

I CINQUE LINGUAGGI DELL'AMORE

Domenica 16 marzo 2014 si è svolto il ritiro quaresimale per i genitori della scuola dell'infanzia Teresa Maggiora. E' stato un bel momento di confronto su alcuni temi relativi all'educazione dei figli, affrontati però in modo nuovo: da un punto di vista pedagogico-educativo e illuminati dalla Parola di Dio.

Il tema della giornata è stato: **"Essere testimoni dell'Amore di Dio"**.

Abbiamo riflettuto insieme sulle diverse sfumature dell'essere testimoni dell'Amore di Dio in particolare verso

i nostri figli, aiutati anche dal pensiero di Gary Chapman: "Io sogno che un giorno tutti i bambini possano crescere in famiglie piene d'amore e sicure, in cui le loro energie in divenire possano essere indirizzate a imparare a servire, piuttosto che a desiderare e cercare l'amore che non hanno ricevuto a casa."

Sembra scontato che tutti i genitori amino i loro figli, ma non è altrettanto scontato che tutti i figli si sentano amati dai loro genitori, essi richiedono un amore incondizionato. Sentire che i genitori amano in modo sincero e coerente aiuta il bambino ad accettare i loro suggerimenti e a gestire meglio i propri sentimenti. Quando un bambino si sente amato è molto più facile educarlo e dargli delle regole. Ogni uomo possiede un serbatoio di amore: se il serbatoio è pieno tutto scorre bene nella vita e anche le difficoltà si affrontano superabili. Ma per riempire questo serbatoio c'è bisogno degli altri. Nessuno può farlo da sé. I bambini hanno un serbatoio che ha bisogno di essere rimboccato continuamente. Fin da piccoli si orientano a parlare un linguaggio specifico. Parlando il linguaggio dell'amore del nostro bambino, si può riempire il suo "serbatoio emozionale" d'amore. È bene esprimere verbalmente il proprio amore, ma questo non è sufficiente, bisogna amare i figli con i loro termini, cioè a livello di comportamenti. Proprio per questo è bene ricordare che le espressioni comportamentali d'amore si distinguono in: contatto fisico, momenti speciali, doni, gesti di servizio e parole d'incoraggiamento.



Maria Lauritano e Diacono Andrea Savino

PRIMO LINGUAGGIO: Il contatto fisico

Baci, abbracci, sollevare un bambino o tenerlo sulle ginocchia, fare un girotondo, sono le azioni più comuni di parlare questo linguaggio dell'amore. Studi recenti mostrano che molti genitori toccano i loro bambini solo quando è necessario: quando li vestono e li spogliano, quando li sistemano in auto o li portano a dormire. Il contatto fisico è il linguaggio più facile da utilizzare incondizionatamente poiché i genitori non hanno bisogno di occasioni speciali. La società frenetica, però, spesso limita il tempo che possiamo dedicare al contatto fisico, ma un bambino ha bisogno di un contatto fisico affettuoso e amorevole. Anche un neonato è capace di distinguere tra un contatto gentile e uno duro e irritante. Il contatto fisico urla: "Ti voglio bene!". E quando il bambino cresce, pur non avendo più questo linguaggio come bisogno principale, necessita di un porto sicuro come un abbraccio dato prima di uscire di casa o un bacio al suo rientro: questi gesti possono fare la differenza tra una giornata caratterizzata dalla sicurezza emozionale o dall'insicurezza o possono rendere una serata tranquilla piuttosto che chissosa nello sforzo di attirare l'attenzione.

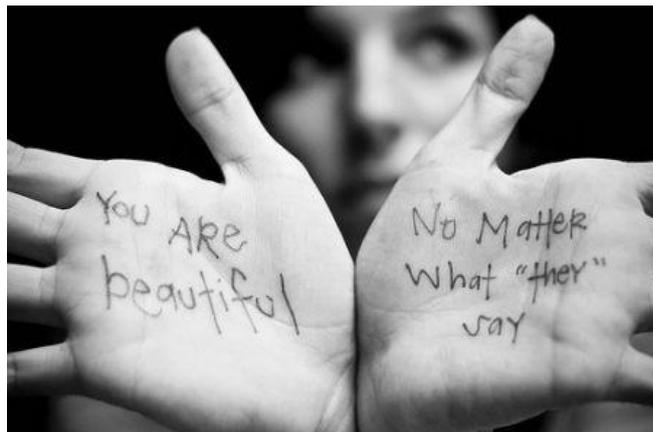
Vediamo che anche nel Vangelo (Mt. 19,13-15) il Maestro ha sperimentato il contatto fisico: "Lasciate che i bambini vengano a me, perché di questi è il regno dei cieli..." Da questo brano si capisce come Gesù accoglie e si mette in contatto con i bambini, anche contro le proibizioni del tempo che considerano impuro il contatto con essi.

