegna bagarre provocata da un ministro con le sue parole e i suoi gesti. Ma è l'urlo che si è levato anche dalla folla che stazionava davanti al palazzo dove risiedono parlamentari e ministri, cioè le persone che hanno il compito di reggere le sorti della nazione. Cosa vuol dire questo urlo? Cosa significa questa parola?**

**p. Giordano Muraro o.p.**

**V**ergogna: una parola che racchiude un giudizio. Significa: quello che hai detto e fatto sono degni di riprovazione e quindi ti squalificano. Dovresti comportarti in modo consono alla tua dignità di persona razionale e al tuo compito istituzionale, e invece ti sei comportato in modo da disonorare la tua persona e da offendere chi era presente. Per questo la vergogna è una reazione sana che dimostra che esiste ancora la capacità di distinguere tra bene e male, tra comportamento umano e comportamento che offende l'uomo.

## **Amore per il bello e timore dell'azione turpe.**

Ma prima di essere un giudizio gridato dagli "altri" dovrebbe essere un atteggiamento interiore che nasce spontaneamente nella persona che vuole essere e comportarsi in modo corrispondente alla dignità dell'essere razionale. È il timore che nasce di fronte ad un atto turpe, cioè un atto che provoca riprovazione e condanna perché non conforme alla dignità dell'essere umano. Il dizionario Treccani definisce la vergogna in questo modo: "*sentimento più o meno profondo di turbamento e di disagio, suscitato dalla coscienza o dal timore della riprovazione e della condanna (morale o sociale) di altri, per una azione, un comportamento o una situazione che siano o possano esser oggetto di un giudizio sfavorevole, di*

*disprezzo o di discredito*".

Anzitutto osserviamo la differenza che esiste tra la coscienza e il timore. La coscienza suppone la consapevolezza interiore di venir meno alla propria dignità di persona umana. Sono io che mi giudico e ritengo di non compiere certe azioni che mi danno la sensazione di qualcosa che mi offende, perché offusca la mia dignità. Il timore invece è un sentimento meno nobile, in quanto non adottato un certo comportamento solo perché gli altri mi condannerebbero.

## **Capacità di provare vergogna.**

Quali sono queste azioni? Nel caso di cui sopra parlavamo, si trattava di azioni che suppongono l'incapacità della persona di contenere la sua ira e di cadere in eccessi gestuali e verbali che – come tutti gli eccessi – squalificano chi li compie, e offendono chi li riceve o chi vi assiste. Ma la vergogna non riguarda solo gli atti e le parole che nascono dall'ira, ma qualunque parola o azione che possa offendere la dignità della persona, o per eccesso o per difetto. Ogni eccesso trasforma l'azione dell'uomo in caricatura che lo deforma. Lo sdegno e l'indignazione se non sono controllati possono diventare rabbia che altera persino i lineamenti del volto. Come pure la passività e la mancanza di reazione di fronte ad azioni turpi trasformano l'uomo in un essere ignobile. Qualunque intemperanza dovrebbe essere oggetto di vergogna, sia in chi la compie, sia in chi vi assiste.

Vedremo in seguito quali sono queste azioni. Ma per ora interessa ricordare una nuova distinzione, e precisamente la vergogna in chi compie l'azione e in chi invece la riceve o vi assiste.

Si può dare il caso che una persona si vergogni di azioni che non destano invece riprovazione in chi vi assiste. O viceversa, che a vergognarsi siano le persone che assistono e non chi le compie. Così, per esempio, possiamo incontrare uomini che compiono azioni ingiuste, disoneste, crudeli, arroganti, senza mai vergognarsi, ma che invece provocano scandalo e riprovazione in chi subisce queste azioni e in chi vi assiste. Al contrario possiamo trovare persone che si vergognano di azioni che non provocano alcuno stupore nei presenti. "Ti scandalizzi per così poco?", mi diceva una persona che rubava a piene mani nell'amministrazione pubblica senza aver alcuna reazione interiore di vergogna per quello che faceva. Oppure, nel caso opposto: "Ti abituerai anche tu un poco alla volta, vivendo in questo ambiente", diceva una persona che si era ormai abituata a vivere la corruzione del suo ambiente, alla persona che vi entrava con l'animo ancora puro. In poche parole: la vergogna è un sentimento sano perché è la reazione ad azioni turpi o riprovevoli. Questo sentimento può venir meno in chi non considera più turpi o riprovevoli determinate azioni. Ci può essere una specie di immunizzazione alla vergogna, provocata dal dilagare delle

azioni disoneste e intemperanze, che diventano di dominio pubblico, al punto da provocare una specie di passività o di torpore della coscienza.

### **Le azioni turpi che dovrebbero destare vergogna.**

Proviamo ad esaminare alcuni ambiti in cui si può o si dovrebbe provare un senso di vergogna. Possiamo subito ricordare le azioni legate alla corporeità, quali il mangiare, il bere, la vita sessuale. Un saggio proverbio del passato diceva che si mangia e si beve con gusto, e non per il gusto che si prova. Il ghiottone, il crapulone, l'ubriaccone destano un senso di ripugnanza. C'è una giusta misura in queste azioni che è data dalla loro stessa finalità, che consiste nella conservazione e nello sviluppo armonioso della corporeità, ma che si rivelano turpi quando eccedono questa misura. La stessa cosa vale per la sessualità: è per sua natura finalizzata alla espressione dell'amore e al miracolo della vita, e desta un senso di disgusto e di condanna quando viene vissuta come cosificazione o mercificazione della persona.

Ma la vergogna non nasce solo dall'uso

smodato e disumano delle azioni legate alla corporeità. Può nascere anche dal modo di vivere alcuni particolari movimenti interiori. Così una persona può lasciarsi prendere dall'ira e cadere in comportamenti violenti o addirittura crudeli. L'ira acceca, e quando si è ciechi non si è più in grado di dare la giusta misura alle nostre azioni. Si cerca solo di sfogare la propria rabbia, fino all'annientamento dell'avversario. Così pure si può eccedere nel desiderio di eccellere e di imporre la propria persona agli altri non solo per essere ammirati, ma per dominare sugli altri. Il superbo, l'arrogante, il vanaglorioso cadono spesso in atteggiamenti che sono riprovevoli, come sono riprovevoli i comportamenti ingiusti, disonesti di chi dovrebbe tutelare la giustizia e invece approfitta del potere per sottomettere cose e persone ai propri interessi e piaceri. Così pure dovrebbero suscitare un senso di vergogna la mancanza di educazione, la volgarità, la trasandatezza, oppure la ricercatezza e l'ostentazione di quello che si è e di quello che si ha. Ma dovrebbero destare vergogna anche certe credulità che sottomettono la dignità della persona alle cialtronerie

di maghi e stregoni, oppure certi modi di cercare rilassamento e divertimento in orge che offuscano la bellezza e la luminosità dell'essere razionale.

### **Gentilezza e onestà.**

Una delle poesie che si studiavano negli anni del liceo era un sonetto del "dolce stil nuovo" che tratteggiava con delicatezza la figura della donna amata. Tutti ne ricordano i primi versi: "Tanto gentile e tanto onesta pare la donna mia quand'ella altrui saluta". Gentilezza e onestà, due qualità che nascono in modo naturale dalla dignità dell'essere razionale, ma che vengono avvelenate e spente dalla rozzezza della persona che non ha più il senso della bellezza e della luminosità della propria umanità. Il termine "onestà" è la traduzione letterale della parola latina "honestas", ma oggi non ha più il significato inteso del termine latino e dell'uso che aveva ancora nella cultura medievale. L'honestas è lo splendore che emana una persona equilibrata, armoniosa nel suo dire, nel suo agire, nel suo atteggiarsi. È semplicità, mansuetudine, delicatezza, purezza d'animo, attenzione premurosa e forte verso tutti... è

*Continua a pag. 9*



# Tutto questo in prima serata

**Li chiamano reality, ma sono un coacervo di situazioni artificiali in cui si concentrano volgarità e oscenità. La tv fa scuola e crea il costume: una bella scuola di maleducazione alla portata di tutti.**

Alberto Riccadonna

**N**asce prima il pubblico o la pubblicità? Prima le mode o gli spettacoli di moda?

La volgarizzazione degli stili di vita - in modo particolare nella sfera affettiva, nella vita familiare - ha trovato negli spettacoli televisivi degli ultimi trent'anni imponenti stimoli, suggerimenti, sollecitazioni.

