

## **AC e cura delle relazioni**

Parto da ciò che significa il termine CURA.

**CURA:** è l'interessamento premuroso verso un oggetto e/o una persona che impegna l'animo e l'agire.

- Dedicare ogni cura alla famiglia, all'educazione dei figli, ai propri interessi.
- Avere cura/prendersi cura di qualcuno, occuparsene attivamente, preoccuparsi delle necessità.

Il termine cura può anche essere visto come sinonimo di RESPONSABILITÀ. Una responsabilità che nasce e cresce soprattutto nell'INTERIORITÀ di ognuno.

In effetti non c'è contraddizione tra responsabilità ed interiorità: la prima trova il suo alimento nella seconda.

**RELAZIONE:** rapporto che intercorre tra due o più individui. Vuol dire anche "legare insieme" andando a guardare il termine latino ed in questo caso già la sua traduzione.

## **LE PAROLE DELLA RELAZIONE**

- 1. ASCOLTO**
- 2. DIALOGO**
- 3. INCONTRO**
- 4. GRATUITA'**
- 5. GIOIA**
- 6. INDIFFERENZA**

- 1. ASCOLTO:** ascoltare vuol dire rivolgersi verso colui che ci parla, protendersi verso di lui, orientare la lunghezza d'onda ed eventualmente togliere l'ostacolo che impedisce l'ascolto.

Gli ostacoli che impediscono l'ascolto possono essere:

- I pregiudizi (che non ci permettono di andare a fondo e comprendere ciò che l'altro ci comunica, ciò che l'altro realmente è perché siamo fermi su un giudizio sbagliato, distorto);
- La fretta (di andare altrove, di fare altro, di occupare il tempo senza comprendere che il tempo che si considera "perso" nell'ascoltare l'altro è in realtà tempo prezioso e dono di Dio);
- Il proprio io (l'egoismo, l'esser ricurvi su se stessi, il non considerare l'altro ma ritenerlo sempre e solo una perdita di tempo).

Un altro termine che si accosta bene alla parola ASCOLTO e l'ACCOGLIENZA; dall'ascolto nasce l'accoglienza che se autentica non è un appropriarsi degli altri ma rispettarli.

ACCOGLIERE vuol dire fare spazio dentro di sé, nel CUORE più che nella TESTA.

Dall'ascolto deriva anche in termine DISCERNIMENTO, cioè il sapersi interrogare, giudicare e valutare per poi agire di conseguenza.

Ed è proprio in quest'atteggiamento che avviene L'ASCOLTO NELLA VERITA'.

## **2. DIALOGO:** vuol dire “attraverso la parola”, discorso tra persone.

Ogni relazione nasce dall'ascolto e si esprime in un dialogo tra un TU ed un IO.

DIALOGO = ASCOLTO + PAROLA

Ogni dialogo attraverso la parola dice una reciprocità, uno scambio, un movimento di andata e di ritorno, di annuncio e di risposta.

Altrimenti non parliamo di dialogo se così non fosse ma di monologo.

Ogni dialogo dice un lavoro di tessitura attraverso un esercizio lungo, delicato, paziente.

Il dialogo quindi si serve della parola e si approfondisce nell'attenzione, nell'ascolto, nel silenzio. **(Molte volte si parla anche in silenzio. Parliamo di “dialogo tra cuori”).**

## **3. INCONTRO**

La parola INCONTRO trova la sua origine dalla divisione in sillabe **IN - CON - TRO.**

La particella “IN” indica PROFONDITA', un movimento verticale dall'alto verso il basso; ogni relazione per essere autentica ha bisogno di passare dalla superficie alla profondità.

La particella “CON” indica “INSIEME”, un movimento orizzontale dal TU all'IO.

Ogni relazione per essere autentica ha bisogno di due soggetti: il tu e l'io, che stanno insieme, uno di fronte all'altro e ogni incontro per portare frutto deve tenere insieme i soggetti della relazione.

#### **4. GRATUITA'**

Vuol dire (rifacendosi al greco) grazia, favore, generosità ed eucaristia che vuol dire ringraziamento, gratitudine.

La gratuità è un concetto associato a motivazioni profonde.

E' una dimensione dell'agire che porta ad avvicinarsi agli altri mai in modo unicamente strumentale ma ne è coinvolto il cuore.

Ed oggi bisognerebbe riprendere la gratuità del tempo donato per curare le relazioni, partendo dalle nostre stesse famiglie che ci vedono sempre più distanti e di corsa.

Riprendere la gratuità del tempo fisico da trascorrere con l'altro senza lasciarsi prendere dalle tecnologie che o rovinano sempre più le relazioni.

Presi dall'era moderna :

- Non si sperimenta l'ascolto.
- Non si guarda l'altro negli occhi.
- Non si può consolare abbracciando e dando una pacca sulla spalla.