Sono molti gli episodi evangelici in cui Gesù accoglie e cura bambini: la figlia di Giairo, («Talità kum» Mc 5,41-42), la figlia della donna Cananea («Per questa tua parola, va': il demonio è uscito da tua figlia» Mc 7,29-30), il figlio della vedova di Naim («Ragazzo, dico a te, àlzati!» Lc 7,14-15). Come vediamo in questi episodi, l'amore di Gesù ci prende per mano, ci fa rialzare e ci rimette in piedi.

SECONDO LINGUAGGIO:

Le parole di incoraggiamento

Nel comunicare amore, le parole sono potenti. Le parole di affetto e tenerezza, di lode e di incoraggiamento, di guida positiva, dicono: "Mi stai a cuore" ed alimentano il senso di autostima e di sicurezza interiore. Sono parole che non si dimenticano in fretta. I bambini godono dei benefici delle parole d'incoraggiamento per tutta la vita.



L'amore è un concetto astratto che i bambini acquisiscono gradualmente, non sempre sanno cosa intendiamo con le nostre parole, anche quando diciamo: "Ti voglio bene". I bambini tendono a pensare in termini concreti, pertanto dobbiamo esprimere il nostro amore attraverso gesti concreti come leggere una favola tenendo il bambino accanto a sé e concludendo con un affettuoso "Ti voglio bene"

Abbiamo un "bagaglio" di parole "buone" e con queste possiamo aiutare i nostri figli a crescere più sereni e sicuri di sé. Sono parole di **affetto** che esprimono stima per il bambino per quel che è, inteso nella sua globalità; sono parole di **lode** che esprimono stima per ciò che il bambino fa; sono parole di **incoraggiamento** che infondono coraggio, permettendo al bambino di cimentarsi in esperienze nuove per compiere ulteriori tentativi. Per un bambino piccolo ogni esperienza è nuova e con le nostre parole incoraggiamo o scoraggiamo ogni suo sforzo. (Camminare, parlare, imparare ad andare in bicicletta).

Vi sono anche parole **guida** che aiutano il nostro bambino nel suo sviluppo morale ed etico. I bambini hanno bisogno di una guida che riconoscono prima di tutto nei genitori e successivamente, negli altri enti: la scuola, i mezzi di comunicazione, gli amici, la parrocchia.

Il grande nemico dell'incoraggiamento è l'ira. Più il genitore è adirato, più ira riverserà sui propri figli. Il risultato sarà avere dei bambini che si oppongono all'autorità e ai genitori.

Compito dei genitori sarà pertanto quello di mitigare l'ira per ridurla al minimo e gestirla in modo maturo. Troppo spesso, infatti, i messaggi che ricevono i nostri figli sono giusti, ma vengono proposti nel modo sbagliato. (es. chiedere ad un bambino di non urlare, urlando).

Quando invece siamo scoraggiati ci pare che il cuore venga meno: ci viene a mancare il sostegno interiore per proseguire il nostro cammino.

Allora ci viene in aiuto la Parola del Signore, come sul monte Oreb quando dice ad Elia: "Su, ritorna sui tuoi passi verso il deserto di Damasco".

Sono molto importanti quelle due semplici lettere, pronunciate da Dio: "Su!". Equivalgono a "Coraggio!". La Parola incoraggiante di Dio genera fiducia e produce energia nuova negli uomini. "Coraggio, sono io, non temete!" dice Gesù agli apostoli. Con questa espressione dà loro il cuore e assicura una vicinanza personale e umana.

Anche a noi Gesù chiede di "avere un cuore" (coraggio deriva da "cor habeo" = "ho un cuore") e soprattutto ci invita a non "togliere il cuore" a nessuno: "Nessuna parola cattiva esca più dalla vostra bocca; ma piuttosto, parole buone che possano servire per il necessario incoraggiamento, giovando a quelli che ascoltano" (Ef 4, 29).

Anche a noi Gesù ripete oggi l'invito: "Va' e anche tu fa' lo stesso!" (Lc 10, 37).

TERZO LINGUAGGIO: Momenti speciali

I bambini si sentono veramente amati quando ricevono l'attenzione esclusiva da parte dei genitori. In particolare quando il serbatoio emozionale di un bambino è vuoto, l'unica cosa che possa riempirlo è l'attenzione, ed il bambino farà qualsiasi cosa per ottenerla. Per loro anche l'attenzione negativa è preferibile alla mancanza di attenzione.