Spogliarsi nudi in televisione. Cercare partner occasionali, fornicare davanti alle telecamere. Divorziare, insultare l'amante del marito, incontrare nuovi amori sotto lo sguardo di milioni di spettatori... Sono l'incredibile contenuto di tante celebri trasmissioni che milioni di famiglie sorbiscono, abituandosi un po' per volta a tutto. Parliamo, in modo preponderante, delle televisioni commerciali. In trent'anni di trasmissioni i canali Mediaset hanno metodicamente corroso l'immagine e il pudore della famiglia «tradizionale».

«Il gioco delle coppie» (1985, Italia 1). Fu l'antesignano degli spettacoli - diciamo così - di costume. Uomini e donne si incontravano nello studio televisivo senza conoscersi. Venivano abbinati tramite un meccanismo di domande e risposte. Ottenevano vacanze premio da godere in coppia con l'improvvisato partner.

«C'eravamo tanto amati» (Retequattro, 1989). Ogni settimana due ex coniugi si insultavano davanti alle telecamere rinfacciandosi colpe e responsabilità per

il fallimento del loro matrimonio. Amici e parenti intervenivano per rincarare la dose.

«Distraction» (2006, Italia 1). Le concorrenti ballavano su un pavimento di vetro trasparente con i concorrenti maschi che osservavano le mutande dai sotterranei. Altri concorrenti si spogliavano completamente, per ammassarsi in una cabina dalle pareti trasparenti. Altri



facevano pipì davanti al pubblico, protetti da un paravento, con un microfono che amplificava i rumori provenienti dal water.

Programmi «trasgressivi», l'elenco è

lunghissimo, il messaggio martellante. Dagli anni Ottanta gli sponsor pubblicitari hanno fatto a gara per finanziare trasmissioni che, inducendo meccanismi di generalizzazione, creavano le mode, diffondevano modelli di comportamento, orientavano i consumi.

«Lui, lei, l'altro» (1992, Italia 1). Talk show sulle seconde nozze. Coppie divorziate si confrontano con il nuovo partner di uno dei due ex coniugi, rinfacciandosi debiti, torti, conti in sospeso.

«Gelosia» (1992, Canale 5). Talk show sull'infedeltà matrimoniale. I traditori riferiscono le proprie avventure extraconiugali, i traditi spiegano come l'hanno presa.

«Beato fra le donne» (1996, Canale 5). Concorrenti uomini gareggiano davanti a una giuria di sole donne per conquistare il titolo di maschio più seducente.

«Il brutto anatroccolo» (1998, Canale 5). Ragazze normali, dall'aspetto ordinario, sono trasformate in donne attraenti, desiderabili, con l'aiuto di parrucchieri e stilisti.

«Stranamore» (1994, Canale 5). Coppie in crisi si confessano in televisione per riconciliarsi con il partner.

In trent'anni di avventura commerciale il martellamento non ha trovato paragoni in altre emittenti italiane. La programmazione Rai, stimolata dalla «concorrenza», si è involgarita, molto impoverita, ma è rimasta lontanissima, assolutamente imparagonabile.

le. Senza confronto furono nel 1988 gli affondi provocatori di una trasmissione Mediaset che non andò poi in onda («Matrioska»), ma che venne pubblicizzata per settimane da Italia 1 prima di rinunciare a trasmettere: era stato annunciato, con varie anticipazioni fotografiche, il debutto televisivo della pornostar Moana Pozzi in nudo integrale, abbinata alle performances sessuali di un attore nano.

Indugiando sui comportamenti estremi si ottiene l'assoluzione delle piccole devianze. Amplificando le scelte anti-convenzionali le si rende normali, domestiche, non più scandalose. Frugando nella vita privata si cancellano i filtri del pudore.

«Ciao Darwin» (1998, Canale 5) è un gioco a quiz che mette a confronto concorrenti eterosessuali e omosessuali, grassi e magri, alti e bassi... «Verissimo» (1996, Canale 5) è il rotocalco televisivo dei pettegolezzi sulla vita privata dei vip, gli amori e via elencando. «Grande Fratello» (2000, Canale 5) è il celebre reality show su un gruppo di ragazze e ragazzi chiusi a vivere nella stessa casa

in diretta televisiva: parlano, litigano, dormono, fanno la doccia davanti alle telecamere, intrecciano storie d'amore, si incrociano sotto le lenzuola.

La banalizzazione delle relazioni affettive, lo smantellamento sistematico di tutti i modelli tradizionali è stato sempre abbinato su Mediaset al culto del denaro e del guadagno facile («Chi vuol essere miliardario?», «La ruota della fortuna», «I sogni nel cassetto»...). È un tasto sul quale battono ormai tutte le emittenti nazionali (il celebre gioco «delle scatole» spopola su Rai 1), ma anche le origini dell'edonismo televisivo sono da rintracciare in casa Mediaset dove gli anni Ottanta e Novanta servirono a lanciare la moda dei grandi sceneggiati a base di sesso e denaro: «Dallas» e «Dynasty», «Flamingo Road», «Falcon Crest», «Uccelli di rovo»... Poi vennero gli sceneggiati Rai. Poi vennero le imitazioni del Grande Fratello anche sulla televisione di Stato. Gli eroi lanciati di Dallas e dintorni erano sempre uomini d'affari, petrolieri, finanziari dilaniati dalla complicata gestione di mogli, amanti, scappatelle occasionali.

Un certo ammiccamento sessuale è diventato patrimonio dell'intero sistema mediatico, ma solo sui canali Mediaset – la casa madre delle veline – ha conosciuto tanta sistematica propaganda. Solo su Italia 1 questo genere di ammiccamento è sconfinato per anni in buona parte del telegiornale «Studio Aperto»: stuoli di donne svestite, calendari hot e quant'altro fra le notizie di cronaca, politica e sport in prima serata.

Oggi l'operazione prosegue su internet. Il sito dei telegiornali Mediaset (www.tgcom.it, un milione e mezzo di lettori) risulta – fra i siti delle grandi testate nazionali – l'unico a sfondo marcatamente erotico. L'abbiamo consultato a titolo di esempio giovedì 20 gennaio. Al centro dello schermo, sotto le principali notizie di cronaca, compariva un sedere femminile con il titolo «Il lato B più bello del mondo è di Victoria» e un invito ai lettori: «guardate le altre immagini». Seconda notizia di costume: «Raoul il macellaio è in realtà un porno attore – Inviare i vostri commenti». Terza notizia: «Taylor posa nuda su Play boy». Quarta: «Il nude look di Lady Gaga». ■



# Questione di etichetta?

**Le buone maniere appartengono alla forma o alla sostanza?  
Ha ancora senso insegnarle e praticarle in famiglia?**

Annabella Balbiano

**L**entamente don Calogero capiva che un pasto in comune non deve di necessità essere uragano di rumori masticatori e di macchie d'unto; che una conversazione può benissimo non rassomigliare a una lite fra cani; [...] che da un interlocutore si può ottenere di più se gli si dice "non mi sono spiegato bene" anziché "non hai capito un corno"...

Così, ne "Il Gattopardo" sono descritti, dopo il fidanzamento fra Angelica e Tancredi (non hanno frequentato il Punto Famiglia e il loro non è stato un matrimonio ben riuscito), i rapporti fra il padre di lei, il ricco, rozzo, ignorante don Calogero e il raffinato, coltissimo, affascinante don Fabrizio, Principe di Salina. "Buona parte di questo fascino scaturiva dalle buone maniere" comprende ben presto don Calogero che,

fatto inedito per lui, sta scoprendo la buona educazione.

Ho sovente pensato che, a fianco delle virtù teologali e cardinali, bisogna considerare quattro virtù "elementari" (qualche autore, che sono sempre io, le chiama "fondamentali"): il buon gusto, il buon cuore, il buon senso e la buona educazione.

Che cosa possa essere questa "buona educazione" è intuitivo, ma non facile a precisarsi.

Una mamma che, portata a tavola una pietanza gustosa, chieda umilmente a un figliolo di non leccare il piatto (è gustoso, l'abbiamo detto) come fa il cane con la ciotola, o gli suggerisca di non andare a trovare la nonna con la barba lunga, la maglietta stinta e i jeans sfilacciati, si sentirà probabilmente rispondere: "Uuuuh, come sei formalista!".

È vero, lo stato dei pantaloni e il comportamento a tavola sono effettivamente questione di forma, ma la forma è l'involucro della sostanza e molto sovente è tutt'uno con il suo contenuto.