Con un messaggio, un video, un'immagine (spesso scaricata da internet), con un "copia/incolla" ci sentiamo "apposto", sentiamo di aver "gratuitamente" donato del tempo "ottimizzando" i tempi. Ma in realtà ci siamo presi solo in giro per mettere a tacere la nostra coscienza che in realtà bussa al nostro cuore per ricordarci che non è questa la gratuità!

#### **5. GIOIA**

E' connessa all'esperienza positiva di sé, della persona e dell'incontro con l'altro.

Ma non solo: la gioia del Vangelo riempie il cuore e la vita di coloro che curano la relazione con Gesù, liberandosi così dalla tristezza, dal vuoto interiore, dall'isolamento.

Con Gesù presente nella nostra vita nasce e rinasce la gioia che contagia anche chi vive in relazione con noi.

E' bene però non lasciarsi prendere dal mondo che con le sue offerte di consumo ( a volte anche di false e calcolatrici relazioni!) ci opprime riempiendoci di tristezza, lacerando il cuore.

Gioire nell'incontro con gli altri, godendo del rispetto e dell'entusiasmo di stare e fare del bene.

## 6. INDIFFERENZA

Vuol dire IN – DIFFERENZA, cioè non vivere una differenza tra le cose che si fanno o si pensano; vuol dire non lasciare spazio e non dare vita ad una differenza capace di creare una diversità, un contrasto, un'opposizione.

Una relazione è indifferente quando rimane alla superficie, senza movimento e centrata su se stessa, quando non tocca e non cambia la persona.

Guardando a questi termini possiamo dire che : **la relazione nasce dall'ASCOLTO, si esprime nel DIALOGO, si apre all'INCONTRO, cresce nella GRATUITA', si contagia attraverso la GIOIA e si oppone all'INDIFFERENZA.**

La fraternità quindi si esprime in una cura attenta e sensibile alle relazioni tra persone, nel nostro ordinario ambiente di vita, nella comunità cristiana e in Azione Cattolica.

Essere fratelli ci chiede di costruire relazioni cordiali e partecipi tra le persone, superando la freddezza e l'indifferenza reciproca. (Parole tratte dal progetto formativo "Perché sia formato Cristo in voi").

Nelle relazioni e quindi nell'averne cura bisogna fare attenzione alla "LOGICA DEL CONTROLLO", una logica opposta a quella dell' "AVER CURA".

Mentre nella prima il singolo vive una continua angoscia rafforzata da un sentimento di perdita, nella seconda ci si libera dalla paura e **lo stare con gli altri** diventa **lo spazio esperienziale da investire di senso.**

Investire un progetto di vita delle relazioni significa rischiare, ma evitare tale investimento equivale a una riduzione delle possibilità di realizzazione esistenziale.

Vivere le relazioni, anche quelle più belle, comporta spesso movimenti di crisi e conflitto. Anche queste situazioni possono aiutare tutti a crescere e maturare.

I conflitti nelle relazioni, soprattutto in quelle profonde, sono inevitabili perché la posta in gioco è molto alta e coinvolge in modo intenso tutta la nostra vita e quella dell'altro.

**Non bisogna quindi eliminare gli scontri e le tensioni ma continuare ad essere aperti all'altro attraverso due dimensioni:**



## **quella del PERDONO**

## **quella della LIBERTA'**

In una relazione è necessario vivere il Perdono non come qualcosa da offrire per "gentile concessione" (o perché così ci dicono di fare!), ma come una chiamata di Dio che edifica anche la nostra personalità, rimettendoci così in Comunione con l'altro.

Contemporaneamente è necessario anche rispettare la Libertà: comprendere che le persone NON ci appartengono, le relazioni NON comportano un incremento di possesso.

Più diventano profonde e più ci fanno capire la libertà dell'altro e la consapevolezza che non possiamo rinchiuderlo (l'altro) nei nostri schemi e nei nostri egoismi. In questo modo non si cura una relazione ma pian piano la si porta alla rovina!

Bisogna fare attenzione ad un rischio che si corre: **chiuderci nelle nostre relazioni!**

Si tende così a diventare autoreferenziali in cui ricorre spesso la frase o meglio la domanda: "Stiamo così bene fra di noi, perché coinvolgere altri?"

Invece bisogna imparare a dire NOI ad ampio raggio non guardando e coltivando un piccolo orticello.

Il NOI lo vediamo anche nell'esperienza di cammino che Gesù stesso ha desiderato percorrere con il Padre e con i discepoli.

1. Come vivo le mie relazioni e che tipo di difficoltà incontro?
2. Ripensando alla mia vita: penso che sia frutto solo della mia volontà o il risultato di un intreccio di relazioni?
3. Che importanza do alle mie relazioni? Che tipo di cura è necessaria perché possano essere profonde e significative?
4. Come vivo le dinamiche del perdono e del rispetto della libertà dell'altro all'interno dei miei legami?
5. Sono consapevole che la fede offra una marcia in più per affrontare le mie relazioni?