A volte è difficile trovare il tempo per fare ciò che i bambini vorrebbero, ma è essenziale dimostrare che

siamo capaci a rinunciare alle nostre preferenze per loro, comunicando l'importanza che loro hanno per noi. I momenti speciali consistono proprio in una piena ed esclusiva attenzione: svolgere qualche attività, fare qualche commissione, andare al parco...

Il fattore più importante nei momenti speciali non è l'avvenimento in sé ma il fatto che si faccia qualcosa insieme.

I momenti speciali sono l'occasione per:

- **guardare negli occhi i nostri figli** con sollecitudine: è questo un modo efficace per trasmettere amore. Alcuni studi dimostrano che, purtroppo, il contatto visivo viene usato spesso per rimproverare o intimorire piuttosto che per incoraggiare o dimostrare stima.
- **permettere di conoscere il proprio bambino** attraverso la conversazione che ne nasce in modo spontaneo e naturale. Quando un genitore insegna al figlio a giocare a basket, a lavare l'auto, a cucinare, spesso crea un contesto in cui poter parlare di argomenti importanti.
- **farsi conoscere dai propri figli**. Le conversazioni speciali avvengono quando i genitori presentano qualcosa della loro storia.

È un genere di conversazione reale che parla in profondità ai figli a livello emozionale ed avvicina a loro padre o madre, consentendo di costruire rapporti interpersonali nel rispetto reciproco.

Anche Gesù amava intrattenersi con i suoi discepoli ed è proprio nel contesto di un "momento speciale" che pronuncia il meraviglioso discorso della Montagna ed insegna ai suoi a pregare: *Voi dunque pregate così: Padre nostro che sei nei cieli...* (Mt. 6, 9...)

Ed ancora in un altro "momento speciale" compie il suo primo miracolo a Cana di Galilea. In questo episodio troviamo Gesù impegnato a risolvere un problema concreto, ma di fondamentale importanza per l'ottima riuscita di un matrimonio; necessita il suo intervento perché è venuto a mancare il vino, e non si riesce a trovare una soluzione. Dietro suggerimento della Madre, Gesù compie il miracolo e l'evangelista tiene a sottolineare che il suo operato deve essere letto non come un fatto prodigioso, ma come "segno". Infatti il nucleo di tutta la narrazione non consiste nella trasformazione dell'acqua in vino da parte di Gesù, ma nell'esito finale che tale fatto speciale e straordinario ha come conseguenza: la fede dei discepoli (Gv 2,1-11).

Scopo dei "momenti speciali" è proprio quello di costruire rapporti di fiducia, di stima: momenti in cui ognuno di noi si sente amato in modo del tutto esclusivo.



QUARTO LINGUAGGIO: I doni

Dare e ricevere doni come modo per esprimere amore è un fenomeno universale. In greco il termine "Dono" (Charis) significa "Grazia, regalo non meritato". La grazia del dare ha poco a che fare con il costo del dono. Ha invece a che fare con l'amore.

Un vero dono non è un pagamento per servizi resi, è invece un'espressione d'amore per la persona che lo riceve ed è offerto liberamente da chi lo dona.

Oggi non tutti i doni hanno lo stesso significato. Il dono, spesso, non viene offerto a beneficio di chi lo riceve, ma è piuttosto un modo per ringraziare o per pretendere qualcosa.

Lo stesso vale anche nel rapporto genitori-figli: la paghetta, la ricompensa con il gelato, il dono per i risultati scolastici non sono doni, ma compensi finalizzati a manovrare il comportamento del bambino. Forse il bambino non conosce le parole "compenso", "lusinga", ma il concetto è subito chiaro. Se non offriamo i doni come espressione d'amore, i bambini potrebbero imparare a riceverli come qualcosa che è loro dovuto e non riconoscere l'amore che sta dietro di essi. Anche un oggetto che serve a scuola o per la vita quotidiana, se incartato e consegnato quando la famiglia è riunita, susciterà una forte emozione e quell'oggetto, necessario o superfluo, sarà espressione del nostro amore.

Il rischio che si corre è di sommergere i bambini di doni per sostituirli ad altri linguaggi dell'amore. Per questo, a volte, i genitori ricorrono ai giocattoli piuttosto che alla loro presenza con i loro figli.

E' molto importante non solo il regalo, ma anche le modalità con cui viene loro offerto (la confezione, il luogo, il momento, le parole). Tutto fa parte dell'espressione d'amore. I doni sono un'espressione di amore efficace sia nel momento in cui vengono offerti, ma spesso anche anni dopo. Infatti, se i bambini, quando sono piccoli, non comprendono quanto si dona loro, quando saranno grandi potranno ripensarci e comprendere che il nostro amore e la nostra presenza sono stati i doni più importanti di tutti.