Il contenuto non è l'orlo dei jeans, ma il rispetto degli altri e di se stessi, per una convivenza serena e gradevole dove ognuno sboccia dando il meglio di sé.

Educare i figli – lo sappiamo bene – vuol dire aiutarli, con amore e nell'amore, a crescere armoniosamente, sviluppando al meglio le loro potenzialità. L'azione educativa è globale; non per niente, quando vogliamo precisare, parliamo di educazione religiosa, sessuale, alla mondialità (lasciamo da parte l'educazione dentale), ecc. Eppure, quando diciamo "buona educazione", è chiaro a tutti che stiamo parlando di buone maniere.



Perché, evidentemente, le buone maniere sono il rivestimento di tutti i buoni comportamenti, in tutti i campi.

Esistono norme di etichetta (la parola stessa le qualifica come qualcosa che si appiccica sui comportamenti, ma ne sta al di fuori) e di galateo: sono una specie di linguaggio convenzionale per le diverse occasioni della vita sociale, non sono da disprezzare, ma non costituiscono la “buona educazione”.

Ci sono purtroppo famiglie benestanti, anzi ricche, che per colpa di questa ricchezza (guai a voi, ricchi!) vivono tra liti e rancori: genitori contro figli, figli contro genitori, fratelli contro fratelli. Poi, nelle occasioni ufficiali, eccoli tutti attorno a una splendida tavolata con ricami, porcellane di Sèvres e quant’altro; di sicuro sanno maneggiare le posate, non fanno versacci, si dicono cose atroci con linguaggio raffinato e senza alzare al voce. Di sicuro non hanno frequentato il Punto Familia.

Non ho descritto “i ricchi”, ma “alcuni” ricchi che si sono rovinati la vita.

E non sono proprio beneducati.

La buona educazione non è un insieme di comportamenti, ma un modo di essere della persona, garbata e gentile.

La buona educazione non dipende dal ceto sociale, non si “impara”, ma si “assorbe” in famiglia. Se il papà dice “grazie” alla mamma che gli porge il caffè, se la mamma dice “grazie” al papà che ha fatto la spesa, il bimbo presto dirà “acce”. I bimbi assumono le buone abitudini. E solo in un secondo tempo ne interiorizzano il significato. Così il bambino dice “grazie”, poi matura il senso della gratitudine, quindi capisce che la vita è uno scambio di amore e contribuisce anche lui a edificare la famiglia e la società.

Con quel primo “acce” ha fatto il suo ingresso nel mondo dei valori della buona educazione.

Non spalancare le fauci masticanti, non bere con il fragore di una idrovora, non stravaccarsi sul divano con i piedi (puzzolenti) in faccia ai genitori... Sono tutti

segnati di rispetto, per gli altri e per se stessi. Come è segno di rispetto, per gli altri e per se stessi, un certo pudore, del corpo e del linguaggio. Viene il momento, è l’adolescenza, in cui i figli “hanno bisogno di ribellarsi”: siamo tutto sommato fortunati se si limitano a rifiutare le buone creanze. Cerchiamo di non fare tragedie, di essere un po’ elastici. Con le parolacce ad esempio.

Più che dire “in questa casa non si dicono parolacce, fuori casa ognuno si regoli come crede”, io penso sia meglio dialogare e accordarsi sulla “modica quantità di parolacce consentita”, in casa e fuori. Se i figli si comportano bene in casa, pensando che fuori finalmente si respira, allora la buona educazione diventa un comportamento e non un modo di essere.

Comunque l’adolescenza passa e l’educazione vissuta in famiglia torna a galla. Ricordiamoci però che solo un ambiente fondato sull’amore e sul rispetto reciproco ha il diritto e la possibilità di educare. ■

.....  
*Continua da pag. 5 - "Vergogna... Vergogna... Vergogna..."*

l’alone di luce e di bellezza che una persona diffonde intorno a sé quando vive in modo conforme alla sua dignità umana: manifesta la bellezza dell’umanità e crea intorno a sé umanità. Walter Farrell così la descrive: “Vicino ad essa si respira qualcosa dell’ordine di Dio, come il soffio di una brezza refrigerante in un giorno d’estate, anticipo di bellezze che ci attendono; ricordo di bellezze imprudentemente perdute, bellezze che tutti possono conquistare e riconquistare”. San Tommaso la pone all’inizio dell’agire virtuoso, come predisposizione che mette la persona in sintonia con tutto quello che è conforme alla dignità dell’essere umano. Ma è un atteggiamento interiore che ritroviamo anche nella cultura greca, sia in Aristotele che in Platone. Platone nel dialogo a Protagora ricorda il mito che racconta come Zeus per proteggere l’uomo dalla sua distruzione personale e sociale avesse dotato tutti gli uomini di due qualità: l’*aidos*, cioè il senso del pudore e la capacità di pro-

vare vergogna, e la *dike*, cioè il senso della giustizia e la capacità di conformare il proprio agire alle norme sociali. Ma consegnando queste qualità agli uomini, avrebbe anche raccomandato di mettere a morte come “peste per la città” chi fosse assolutamente incapace di provare vergogna e di adeguarsi alle norme sociali.

Un commentatore dei nostri giorni osservava con arguzia che Zeus probabilmente pensava che il malaugurato caso sarebbe stata una eccezione. Ma nel tempo le cose sono cambiate: “Se quel precetto si applicasse oggi, anziché salvare la *polis* rischierebbe di svuotarla”.

#### **Vergogna è morta.**

Sembra che pudore e giustizia siano morte, e siano state sostituite dalla spudoratezza e dall’arroganza della volgarità.

È quello che sostiene Marco Belpoliti nel suo libro “Senza vergogna”, raccontando quello che l’uomo è stato capace di fare in diverse situazioni, dal carcere

iracheno di Abu Ghraib, alla Las Vegas del porno di David Foster Wallace. E presentando il suo libro su *La Stampa*, titolava l’articolo con le parole: “Ci hanno portato via anche la vergogna”, e con la vergogna hanno rubato all’uomo uno degli strumenti più semplici per proteggere la propria umanità e quella degli altri.

Questa carenza di vergogna è talmente diffusa che possiamo ritrovarla in quegli stessi che se ne rammaricano e vorrebbero che ritornasse tra gli uomini. Un caso emblematico è quello che ritroviamo nel romanzo di Nicolò Ammaniti “Che la festa cominci”, dove un personaggio dice al protagonista: “Il tempo delle figure di merda è finito”. Una volta una persona per bene si sarebbe vergognata di pronunciare in pubblico e tanto più di scrivere la parola “merda”. Oggi viene usata per esprimere il proprio rammarico per la scomparsa della vergogna. Non solo dall’Ammaniti, ma anche dal sottoscritto che l’ha riportata. ■

# Cronache di ordinaria maleducazione

**La vita di oggi, gomito a gomito con i nostri simili, spesso è una specie di giungla in cui prevale la legge del più forte. Non sempre è facile sottrarsi a questi meccanismi perversi che avvelenano la nostra quotidianità.**

Elena Clerico

Ogni mattina l'uscita di casa per raggiungere in tempo utile il posto di lavoro impone una tabella di marcia serrata. Il gatto di casa, dopo essersi prodigato nei riti del buongiorno alla famiglia con fusa e feste di ogni genere, allieta l'inizio di giornata cercando in tutti i modi di invitarci a giocare con lui: ci fa trovare i suoi giochi preferiti sul nostro passaggio, improvvisa agguati in ogni angolo di casa ed attira l'attenzione su di sé con corse acrobatiche. Da ultimo, tenta di sbarrarci la strada quando siamo pronti per uscire, mettendosi tra noi e l'uscio di casa con sguardo supplichevole. Ma siamo costretti ad affrettarci e chiudendo la porta pensiamo con rammarico: se potesse parlare, cosa direbbe degli umani? Se uscisse sul pianerottolo e incontrasse un altro gatto, lo salterebbe allegramente con un'alzata di coda e scambierebbe anche due miagolate, mentre spesso noi umani ci affrettiamo per non incappare nei vicini di casa perdendo tempo...

