

La violenza in famiglia

Meditazione del vescovo Marco

Cari fratelli e sorelle, papa Francesco ha chiesto a tutte le chiese di prendersi particolare cura della famiglia. Allora come vescovo ho chiesto al Signore l'ispirazione del come possiamo prenderci cura della fede delle coppie cristiane, delle nostre famiglie... E allora ho pensato - credo che sia davvero un suggerimento del Signore - di trovare in questa casa del Santuario della Beata Vergine delle Grazie, come se fosse un' oasi per le nostre famiglie, un'oasi dove veniamo a dissetarci, dove cerchiamo l'acqua viva che viene da Dio e dove spero che tante persone che vivono anche momenti pesanti della vita personale, di coppia, come genitori, come figli, possano trovare qui innanzitutto il manto materno di Maria che li accoglie, ma anche alcuni sacerdoti che li possano ascoltare, accogliere, confortare, consigliare, e anche le suore clarisse si sono impegnate a intercedere per le varie richieste che impareremo a raccogliere, affinché le possano presentare a Dio. Questa sera iniziamo con un appuntamento che vorrei diventasse una consuetudine. Ogni mese ci troviamo qui, come stasera, con la disponibilità dei sacerdoti per la riconciliazione, preghiamo il Rosario per le nostre famiglie, celebriamo l'Eucaristia e poi possiamo continuare l'adorazione eucaristica e la riconciliazione.

Ogni volta meditiamo su un aspetto molto concreto della nostra vita di famiglie cristiane, e la nostra attenzione cadrà sulle relazioni che viviamo in famiglia, perché le relazioni sono esattamente ciò che ci fa a immagine di Dio. La Bibbia inizia dicendo "guai all'uomo solo". Dio ha creato maschio e femmina, uomo e donna a sua immagine, cioè ha voluto che l'umanità fosse relazionale, che per tutti noi le relazioni, in modo particolare quelle della famiglia, sono il luogo della più grande felicità, proprio perché sono la vittoria sulla solitudine, oppure anche perché sono il luogo delle più grandi ferite; di solito noi soffriamo a causa delle relazioni.

Questa sera, visto che siamo in Quaresima e la Quaresima è una farmacia dell'anima, propongo di riflettere sulla patologia di una malattia che è particolarmente pericolosa per la famiglia, che è **la violenza**. Non penso subito a quella *overdose* di massima violenza che porta dentro le case un odio o una gelosia che arrivano a uccidere, a sopprimere la persona che un giorno si è detto di amare con tutto se stessi. Non solo queste grandi, efferate violenze. Penso anche a tutte le piccole dosi di violenza che possono entrare nei nostri rapporti di famiglia.

La più subdola, la più nascosta, la più passiva di tutte le violenze, ma anche per certi versi la più amara è **l'indifferenza**. Viviamo sotto lo stesso tetto e magari anche per tantissimi anni, ma il cuore potrebbe arrivare a diventare così freddo nei confronti di qualcuno della nostra casa. L'indifferenza è proprio questo. In tante coppie in crisi, prima di tradirsi, i coniugi si trascurano. Trascurarsi significa violare quella promessa santa che nel matrimonio gli sposi si fanno: il mio sguardo sarà sempre attento a te. Questa è la verità: la promessa di una attenzione dello sguardo. Il tradimento in fondo è "distrarre", trarre via il mio sguardo dalla persona alla quale ho detto "ecco il mio sguardo sarà per te"; non mi

lascero dis-trarre, cioè attrarre da qualche altra persona che diventa a un certo punto più interessante. Attenzione a questa prima fonte di violenza che è l'indifferenza, non accorgerci dove è l'altro, dove ha il cuore, dove ha la sua prova, il perché è triste o torna a casa preoccupato, il perché non parla. Attenzione a non diventare insensibili.

