

CHIAMATE A CUSTODIRE LA CASA COMUNE
... e a recuperare la gentilezza



GIUGNO 2021

Dalla nostra vocazione in preghiera per tutte le vocazioni.

Canto: Cantico di frate sole

Introduzione: *Come figli del nostro tempo, siamo chiamati all'atteggiamento della gentilezza, anche se forse non ci pensiamo abbastanza. Eppure quando qualcuno è gentile con noi subito si apre il nostro cuore e ci fa sentire a casa, ci aiuta a superare le difficoltà, ci fa sentire accolti. Diventa aiuto a scoprire la propria bellezza, la propria originalità quella che Dio ci ha donato e che sempre sta davanti al Suo volto. Di tutto ciò ne hanno un grande bisogno anche i giovani!*

Dall'enciclica Fratelli Tutti

(222-224)

L'individualismo consumista provoca molti soprusi. Gli altri diventano meri ostacoli alla propria piacevole tranquillità. Dunque si finisce per trattarli come fastidi e l'aggressività aumenta. Ciò si accentua e arriva a livelli esasperanti nei periodi di crisi, in situazioni catastrofiche, in momenti difficili, quando emerge lo spirito del "si salvi chi può". Tuttavia, è ancora possibile scegliere di esercitare la gentilezza. Ci sono persone che lo fanno e diventano stelle in mezzo all'oscurità.

San Paolo menzionava un frutto dello Spirito Santo con la parola greca *chrestotes* (Gal 5,22), che esprime uno stato d'animo non aspro, rude, duro, ma benigno, soave, che sostiene e conforta. La persona che possiede questa qualità aiuta gli altri affinché la loro esistenza sia più sopportabile, soprattutto quando portano il peso dei loro problemi, delle urgenze e delle angosce. È un modo di trattare gli altri che si manifesta in diverse forme: come gentilezza nel tratto, come attenzione a non ferire con le parole o i gesti, come tentativo di alleviare il peso degli altri. Comprende il «dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano», invece di «parole che umiliano, che rattristano, che irritano, che disprezzano».

La gentilezza è una liberazione dalla crudeltà che a volte penetra le relazioni umane, dall'ansietà che non ci lascia pensare agli altri, dall'urgenza distratta che ignora che anche gli altri hanno diritto a essere felici. Oggi raramente si trovano tempo ed energie disponibili per soffermarsi a trattare bene gli altri, a dire "permesso", "scusa", "grazie". Eppure ogni tanto si presenta il miracolo di una persona gentile, che mette da parte le sue preoccupazioni e le sue urgenze per prestare attenzione, per regalare un sorriso, per dire una parola di stimolo, per rendere possibile uno spazio di ascolto in mezzo a tanta indifferenza. Questo sforzo, vissuto ogni giorno, è capace di creare quella convivenza sana che vince le incomprensioni e previene i conflitti. La pratica della gentilezza non è un particolare secondario né un atteggiamento superficiale o borghese. Dal momento che presuppone stima e rispetto, quando si fa cultura in una società trasforma profondamente lo stile di vita, i rapporti sociali, il modo di dibattere e di confrontare le idee. Facilita la ricerca di consensi e apre strade là dove l'exasperazione distrugge tutti i ponti.

Pausa breve di silenzio

Canone: Ubi caritas

Dalla Regola bollata

(FF 91-92)

E ovunque sono e si incontreranno i frati, si mostrino familiari tra loro reciprocamente. E ciascuno manifesti con fiducia all'altro le sue necessità, poiché se la madre nutre e ama il suo figlio carnale, quanto più premurosamente uno deve amare e nutrire il suo fratello spirituale? E se uno di essi cadrà malato, gli altri frati lo devono servire come vorrebbero essere serviti essi stessi.

Pausa breve di silenzio

Canone: Ubi caritas

Dall'Epistolario di M. Elisabetta

(E 409)

Figlia carissima, se Dio solo cercherai in ogni evento, non sarai leggera ma stabile, non di mille umori ma sempre affabile, serena ed a tutti edificante. Il tuo dovere ed il bene delle anime comparire deve come l'olio in ogni tua operazione e detto; non vi siano in te mai fini vani né brame di stima umana; per Iddio operando, da Lui solo attendere devi l'approvazione e ricompensa. [...]

Pausa breve di silenzio

Canone: Ubi caritas

Ant. *Signore, quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra.*

Salmo 8

O Signore, Signore nostro,
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!
Voglio innalzare sopra i cieli la tua magnificenza,
con la bocca di bambini e di lattanti:
hai posto una difesa contro i tuoi avversari,
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.

Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita,
la luna e le stelle che tu hai fissato,
che cosa è mai l'uomo perché di lui ti ricordi,
il figlio dell'uomo, perché te ne curi?

Davvero l'hai fatto poco meno di un dio,
di gloria e di onore lo hai coronato.
Gli hai dato potere sulle opere delle tue mani.

Tutto hai posto sotto i suoi piedi:
tutte le greggi e gli armenti
e anche le bestie della campagna,
gli uccelli del cielo e i pesci del mare,
ogni essere che percorre le vie dei mari.

O Signore, Signore nostro,
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!

Ant. *Signore, quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra.*

G.: Lasciamo che la Parola del Signore illumini la nostra vita.