Chi ha figli ha ancora più fretta: incontro genitori nel mio stabile che spingono letteralmente fuori da casa i bambini, spesso addormentati o con il pacchetto della brioche al seguito perché non c'è stato tempo di fare colazione a casa; quegli stessi bambini che verranno "scaricati" dalla macchina sul marciapiede, frettolosamente perché non c'è un posto per fermarsi e i clacson già si scatenano... In un attimo, la nostra vita quotidiana vira in una vera e propria lotta. Concentrati su noi stessi e sulle nostre scadenze, ci trasformiamo in

lottatori per la sopravvivenza, proprio come nella giungla, e la posta non è più bassa dal momento che ci giochiamo l'autostima, l'accettazione sociale ed anche la vita, se ci distraiamo un attimo, ad esempio attraversando senza guardare perché presi dal cellulare o dalle mail "stakanoviste" che già fioccano di prima mattina (o dalla notte prima) sul blackberry.

Siamo in tanti nelle nostre città, costretti a condividere spazi vitali minimi. In Italia, poi, siamo abituati a condividere uno spazio pro capite particolarmente ridotto e non ci facciamo quasi caso: le nostre case sono sempre più piccole, le strade sempre più strette a causa delle auto che invece – come tutte le commodities – sono cresciute in numero e ampiezza, così come ridotti sono gli spazi negli uffici, nei luoghi pubblici e nelle aree ricreative per via dell'afflusso massificato. A fronte di spazi contesi, i tempi si sono dilatati, o ridotti a seconda della prospettiva: le nostre giornate iniziano presto e finiscono sempre più tardi a causa di spostamenti, burocrazia, tecnologia che ti raggiunge ovunque e corollari organizzativi vari. Ci viene richiesto - e spesso ci auto-imponiamo - di essere sempre più attivi: da quando alcuni centri commerciali hanno sdoganato lo shopping serale, anch'io mi sono trovata, dopo una giornata di lavoro, a girare fra gli scaffali (a quell'ora peraltro pieni di disordinate rimanenze) alle dieci di sera; poi ci sono palestre aperte fino alle undici e dopo è ancora possibile svagarsi allo spettacolo di mezzanotte di qualche multisala. In questo modo ci

pare di riuscire a far rientrare molta più "vita" all'interno della giornata, ci sembra di accorciare la distanza tra doveri e svago e ciò può essere rassicurante per chi è figlio di questi modelli economici e di questa parte di mondo. Non siamo tuttavia sempre consapevoli del prezzo che comporta: bisogna mettere in conto un crescente dispendio di energie, non tanto in termini "fisici" o "intellettuali" quanto di stress, derivante dall'incontro-scontro tra le aumentate esigenze di un numero sempre più elevato di persone. Ecco che pur di soddisfare i nostri bisogni (in termini sia di doveri che di piaceri) ed emergere, distinguendoci, siamo disposti a tutto. Ed ecco perché le cosiddette commodities sono sempre di più e sempre più indispensabili.

I nostri "possedimenti" sono le nostre armi. Così, la prima trasformazione avviene quando saliamo in automobile: perdiamo il rispetto per gli altri a cominciare dal "lei" e l'unica regola cui sottostiamo è la legge del più forte, rappresentato ovviamente dal mezzo più grande, più nuovo, più potente, più alla moda. Una mattina di qualche tempo fa assistetti ad una scena che reputai apocalittica: un automobilista tentava a fatica di inserirsi, da una via laterale, nella lunghissima coda di macchine di una strada a lento scorrimento dove anch'io procedevo, allorché l'automobilista davanti a me si frappose con la sua grossa auto per non farlo passare, chiudendogli la strada, facendomi rischiare il tamponamento e, non pago, tirando giù il finestrino per sputare nella macchina del malcapitato! Da quel gior-

no fui tentata di lasciare per sempre l'automobile a favore di altri mezzi, in particolare della bicicletta, con la quale le energie vengono spese attivamente contribuendo così ad un'economia virtuosa contraria allo stress. Chiamandoci fuori dall'assurda competizione automobilistica e privilegiando percorsi che escludano quell'altrettanto assurda competizione per gli spostamenti che è il traffico, balza agli occhi la prepotente abitudine di chi ci intossica per trasportare unicamente se stesso ed il proprio mezzo altamente inquinante, di chi occupa spazio vitale stando per motivi mai fondamentali (la colazione al bar o l'acquisto del *Gratta e vinci* sono dei classici), di chi in generale si comporta come se ci fossero energie, spazi e tempi a propria esclusiva disposizione.

Da pluridecennale conoscitrice di svariati ambienti aziendali, posso affermare che negli uffici la gente va incontro a diverse, interessanti trasformazioni a seconda dei compromessi che accetta. In questi ambienti ci si deve attenere ad un codice di buona e duratura convivenza, quindi i toni sono in genere contenuti, a differenza della strada dove siamo più disinibiti, ma la convivenza forzata crea trasformismi, giochi di potere, leve psicologiche, favoritismi, oltre ai condizionamenti tipici esistenti in ogni

gruppo sociale. Alcuni sfruttano questi meccanismi – di fatto aderendovi – per ottenere favori ed approvazione che in altro modo non riuscirebbero ad ottenere, salvo poi rinnegare le alleanze con molta facilità nel momento in cui non servono più al raggiungimento dei propri scopi. La trasformazione che mi colpisce di più è quella che frequentemente riscontro nelle donne in carriera, perché spesso emulano gli uomini o si celano dietro di essi assumendo gli aspetti peggiori del loro rampantismo. Le donne di cui ho avuto esperienza nei miei percorsi lavorativi sono, o sono state, donne discriminate, in quanto spesso retribuite meno e collocate peggio degli uomini a parità di potenziale, e decisamente scoraggiate dai datori di lavoro a mettere su famiglia: alcune, forse per non voler scendere a compromessi e comunque per un investimento esagerato di bisogni in un unico ambito, difendono con ogni mezzo le posizioni acquisite, a costo di volgarità che sono sotto gli occhi di tutti e che diventano simbolo di coraggio e personalità.

Comunque, in qualunque ambiente, l'unione di tante esigenze può portare a singole "derive": chi sbandiera un ruolo, chi sfoggia i propri benefit a cui talvolta non corrisponde nessun ruolo determinante, chi non ha né ruoli né benefit da

sfoggiare e mette in mostra se stesso o un'immagine di sé.

È classicamente riscontrabile quando ci si reca negli uffici postali per una commissione, o in un ambulatorio per degli esami. Ad esempio, recentemente ho assistito alla scena di un signore che si è presentato per il ritiro di un referto mezz'ora dopo l'orario consentito: alteratosi con lo sportello informazioni per non poter più ottenere un numero per la coda, esordendo con "lei non sa chi sono io" ha sfoggiato prima un paio di titoli professionali propri ed in seguito altri titoli - stavolta offensivi - per lo sportellista.

Invitato a tornare in orario consentito, il signore si è poi infilato di soppiatto in una coda ed è riuscito a farsi servire pur senza numero e ben prima di me, che ero in fremente attesa in una pausa di lavoro.

Allora è vero che la maleducazione e la prepotenza pagano?

Dovremmo tutti cedere, fregandocene del prossimo?

Per fortuna, non tutte le persone sono così, e non tutte le giornate annoverano questo tipo di esperienze - e comunque, difficilmente tutte insieme.

Quand'è così, si arriva a casa la sera particolarmente stanchi e sconfitti, sperando in un domani migliore! ■



# Tu sei ciò che dici

**Il linguaggio è uno strumento dinamico, si modifica continuamente e noi ci adattiamo ai neologismi quasi senza accorgercene. Così può accadere che, inavvertitamente, parole un tempo impronunciabili perché ritenute volgari scivolino nella parlata comune. Questo non è senza effetto né su chi le ascolta, né su chi le dice.**

Mariella Piccione

**Q**uanto valgono le parole? La risposta oscilla tra un minimo molto vicino al nulla ('Ho scritto t'amo sulla sabbia') e un massimo che attinge al divino (il Verbo fatto carne).

In mezzo ci sta un mondo vastissimo e affascinante. Affascinante, sì: perché siamo gli unici animali al mondo dotati di parola, raffinato strumento di comunicazione e quindi di relazione. Senza nulla togliere al non verbale – sguardi, gestualità, mimica consapevole e no – ci sono finezze che posso comunicare solo con la parola.

E se tutti conosciamo il benessere che deriva da una "buona parola" ascoltata in un momento difficile, o quello originato dal risuonare di "belle parole" (qui siamo più diffidenti...), forse siamo diventati un po' ottusi rispetto al benessere prodotto da certo linguaggio aggressivo e volgare in cui siamo costantemente immersi, come in un brodo maleodorante di cui non avvertiamo più il lezzo, per via dell'assuefazione.