Gesù, nel Vangelo, ci ricorda l'importanza del dono: «Si è più beati nel dare che nel ricevere!» (At. 20,35). Questa affermazione fa nascere un interrogativo: "Che cos'è la felicità? Dove la trovo?" Il Vangelo afferma con forza "la gioia del dare" poiché: " Dio ama chi dona con gioia" (2 Cor. 9,7). Ma è proprio vero che la nostra gioia sta più nel dare che nel ricevere? Sentiamo dentro di noi che questa logica del Vangelo è vera e che può essere vissuta? Se si chiedesse a una mamma o a un papà: "Quando tu hai messo al mondo una vita, eri felice?", la risposta sarebbe sicuramente affermativa. Infatti, la felicità non è forse il trasmettere la vita all'altro, far sì che la mia vita viva nell'altro? La mia felicità non sta in me, nella gioia che mi viene dal possedere, ma dalla gioia che vedo nell'altro e, se questo è reciproco, questa gioia è piena, come ci insegna Gesù: "Vi do la mia gioia, perché la vostra gioia sia piena".



QUINTO LINGUAGGIO: Gestì di servizio

Essere genitori è una vocazione orientata al servizio. Nel momento in cui abbiamo saputo che avremmo avuto un figlio, ci siamo assunti un servizio a tempo pieno. Il "contratto" prevede almeno 18 anni di servizio con la consapevolezza che saremo in "riserva attiva" ancora per molti anni. I gesti di servizio sono impegnativi sia a livello fisico sia emozionale.

La prima domanda che ognuno si deve porre, è: "Chi serviamo?". Ognuno di noi non serve solo i figli ma tutte le persone che fanno parte della nostra famiglia.

Naturalmente porsi al **servizio** dei propri figli non vuol dire compiere ciò che fa loro piacere, ma fare **ciò che è meglio per loro**. Soddisfacendo solo i loro desideri o le loro pretese eccessive si rischia di crescere dei bambini infantili ed egocentrici. Piuttosto i gesti di servizio devono diventare *modello di servizio* e di assunzione di responsabilità dei nostri figli: in questo modo i bambini acquisiscono indipendenza e competenza.

Se il nostro obiettivo è amare i nostri bambini, tenendo presente il loro bene, insegneremo loro ad essere autonomi, ma prima che loro abbiano imparato, avranno avuto la possibilità di sperimentare i nostri concreti e sinceri gesti d'amore per la famiglia.

Il servizio amorevole non è una schiavitù, come alcuni temono. La schiavitù è imposta dall'esterno e le azioni relative ad esse vengono compiute con riluttanza. Il servizio amorevole è il desiderio che nasce da motivazioni interiori, è un dono, non un obbligo. È compiuto liberamente, non per costrizione.

L'obiettivo finale dei gesti di servizio offerti ai bambini consiste nell'aiutarli a diventare adulti maturi che siano in grado di offrire amore ad altre persone tramite gesti di servizio. Questo comporta la disponibilità ad essere servizievoli, non solo verso le persone care, ma anche verso coloro che non sono in grado di ricambiare la gentilezza ricevuta, li si aiuta così a diventare persone migliori servendosi dei doni che, a loro volta, hanno ricevuto da Dio.

Con il tempo possono trasformare la loro esperienza in gratitudine verso gli adulti e servizio sociale e missionario verso gli altri.

Una delle espressioni più belle del servizio la troviamo nel Vangelo della Lavanda dei piedi (Gv 13,1-15) "*....si alzò da tavola, depose le vesti, prese un asciugamano e se lo cinse attorno alla vita. Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugamano di cui si era cinto...*"

L'evangelista presenta l'ultima azione di Gesù verso i suoi, perché venga ritenuto un comandamento da non dimenticare. Il gesto compiuto da Gesù intende mostrare che il vero amore si **traduce in azione reale di servizio**. Gesù si spoglia delle sue vesti e si cinge di un grembiule, simbolo del servizio. Il gesto del deporre le vesti è un'espressione che ha la funzione di esprimere il significato del *dono della vita*. Quale insegnamento Gesù vuole trasmettere ai suoi discepoli con questo gesto? Mostra loro che l'amore trova la sua espressione più alta nel servizio, nel dare la vita per l'altro come lui ha fatto.

Il gesto che Gesù compie esprime accoglienza fraterna, ospitalità, cioè *servizio permanente*.