Una seconda soglia di violenza che può essere presente nelle nostre case può avvenire attraverso **la parola, il linguaggio**. Gesù nel Vangelo ha detto: "Se uno dice all'altro stupido, se uno dice all'altro pazzo..." non è cosa da poco, ci sarà un giudizio, come per dire "guardate che ha un peso usare parole malevole nei confronti degli altri, anche dentro l'esperienza di casa. Ho letto una volta questa frase: "Matrimonio: parolone prima, paroline durante, parolacce dopo". Non penso che sia così, però stiamo attenti perché l'uomo è l'unica creatura che Dio ha dotato del linguaggio. Siamo creati secondo il Verbo, il *Logos* eterno, Parola di Dio, e siamo creati a immagine di Lui che è la Parola che si esprime fin dall'eternità, e perciò anche per noi uomini la parola è fondamentale. La parola è il dono supremo che abbiamo perché io con le parole posso svelarmi a te, posso aprirmi, posso raccontarti i segreti nascosti nella mia anima. Dopo che ti ho fatto una confidenza tra me e te le cose cambiano, si stringe un patto, ti ho reso partecipe di una parte intimissima della mia anima, perciò dalla parola nasce la comunicazione e perciò la comunione, a livelli anche molto profondi. Però la parola è capace anche del peggio, è capace del meglio, può edificare, può creare rapporti belli, ma la parola può anche ferire, può distruggere i rapporti.

Possiamo pensare a **due tipi di parola negativa**:

- La parola che **tradisce**. Tutti abbiamo fatto delle promesse, anche noi preti... La parola può contraddire quelle alte parole di promessa che un giorno ci siamo scambiati o per le quali ci siamo impegnati.
- C'è anche un'altra parola che ferisce, è la **parola menzognera**. Non occorre dire grandi falsità, ma tante volte ci sono quelle sfumature per cui senti che l'altro non ti sta consegnando una parola del tutto pulita, trasparente, cristallina. È una parola intorbidita di qualche complicità, di qualche compromesso, di qualche non-detto. La parola dunque può essere via per edificare la comunione profonda tra sposi, tra genitori e figli, tra fratelli, ma può essere anche una parola che logora, corrompe le nostre relazioni.

Vi vorrei consegnare una specie di antivirus di questa malattia della parola in famiglia: dobbiamo munirci di un bel vocabolario, bello spesso, ricco di tante parole positive e dovremmo fare un patto, anche nelle famiglie dove ci sono i bambini più piccoli (è bello che stasera ce ne siano di presenti): "Questa settimana useremo tutti queste tre/cinque parole, cercheremo di metterle in circolo il più possibile"; ecco questo è il modo per rivisitare il vocabolario. "Nessuna parola cattiva esca più dalla vostra bocca, ma soltanto parole buone, utili alla necessaria, vicendevole edificazione".

L'ultimo grado di violenza, la più devastante, è **la violenza interiore, l'ira**, che possiamo covare dentro il nostro cuore. Perché in famiglia tante volte ci arrabbiamo con lo sposo, la sposa, il figlio? Di solito ci arrabbiamo perché gli altri ci deridono, perché non sono esattamente come li avremmo immaginati, attesi, come li avremmo voluti. Ci deludono. È vero che non ci dobbiamo lasciare trattare male dagli altri. Però attenzione: non dobbiamo mai idealizzare le persone che ci vivono vicino a tal punto che dovrebbero essere così