## Le parole con troppe zeta

Cominciamo dalle parolacce. A chi oggi ha i capelli bianchi hanno insegnato che, se scappavano, bisognava confessarsi: "Ho detto delle parolacce" (meglio: "due, tre parolacce"; la precisazione del numero sottolineava la gravità della trasgressione).

Oggi molti genitori sono maestri anche in questo. A un insegnante che lo apostrofava: "Cosa direbbero i tuoi genitori se ti sentissero parlare così?", un ragazzino di prima media ha risposto: "Oh,

niente, queste parole le dicono anche loro".

Accade in consulenza che, quando si è creato il giusto clima di fiducia, distinte signore si lascino andare a insospettabili intemperanze verbali (che c'entrino le pari opportunità?).

Per non parlare dell'uso del 'bip' in televisione, quando nel corso di finti reality i protagonisti si abbandonano a finte collere per dare la stura a scariche di aggressività del tutto autentica. Naturalmente la funzione di censura che dovrebbe essere deputata a coprire ottiene invece l'effetto (voluto) di esaltare. Più 'bip' ci sono, più pare che lo spettatore si diverta. Lo sanno bene i comici, compresa una intelligente e simpatica torinese sulla cresta dell'onda, che fanno leva su questo diffuso compiacimento della volgarità (anche senza l'ipocrita 'bip') per suscitare il riso. Senza dubbio, con molto successo.

## Lei non sa chi sono io

Questa proverbiale frase, antica ma mai tramontata, è certo un concentrato di volgarità, nel senso della supponenza, della spocchia. Qui la bassezza del contenuto si abbina alla formalità del 'lei', il pronome di cortesia di deriva spagnolesca che ormai sta cadendo in disuso. Anzi, presso i giovani neanche troppo giovani è caduto del tutto, o almeno è riservato da parte loro alle persone anziane o di un certo riguardo: per esempio, agli insegnanti. Mitigato, in questo caso, dall'informale appellativo 'prof', accettato di buon grado dalla nuova classe insegnante.

Ben diverso era il 'tu' asimmetrico che il padrone dava alla serva, il capo al sottoposto, il medico all'infermiera e persino al paziente, mentre era scontato che costoro rispondessero con il 'lei'. Ancora diverso il confidenziale 'tu' a senso unico della signora bene al suo parrucchiere di fiducia. Tutta roba d'altri tempi.

Oggidi non solo i ragazzini, ma fior di quarantenni entrano nei negozi e sconosciute commesse li apostrofano col 'tu', ricambiate senza batter ciglio. Si tratta indubbiamente di una novità di ispirazione democratica; in questo senso i più anziani faticheranno a farci l'abitudine, ma si potrebbe pensarne bene. Gli anglosassoni, che andando sul pratico hanno da tempo soppresso il pronome di cortesia, ci fanno scuola.

## Un vero casino

Vero è che di molte espressioni un tempo ostracizzate in nome della buona educazione, ma ormai largamente in uso, non ci chiediamo più l'origine: basti pensare al volgare, ma non troppo, "me ne frego", e all'ormai innocente "fare casino" o "essere incasinato". Si può tranquillamente affermare che hanno perso il loro significato trasgressivo e che il loro senso figurato è impallidito fino a scomparire dalla comune percezione.

Sarà questo il destino delle parolacce di oggi? Può darsi, anche in considerazione del fatto che si tratta di un numero in fondo ristretto di vocaboli, usati in senso sia proprio che metaforico. Anzi, è proprio con la metafora che si stra-

ripa nell'inopportuno e nell'eccessivo. Chiamare le cose col proprio nome, invece che con ridicoli eufemismi (come 'estremità' al posto di 'piedi', oppure 'gabinetto', ma senza riferimento al sindaco né al ministro) o con termini scientifici inusuali nel linguaggio familiare, può essere segno di maggiore autenticità e di fuga dall'ipocrisia. Però tutto ha un limite.

### **Pensiero e linguaggio**

Che il linguaggio sia specchio del pensiero sembrerebbe evidente. Due padri della psicologia contemporanea si spingono oltre. Il sovietico Lev Vygotskij, autore di un importante testo che s'intitola appunto "Pensiero e linguaggio" (1934), confermato dal suo più famoso collega (e coetaneo) francese Jean Piaget, afferma che parallelamente avviene anche il processo contrario: che cioè, è il linguaggio a dare forma e sostanza al pensiero. Come il pensiero si materializza nella parola, così la parola si volatilizza nel pensiero. E questo a ben vedere lo confermano tutti i trattamenti di tipo psicologico, siano essi terapie o consulenze, che si basano sostanzialmente sull'uso della parola da parte del cliente per indurre salutarissimi cambiamenti.

C'è da chiedersi da quale tipo di pensieri scaturisca, e quale tipo di pensieri strutturi il vocabolario attualmente in uso da parte dei giovani, ma non solo. Un vocabolario con un numero ristretto di parole, delle quali una su tre è di ambito fisiologico-escretorio e di estrazione pesantemente gergale.

### **Cosa ci sta dietro?**

È una domanda opportuna che solleva tutta una serie di altri interrogativi. Perché il linguaggio volgare è sempre più trendy, per cui ti senti inadeguato se non parli male come tutti (o quasi)? Non è questo un atteggiamento adolescenziale, legato cioè all'età in cui la trasgressione delle regole coincide con l'affermazione di sé? È un modo in fondo quasi inoffensivo di scaricare l'aggressività? Ci sarebbe un valore liberatorio, dunque positivo, in tutto ciò? Senza dubbio l'adolescenza prolungata di oggi e gli scimmiettamenti regressivi

di tanti adulti dilagano in molti ambiti, dall'abbigliamento all'uso del denaro, dall'assunzione (o mancata assunzione) di responsabilità agli stili di vita. Perché meravigliarsi di questi giovanilismi, deteriori come tutti gli 'ismi', penetrati nel linguaggio diffuso?

La trasgressione, poi, è entrata con tutti gli onori nella vita quotidiana, come segno di potere (no limits) e come motivo di benessere personale e collettivo. Niente di nuovo: in questo senso è sempre esistita, sebbene si sia cercato di assoggettarla a qualche regola (la festa, magari del santo patrono; il carnevale...) che la mantenesse sotto il controllo sociale. Il fatto che le parolacce siano ormai sulla bocca di tutti – e la tv fa scuola! – può essere letto come un'autoregolazione sociale inconsapevole volta ad esorcizzare la forza eversiva del turpiloquio: non più sottovoce, di nascosto, ma alla luce del sole. Sotto gli occhi (e le orecchie) di tutti.

### **Quando ce vo' ce vo'**

L'aggressività, che di per sé è una forza positiva dell'uomo se ben orientata, ha conosciuto nel passato (e purtroppo anche nel presente, nel villaggio globale) scarichi ben peggiori: la guerra, la tortura, l'uso delle armi alla portata di tutti. Altro che le parolacce! È vero che anche le parole sono pietre, ma chi non preferirebbe ricevere un bell'in-

sulto grasso e triviale piuttosto che una sassata in fronte?

Infine: chi non ha mai sperimentato il valore liberatorio di una sana imprecazione pronunciata ad alta voce in qualche circostanza particolarmente sgradevole?

### **Il senso della decenza**

Un'ultima domanda: il senso della volgarità e della decenza si modificano nel tempo?

Certo che sì.

La percezione di ciò che è decoroso, dignitoso ed educato cambia attraverso le epoche, e pure in unità di tempo assai più brevi. Questo vale anche per il linguaggio.

Allora non resta che rassegnarsi? O magari omologarsi, perché così fan tutti?

Certo che no.

Più che il filo dei principi e delle regole, difficili da oggettivare in questo campo, dovrebbe guidarci il senso del buono e del bello. Le "buone parole", le "belle parole" di cui si diceva all'inizio. Tanto più dopo aver capito che le parole forgiavano il pensiero.

"Mamma, si può dire culo?" chiede il bambino tornando dall'asilo (il correttore automatico del PC conferma il dubbio infantile con sottolineatura rossa). "Noi diciamo culetto", risponde la mamma. "È più bello".