Canto: Ogni mia Parola

Dalla lettera di S. Paolo ai Romani

(12, 9-18)

La carità non sia ipocrita: detestate il male, attaccatevi al bene; amatevi gli uni gli altri con affetto fraterno, garegiate nello stimarvi a vicenda. Non siate pigri nel fare il bene, siate invece ferventi nello spirito; servite il Signore. Siate lieti nella speranza, costanti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera. Condividete le necessità dei santi; siate premurosi nell'ospitalità. Benedite coloro che vi perseguitano, benedite e non maledite. Rallegratevi con quelli che sono nella gioia; piangete con quelli che sono nel pianto. Abbiate i medesimi sentimenti gli uni verso gli altri; non nutrite desideri di grandezza; volgetevi piuttosto a ciò che è umile. Non stimatevi sapienti da voi stessi.

Non rendete a nessuno male per male. Cercate di compiere il bene davanti a tutti gli uomini. Se possibile, per quanto dipende da voi, vivete in pace con tutti.

Per aggiornare...

Quanto ci pare bella, persino sorprendente quando incontriamo la gentilezza. E quanto, allo stesso tempo, da vivere è quasi scomoda, disagiata. Tant'è che il nostro cuore la riserva per lo più a pochi e in precise circostanze. Forse perché la gentilezza non è nei modi, sebbene siano i modi che possono rivelarne l'esistenza. Forse perché la gentilezza è uno stato d'essere, dell'animo. Non riducibile alla cortesia o al garbo, anche se ne sono una possibile manifestazione.

Si può comunicare in modo garbato, senza essere maleducati, ma non significa che siamo gentili. Vi è persino chi è colto di sorpresa se si sente negata la gentilezza che crede di possedere, confondendola con l'assenza di maleducazione.

L'opposto della gentilezza non è la maleducazione, ma l'indifferenza, la distanza.

Per essere gentili, che è ben diverso dall'aver gentilezza, occorre solidità psicologica, molta. Occorre solidità per saper accogliere le persone prima di giudicarle, per riconoscerle prima di temerle, per vedere la loro umanità prima di vedere i loro errori. La gentilezza è nella capacità di farsi carico della vulnerabilità degli altri, con un sentimento di vicinanza e partecipazione. L'animo gentile trova le ragioni di un sorriso benevolo contro quelle dell'ostilità e della distanza. L'animo gentile vede l'invisibile bisogno di solidarietà degli altri, scorge i loro timori, intercetta la loro speranze, comprende le loro debolezze. Occorre dunque alla gentilezza la forza di non sentirsi assediati, la forza di non aver bisogno di difendersi, la forza di non confrontare, giudicare, soppesare. La forza di un amore per sé così grande da averne anche molto per gli altri.

È facile credere che la gentilezza sia una virtù dei perdenti, di chi non sa imporsi e difendere le proprie ragioni. È facile convincersi che via siano sempre vincenti o perdenti, di dover essere quindi sempre vigili, perché il rischio di essere sopraffatti, di subire ingiustizia è sempre incombente. In questo stato di vulnerabilità vigile e timorosa ogni gesto di benevolenza e gentilezza appare un rischio, che espone alla possibilità di essere danneggiati. Così si è avari di sorrisi, di apprezzamenti, di pazienza, di calma e di serenità.

Ma dove vi è gentilezza vi è speranza, vi è il primato del noi sulla solitudine dell'io.

Vi è anche da chiedersi perché essere gentili. Perché scegliere la gentilezza, quando così facilmente non viene ricambiata, se non addirittura criticata? Per se stessi, non per negoziare con gli altri una contropartita, che sia un grazie o un riconoscimento. La gentilezza ci rende persone migliori, ci rende resistenti, resilienti e capaci di serenità. Quando abbiamo nel cuore un sorriso benevolo di vicinanza con le persone, quando abbiamo nel cuore un sentimento di calore, questo stato d'animo ci consente di riconoscere in noi stessi una grande bellezza. È questa bellezza che possiamo essere per noi stessi che rende necessaria la gentilezza. *“Quando ti viene data la possibilità di scegliere se avere ragione o essere gentile, scegli di essere gentile”* (Wayne W. Dyer)

Per concludere ecco un piccolo decalogo di gesti gentili:

sorridi quando ascolti, taci se è meglio, abbassa la voce, cerca la fragilità non l'errore, difendi solo ciò che è indispensabile, dilleggia i tuoi timori, rimani a fianco, non arrivare alle conclusioni, cerca le parole, fermati a respirare...

Spunti e domande per la riflessione personale:

- ✓ *Faccio memoria di gesti di gentilezza ricevuti.*
- ✓ *Riporto a consapevolezza alcuni fatti, esperienze, relazioni in cui ho compiuto gesti gentili, affettuosi, quando ho espresso stima e riconoscenza. Rivedo i volti, riascolto le parole, riassaporo le emozioni.*
- ✓ *Ringrazio il Signore per questi doni ricevuti e offerti.*

- ✓ *Recupero i momenti in cui non ho dato spazio alla comprensione degli altri ma al giudizio e davanti a Dio chiedo scusa.*

Pausa lunga di silenzio

Preghiere

- *Signore, ti preghiamo per i giovani assetati di bene, perché ti riconoscano come la sorgente che realmente disseta.*
- *Signore, ti preghiamo per i giovani che cercano la felicità, perché sperimentino nelle relazioni la bontà e la tenerezza del tuo amore.*
- *Signore ti preghiamo per i giovani soli, disperati, senza lavoro, perché ritrovino speranza e fiducia in se stessi e in te.*

Preghiere spontanee

Segno

Padre nostro

Benedizione

(Benedizione a frate Leone, FF 262)

Il Signore ti benedica e ti custodisca,
mostri a te il suo volto e abbia misericordia di te.
Rivolga verso di te il suo sguardo e ti dia pace.
Il Signore benedica te.

Canto finale: Dove la carità è vera (M. Frisina) oppure Amatevi fratelli