perfette per poter convivere con noi. Dovrebbero essere esattamente conformi all'ideale di loro che ci siamo messi in testa. Poi mi deludono e allora reagisco male, impulsivamente, di scatto, e vengono tante volte fuori quelle parole pesanti e difficili da mandar giù, che rendono inquinata l'atmosfera di casa. Dopo una sfuriata non è vero che si può far subito la pace, è vero che tante volte le persone non dimenticano, a volte si rinfaccia "ma tu vent'anni fa hai detto così...". La parola cattiva detta con ira può davvero incidere dentro nell'animo. E allora come si può fare? perché i motivi per arrabbiarci in famiglia sono quotidiani. Dovremmo imitare Dio che nella Bibbia dice essere "lento all'ira", che tradotta bene questa espressione dovrebbe suonare così: "Dio ha delle grandi narici" e perciò fa dei grandi respiri. Quando ci arrabbiamo, cominciamo ad essere anche un po' eccitati e appannati nel respiro... Dio invece cosa fa? Mette a distanza le cose, fa dei grandi respiri. Tante volte lo diciamo anche noi agli altri: "Conta fino a dieci, fa cinque respiri profondi e magari ti passa un po' l'ira". Fare questi grandi respiri vuol dire la pazienza. Vuol dire che quando qualcuno ti ha deluso, al posto di reagire subito tirando fuori quell'aggressività e quello sdegno che viene spontaneo, cerca di mettere un po' a distanza le cose che ti hanno irritato. Sentire la rabbia è normale, acconsentire allo sfogo della rabbia significa lasciarci vincere dal male. san Paolo dice: "Non lasciatevi vincere dal male, ma vincete il male con il bene". Vi affido una cosa molto seria: state attenti a **non permettere alla rabbia, alla delusione di fare il nido dentro di voi**. Il Signore dice: "Non tramonti il sole sopra la vostra ira, non date occasione al diavolo", cioè se avete litigato, in queste 24 ore, cercate di chiudere la lite, e perciò è importantissimo che nelle nostre famiglie la sera ricomponiamo la pace anche attraverso i gesti; talvolta non riusciamo ad usare le parole giuste o non ci vengono le parole, però ci possono essere gesti semplici, non formali, veri, tipo quello di tendere semplicemente una mano, oppure sollevare lo sguardo piuttosto che tenerlo corruciato, tipo quello di darsi un bacio. Qualche volta non riusciremo neanche a fare un gesto, però cerchiamo nel nostro cuore di benedire il nostro sposo, sposa, figlio, fratelli con cui abbiamo avuto qualche cosa. È molto importante benedire laddove prima c'era stato un malumore, non lasciare transitare la situazione, perché altrimenti l'ira fa il nodo doppio, molto stretto alla memoria e non ci schiodiamo più il ricordo di episodi anche spiacevoli-amari che ci hanno coinvolto. San Paolo dice "**la carità non tiene conto del male ricevuto**". Tradotto bene, si direbbe: "**Non se lo porta annotato**", non segno sul block notes quante volte ti ho offeso, ti ho perdonato, non facciamo una sorta di partita doppia per vedere chi è creditore o chi debitore, non annotiamo il male ricevuto, perché questo vorrebbe dire fissarlo e allora diventa **rancore**. Il rancore sfasa le proporzioni per cui succede che uno si lascia scappare tanti sgarbi, però io lo giudico peggio di quello che è, un pregiudizio mi fa pensare che lui è sempre mosso da intenzioni cattive. È facile esagerare in famiglia. È molto importante fare questa pulizia di ogni forma di ira, rancore, amarezza.

Un padre antico ricorda: "Se tu vai a dormire e hai dentro la rabbia è come se tu tenessi un **cerino dentro al pagliaio**, si incendierà. Queste emozioni brutte della giornata nel sonno si depositano profondamente dentro di noi e in qualche modo si stratificano e poi ci alziamo che siamo ancora più corruciati, più amareggiati e avviliti. Gesù nel vangelo ci ricorda che "Se tuo fratello ha qualcosa contro di te o tu hai qualcosa contro di lui e stai venendo qui all'altare a portare la tua offerta, prima vai a fare il gesto di culto che io gradisco di più". Che cosa gradisce di più Dio da noi? La nostra pace. Dio fa i salti di gioia quando vede che i suoi figli sono in pace. La concordia e il mettere in pace i nostri cuori è indicato anche nel versetto "liberatevi dal peso dei vostri peccati".

Siamo in quaresima e ho voluto proporre una realtà che minaccia la bellezza del cammino familiare e cioè **la violenza**, come il Vangelo di oggi ce l'ha suggerita, come indifferenza, come parole dure, offensive, amare, come ira personale. Dio è un mare di misericordia. Possiamo buttare dentro questo mare tanti e tanti barili di acqua sporca, ma il mare di Dio non sarà mai contaminato dal nostro male, anzi noi buttiamo dentro tutto il marcio, il nero che abbiamo e sentiamo che in questo mare della misericordia di Dio anche tutto ciò che ci pesa addosso sarà ripulito, sarà liberato.