Ecco, appunto. È più bello. ■



# Psicosomatica della famiglia

Armando Gabriele

**F**ino a qualche anno fa, se mi avessero parlato di malattie del corpo in relazione a vissuti o situazioni di vita mi sarei semplicemente messo a ridere voltando lo sguardo o scrollando le spalle. Mi avessero poi parlato di disturbi fisici riconducibili in qualche modo ai rapporti familiari avrei fatto una faccia ancora più incredula.

Dopo vent'anni di pratica clinica mi trovo invece io stesso a scrivere di come certe tensioni, anche vissute all'interno della famiglia, possano creare stress psicofisici tali da favorire l'insorgenza di diversi disturbi anche fisici, cosiddetti psicosomatici.

Si tratta appunto di disturbi che si situano nel territorio di mezzo tra medicina e psicologia e possono andare ad interessare vari organi o sistemi; per questo ho deciso di destinare più serate monotematiche alla trattazione di una materia ancora poco conosciuta, che fa evolvere la vecchia concezione psicosomatica (per questo mi piace chiamarla Nuova Psicosomatica) riveduta e corretta alla luce delle nuove acquisizioni scientifiche degli studi sul cervello, in particolare di neurobiologia, psicobiologia e neuropsicologia.

Spero che sempre più psicologi abbiano il coraggio di cimentarsi su tali scoperte, ricercando le perturbazioni precedenti all'insorgere dei disturbi, capaci di alterare gli assetti neurovegetativi mandando in tilt le risorse fisiologiche disponibili.

I rapporti interpersonali rappresentano un contesto possibile per le somatizzazioni, potendo queste raggiungere livelli

di complessità, difficoltà o conflittualità tali da far pensare agli individui di non essere in grado di trovare soluzioni o che non esistano vie d'uscita alla sofferenza, che si trasforma così in dolore psicologico, mettendo a rischio pure l'assetto di base delle regolazioni fisiologiche a livello nervoso, ormonale o immunitario.

Laddove però le soluzioni non sembrano più possibili occorre quantomeno 'uscirne' a livello emotivo, al fine di stabilizzare meglio tali assetti e prevenire le recidive.

Spesso davanti alla sofferenza entria-



mo in stato di ansia quando pensiamo di doverci iperattivare rispetto a certe situazioni, facendocene coinvolgere a volte in modo totalizzante; davanti al dolore può invece succedere che ci lasciamo paralizzare dal senso d'impoten-

za, sicché riduciamo i giri della nostra motivazione e il tono dell'umore scende, percependo una sensazione di tipo depressivo. Molte forme di attacchi di panico invece paiono sovente dei rebus in cui bisogna trovare la chiave d'accesso per poterli risolvere.

Nella prima serata di febbraio ho cercato di spiegare come può essere frustrante riuscire a ricomporre un rapporto in crisi o indurre il proprio partner a mettersi nei propri panni sentendo quanto ci fa soffrire o ci angoscia un certo suo atteggiamento. Oppure quanto i nostri comportamenti o richieste non riscuotano a volte interesse o attenzione, perseverando l'altro in atteggiamenti che ci appaiono distruttivi o non modificabili. Chi non riesce a sentire la sofferenza del proprio compagno farà fatica a percepirne anche i momenti di gioia o di positività, appiattendosi così il rapporto in un'inerzia che non aiuta. Ho poi sottolineato la difficoltà a farsi ascoltare da figli che appaiono distanti, indifferenti, poco motivati all'assunzione di responsabilità o all'ascolto di quanto espresso per il loro bene.

Anche i sensi di colpa o i sentimenti di rabbia verso genitori ammalati o con cui si condividono vecchi rancori o giudizi svalutanti possono indurre alla sofferenza e poi ad un dolore impotente, da cui sembra difficile uscire.

Nella serata di marzo insieme al dr. Salomone, medico di base e sessuologo, ci siamo interrogati sui disturbi della funzione sessuale visti in un'ottica organica e psicologica, collegando i disturbi a delle possibili difficoltà di relazione con se stessi e con il proprio partner.

Nella serata di aprile abbiamo esplorato il mondo delle relazioni negli ambienti di lavoro, in cui si rischia di sentirsi intrappolati in aspettative troppo elevate richieste dai propri responsabili o riposte nei propri sottoposti, creando tensioni che alla lunga l'organismo non riesce a tollerare. Si pensi ai timori di perdere il posto di lavoro o alle ansie da prestazione.

Nella serata di maggio cercherò di entrare nel mondo dei disturbi alimentari per evidenziare come il cattivo rapporto con se stessi e con i propri familiari possa scatenare atteggiamenti scorretti

rispetto al cibo ma anche disregolazioni a livello cerebrale.

In base al gradimento del pubblico che vorrà intervenire vorrò parlare ad ottobre dei fattori psicologici che più si collegano ai disturbi dell'apparato digerente, nonché a novembre delle correlazioni tra stati emotivi e disturbi della pelle, ospitando nel primo caso il contributo di un gastroenterologo e nel secondo di un dermatologo.

Si potrebbe altresì trattare in futuro di come le situazioni che viviamo nella vita quotidiana possano influenzare talune situazioni d'ipofertilità, o avere un ruolo

in certi quadri di cancro, nell'insorgenza di forme d'ipertensione o nell'esordio di malattie cardiache (vedi gli infarti), o ancora di come molte dipendenze vadano trattate con particolare attenzione alle situazioni e abitudini di vita della persona, che in malattie croniche come il diabete o in certe degenerazioni della vista hanno un ruolo tutt'altro che secondario. Come si vede gli argomenti non mancano, sicché creare una cultura della salute più ricca e ampia pare possibile. Spero d'incontrarvi presto, sperando pubblicizzate queste iniziative a chi ritenete possa esserne interessato. ■

*Il dott. Armando Gabriele tiene qui al Punto quattro seminari monotematici prima dell'estate, un giovedì al mese alle ore 21, ad ingresso gratuito.*

*Le date e i titoli delle serate sono i seguenti:*

**24 Febbraio:** "La somatizzazione dei rapporti familiari"

**24 Marzo:** "Lettura medica e psicosomatica nei disturbi sessuali"

**14 Aprile:** "La nuova psicosomatica nei contesti lavorativi"

**12 Maggio:** "La somatizzazione nei disturbi alimentari"

*Per informazioni si può telefonare al Punto Familia, tel. 011.44.75.906 (h. 15/19), o scrivere a [info@menteesalute.it](mailto:info@menteesalute.it), (è anche possibile consultare il sito [www.menteesalute.it](http://www.menteesalute.it)).*

## Bimbi 2010



## Sposi 2010

Anchisi Ettore	Piccotti Matilde
Bechis Camilla	Pidello Eugenio
Bestonzo Margherita	Pregolato Marianna
Carbone Alice	Romano Gaia
Dardo Chiara	Sabba Camilla
Facchinetti Silvia	Soldano Miriam
Ghione Alberto	Sorasio Maddalena
Giai Miniet Chiara	Travaglini Eleonora
Maina Marco	Vizzeri Marco
Merlatti Letizia	Vommaro Paolo
Merlone Pietro	Zeppegno Maria Sole
Modica Gaia	
Nebiolo Anita	
Padovan Elia	
Peano Elisa	
Peroncini Anna	
Perosino Federico	

Bardessono Marco	Cavallero Laura
Bozza Raffaele	Botticelli Cecilia
Coppola Giuseppe	Zanella Nathalie
Corsi Riccardo	Silvestro Erika
Cotterchio Guido	Vendola Alessandra
Crivello Paolo	Reinero Marta
Dardo Fabrizio	Maiocchi Monica
Di Pillo Tommaso	Cibinel Maria
Laguzzi Sergio	Verderi Laura
Marrocu Sandro	Bigi Daniela
Martoscia Francesco	Salvo Domenica
Monteleone Angelo	Cornaglia Sara
Nasso Giandomenico	Loggia Lucia
Nebiolo Federico	Corsaro Matteo
Picco Stefano	Gaschino Chiara
Savino Ignazio	Capiluppi Ilija
Schena Luca	Salemi Angela
Tavano Danilo	Saracco Antonella



# Se un amore muore

**S**e due cristiani vanno a convivere, pazienza. È contro le regole, ma si può sempre sperare che l'unione venga regolarizzata.

Se si separano, pazienza. Purché restino soli per sempre. E poi c'è la possibilità che il matrimonio sia nullo (magari! Sarebbe un bel sollievo).

Se dopo il fallimento del matrimonio si rifanno una vita affettiva, andiamo male. Se poi stabilizzano questa nuova unione con nuove nozze, ovviamente civili, non c'è più speranza. Non potranno mai più ricevere la Comunione, né confessarsi.

Così si pensa, così si dice. Naturalmente si potrebbe sottilizzare: queste affermazioni sono un po' grossolane, non sono del tutto vere. Ma nemmeno del tutto false, e certo è che la maggioranza della gente, cristiani e non, praticanti e non, divorziati e non, la vede così.

Il libro a più voci curato da Luigi Ghia parte proprio di qua, da un dato di realtà. E infatti uno degli aspetti più interessanti è il racconto autobiografico di persone separate, divorziate, risposate. Bisogna 'ridisegnare la fisionomia della comunità cristiana', sostiene Ghia, prendere atto di una situazione che si va diffondendo sempre più e orientare la riflessione teologica e la pastorale a partire da questo dato di fatto. Le persone, però, non sono manichini, come l'immagine di copertina provocatoriamente suggerisce: ogni storia umana è unica, ed è anche una storia 'sacra', come afferma don Sergio

Niccoli. Perché ogni storia d'amore è abitata da Dio, che si curva con premura e misericordia sul fallimento e sul peccato dell'uomo. Dunque ogni situazione andrebbe considerata singolarmente.

Il filo rosso che unifica i diversi contributi degli esperti è la speranza. 'Oggi non è peggio di ieri', afferma Ghia, che si accosta con delicatezza all'argomento, nella costante ricerca di un equilibrio tra la vicinanza emotiva alle persone in situazione e il rispetto della verità e della giustizia. Il limite dell'uomo va va-

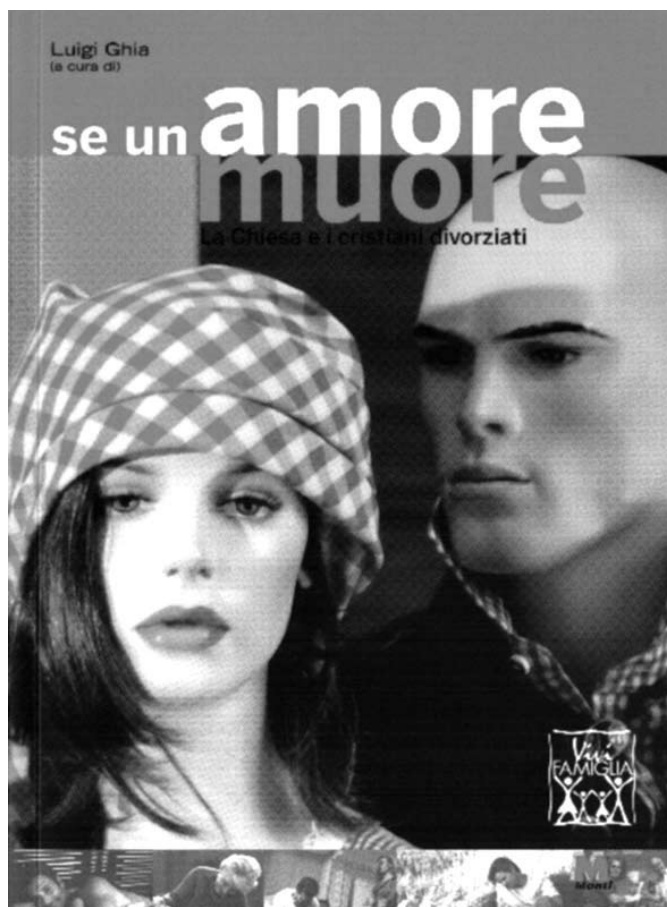
Molto bella la riflessione della pastora battista Lidia Maggi. La Bibbia è piena di storie d'amore imperfette. Dio è molto più insofferente verso chi giudica, chi è ipocrita, che non verso il peccatore.

E se l'amore, se il matrimonio muore? Dobbiamo diventare capaci di vivere questa contraddizione: appassionarci al progetto iniziale di Dio sulla coppia senza perdere la tenerezza e la compassione per chi non riesce a realizzarlo. A chi si rifà una vita bisogna ridare speranza. "Qui ci giochiamo niente meno che l'immagine di Dio. Quale Dio e quale fede proclamiamo – si chiede la Maggi – attraverso la prassi ecclesiale?"

Alessandro Giraudo, docente di diritto canonico e vicario giudiziale, ammette "la difficoltà di inquadrare nello schema dei capi di nullità vicende dai tratti molto sfumati", confermata dalle sentenze di segno opposto pronunciate da due diversi Tribunali Ecclesiastici, e auspica una giustizia che sia fedele ai principi ma li sappia rendere applicabili 'all'uomo e alla donna feriti dal peccato'.

Dove la situazione matrimoniale è irrimediabilmente danneggiata il 'segno' sacramentale ha perso la sua efficacia simbolica, che è quella di manifestare l'amore di Cristo per la Chiesa: così Paolo Mirabella, teologo morale. Tra il consenso e la storia di quel matrimonio, che dovrebbe ren-

derlo vero, non c'è continuità. Invece in una seconda unione ci può essere il valore di affetti sinceri, di impegni assunti e rispettati, di desiderio autentico di vita



lorizzato, in opposizione a un ideale di perfezionismo che è un falso ontologico. La fragilità ha una valenza positiva, ci spinge ad essere umili.

ecclesiale. Una rinnovata prassi pastorale potrebbe muoversi su tre fronti: il recupero della coscienza personale; l'istituzione di una figura ministeriale che accompagni la coppia in un percorso di conversione per riammetterla all'eucarestia; il riconoscimento della seconda unione, senza valore sacramentale.

Ricco di spunti originali il contributo di taglio filosofico-teologico di Guido e Francesco Ghia.

Difficile scegliere tra i tanti. Citando il giuscanonista Sohm, affermano che "il diritto canonico è in contraddizione con l'essenza della Chiesa", che "è e deve essere spirituale", ispirata alla legge della misericordia e dell'amore.

La teologia stessa della Grazia presuppone non già la perfezione dell'uomo, bensì la sua perfettibilità. La dichiarazione di nullità non è prevista per nessun altro sacramento: perché non pensare anche per il matrimonio ad un procedimento simile alla dispensa sacerdotale?

Siccome prevenire è meglio che curare, un accento particolare viene posto sulla preparazione al matrimonio da Annamaria e Franco Quarta, dei CPM, membri dell'Ufficio nazionale per la Pastorale familiare della CEI.

Molti i suggerimenti utili e le pillole di saggezza. Ad esempio: non tutti sono adatti al matrimonio; la preparazione fatta pochi mesi prima delle nozze non facilita il ripensamento; bisogna valorizzare il processicolo come momento di consapevolezza degli sposi.

Si dirà: queste sono proposte. In pratica, cosa è cambiato nella Chiesa? Il testo di don Sergio Nicolli, già direttore dell'Ufficio nazionale per la pastorale familiare della CEI, offre una risposta.

Il suo dettagliato excursus sulle situazioni definite 'irregolari' e sulla prassi pastorale correlata pone l'accento sul nuovo stile che si va diffondendo: è la pastorale dell'accoglienza che incontra le persone là dove sono, mettendosi al servizio del

progetto di Dio su di loro; è la pastorale del realismo che esprime fede nella famiglia concreta, non in quella perfetta che non esiste; è la pastorale dell'affiancamento fraterno, in alternativa a quella della difesa dell'ordine morale costituito. "Sono cambiati i toni", osserva mons. Nicolli.

Il testo si chiude con cinque tesi e cinque interrogativi formulati da Luigi Ghia. La frase conclusiva, che non citiamo per lasciare al lettore il gusto di scoprirla e assaporarla, sigilla il libro come pietra preziosa. ■

m.p.

Luigi Ghia (a cura di),  
Se un amore muore.  
La Chiesa e i cristiani divorziati.  
Monti 2010 – euro 12,50



**GRAZIE!**

**Il Punto Familia ringrazia tutti coloro che hanno versato il loro contributo di sostegno all'Associazione e che decidono di destinarle il loro 5 per 1000**

**Grazie anche a coloro che lo faranno nei prossimi mesi.**

**La situazione sulle tariffe per la spedizione postale sembra sempre ad un passo dalla soluzione, ma all'atto pratico ancora nulla è cambiato.**

**Per questo il sostegno dei lettori è ancora più prezioso!**



# La frutta secca

*In pasticceria si utilizza molta frutta secca di ogni tipo. La più utilizzata è la mandorla, seguita dalla nocciola e poi via via dai pistacchi, le noci, in alcuni casi le arachidi ecc.*

*La quantità dipende dal fatto che alcuni prodotti hanno come ingrediente principale il frutto stesso mentre altri vengono utilizzati più come aromatizzanti che come base principale.*

*Il classico esempio di biscotto a base di mandorle è l'amaretto. Qui le mandorle sono di due tipi: quelle dolci e quelle amare dette anche ermelline.*

*Sono proprio queste a dare il forte aroma e quel gusto inimitabile. Ma attenzione: sono anche loro ad avere una certa percentuale di cianuro che le rende tossiche se mangiate in quantità. State comunque tranquilli perché mangiarle tal quali è impossibile e negli amaretti la percentuale presente è minima.*

*Altro prodotto a base di mandorle, solo dolci questa volta, è il "petit four" dove è la quantità di mandorla rispetto allo zucchero a renderlo così buono.*

*L'accento alla proporzione fra mandorle e zucchero non è casuale: infatti in ognuno di questi prodotti il rapporto fra i due ingredienti varia da 1 a 1 (es. 1 kg di zucchero, 1 kg di mandorle) sino a 4-5 a 1 (4-5 kg di zucchero su 1kg di mandorle). Queste differenze la dicono lunga sul costo finale del prodotto.*

*Le nocciole sono la base principale, ad esempio, dei "brüt e bôn" (brutti e buoni), della torta langarola o del torrone classico, mentre, ridotte in pasta e raffinate, sono utilizzate per aromatizzare creme, panna, gelati, cioccolatini ecc.*

*Il gusto di una buona nocciola deve essere dolce e persistente, immediato quando la mettiamo in bocca, non deve avere gusto di rancido, cosa che avviene quando è stata tostata da molto, e soprattutto deve far venire voglia di mangiarne subito un'altra, come le ciliegie.*

*Le nocciole sono anche uno degli ingredienti principali del gianduiotto, cioccolatino principe di Torino, costituito da cioccolato al latte e pasta di nocciole. È la presenza della nocciola a dare al gianduiotto e a tutte le varie creme gianduja la cremosità tipica.*

*I pistacchi sono utilizzati nella nostra pasticceria quasi solo come aromi nelle creme e nei gelati, mentre dei prodotti soprattutto della Sicilia entrano a far parte alla grande in quanto prodotto tipico. Il costo di questo prodotto, così come quello ad esempio dei pinoli, è quasi proibitivo e ciò ne riduce di molto l'utilizzo.*

*Accenno anche alle arachidi, solo per dire che vengono utilizzate al posto delle nocciole per abbassare il costo finale; peccato che si abbatta anche il sapore.*

*Un dolce saluto a tutti  
Tato*





**EZIO ACETI**

**GENITORI SI PUO' FARE**

Conoscere i bambini da 0 a 10 anni

Edizioni SAN PAOLO 2010 – pagg 150 - € 12,00



L'autore, psicologo ed esperto di pastorale familiare, si propone di aiutare i genitori a capire i bisogni fondamentali dei loro figli, per poterli guidare nella crescita.

La prima parte del volume riassume le principali tappe nella crescita del bambino, in relazione anche ai passaggi scolastici (scuola materna, elementare) e alle difficoltà più comuni che tutti i genitori si trovano ad affrontare (capricci, gelosie, paura, compiti...).

La seconda parte invece riguarda le qualità che ogni educatore dovrebbe coltivare in sé (capacità di ascolto, sostegno, sacrificio...).

Lo stile è semplice e colloquiale; per ogni argomento trattato sono riportati casi concreti che esemplificano i concetti espressi.

**LUIGI PATI (A CURA DI)**

**IL VALORE EDUCATIVO DELLE RELAZIONI TRA LE GENERAZIONI**

EFFATÁ Editrice 2010 – pagg 173 - € 12,00



Il volume riporta gli atti di un convegno organizzato dall'Istituto "Pro Familia" di Brescia nel 2009. Dopo una panoramica sulla situazione della famiglia di oggi e sui mutamenti avvenuti nei ruoli dei genitori e dei nonni, gli interventi si concentrano sull'importanza che il rapporto tra le generazioni (soprattutto tra nonni e nipoti) riveste nella crescita delle nuove leve.

Le riflessioni espone traggono fondamento dall'analisi dei risultati ottenuti da ricerche che hanno coinvolto sia ragazzi di varie fasce di età, sia coppie di nonni.

**AA.VV**

**IN CAMMINO VERSO L'AMORE**

La comunità cristiana accoglie e accompagna i fidanzati alle nozze

EFFATÁ Editrice 2010 – pagg 206 - € 13,00



Il volume riporta le riflessioni della Consulta Regionale di pastorale familiare Abruzzese-Molisana su come accogliere e accompagnare i fidanzati che si preparano al matrimonio. L'obiettivo è ampliare l'attività pastorale per passare dai pochi incontri in vista della data delle nozze a un vero e proprio percorso di preparazione alla vita coniugale e familiare; il fidanzamento dovrebbe essere infatti un tempo di crescita, di approfondimento della conoscenza di sé e dell'altro e di riscoperta del sacramento del Battesimo e della vita di Fede, come fondamento del sacramento

del matrimonio. I fidanzati dovrebbero essere accolti e accompagnati nel percorso da tutta la Comunità.

Gli interventi riportati presentano tagli diversi: biblico, teologale e pastorale, sempre con riferimenti alla prassi concreta.

**FABIO BONAFEDE – MARCELLO SOPRANI**

**EMPATICO SARA' LEI!**

Per la mediazione dei conflitti e l'educazione alle relazioni

EFFATÁ Editrice 2010 – pagg 110 -€ 9,50



Gli autori partono dalla constatazione delle crescenti difficoltà nella gestione dei rapporti interpersonali, per focalizzarsi sulle realtà di conflitto che ciascuno sperimenta nel vivere quotidiano; lo scopo è capire le origini e le motivazioni che generano il conflitto per poterlo gestire e trasformarlo in occasione di crescita. Questo può avvenire grazie all'intelligenza emotiva, cioè la capacità di riconoscere e gestire le proprie emozioni e quelle della controparte, dote che può essere opportunamente coltivata in ciascuno, a partire dall'infanzia. L'intelligenza emotiva può diventare

la carta vincente in molte situazioni: in particolare gli autori si soffermano sulla gestione delle leadership nei gruppi e sulla mediazione dei conflitti, presentando alcuni casi concreti e piste di lavoro.

Il testo è volutamente sintetico, schematico e introduttivo a un argomento vasto che può trovare numerosi ambiti di applicazione.

**ROMOLO TADDEI (A CURA DI)**

**CAMMINI DI TENEREZZA, DI SPERANZA E DI GIOIA**

Percorsi di animazione per giovani coppie e gruppi familiari

EFFATÁ Editrice, 2009- pagg 252 - € 17,50



L'autore, sacerdote, psicologo, esperto di pastorale familiare, ha curato un volume ricco di piste di approfondimento per chi si occupa di coppie e di famiglia, soprattutto per chi conduce e anima gruppi di sposi.

La prima parte è dedicata ad aspetti più teorici quali le dinamiche di gruppo, l'accompagnamento delle coppie, la lectio divina; la seconda è costituita da otto schede di lavoro per gruppi di coppie di sposi. Gli argomenti riguardano la tenerezza nella vita di coppia, le paure, le stagioni della nuzialità, le beatitudini nella vita di una coppia, mistero pasquale e mistero nuziale.

Le piste di lavoro sono molto dettagliate, sia per le attività da fare in gruppo che per la parte "teorica" di chi guida il gruppo.

Anche se lo stile è facilmente comprensibile, per la profondità dei contenuti il testo è più indicato per chi ha già una qualche formazione sull'argomento

A cura di Anna Maria Foglizzo

# 5 per 1000 al Punto Familia

**Codice fiscale dell'Associazione Punto Familia: 05951770014**

## **SOSTIENI IL PUNTO FAMILIA CON IL 5 PER MILLE**

*Sostieni il Punto Familia con il 5 per mille: firma nell'apposito quadro della dichiarazione dei redditi, nella casella "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale, delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett a del D.Lgs n 460 del 1997." e indica il codice fiscale dell'Associazione Punto Familia: 05951770014.*

*Ringraziamo di cuore fin d'ora coloro che ci sosterranno con la loro firma.  
Grazie anche a coloro che inviteranno altre persone a sostenerci.*

