

## L'AMORE NON SI ADIRA

**Amoris laetitia 103-104:**

**Il nostro amore quotidiano – Senza violenza interiore**

**103.** Se la prima espressione dell'inno ci invitava alla pazienza che evita di reagire bruscamente di fronte alle debolezze o agli errori degli altri, adesso appare un'altra parola, *paroxynetai*, che si riferisce ad una reazione interiore di indignazione provocata da qualcosa di esterno. Si tratta di una violenza interna, di una irritazione non manifesta che ci mette sulla difensiva davanti agli altri, come se fossero nemici fastidiosi che occorre evitare. Alimentare tale aggressività intima non serve a nulla. Ci fa solo ammalare e finisce per isolarci. L'indignazione è sana quando ci porta a reagire di fronte a una grave ingiustizia, ma è dannosa quando tende ad impregnare tutti i nostri atteggiamenti verso gli altri.

**104.** Il Vangelo invita piuttosto a guardare la trave nel proprio occhio (*Mt 7,5*), e come cristiani non possiamo ignorare il costante invito della Parola di Dio a non alimentare l'ira: «Non lasciarti vincere dal male» (*Rm 12,21*), «Non stanchiamoci di fare il bene» (*Gal 6,9*). Una cosa è sentire la forza dell'aggressività che erompe e altra cosa è acconsentire ad essa, lasciare che diventi un atteggiamento permanente: «Adiratevi, ma non peccate; non tramonti il sole sopra la vostra ira» (*Ef 4,26*). Perciò, non bisogna mai finire la giornata senza fare pace in famiglia. «E come devo fare la pace? Mettermi in ginocchio? No! Soltanto un piccolo gesto, una cosina così, e l'armonia familiare torna. Basta una carezza, senza parole. Ma mai finire la giornata in famiglia senza fare la pace!». La reazione interiore di fronte a una molestia causata dagli altri dovrebbe essere anzitutto benedire nel cuore, desiderare il bene dell'altro, chiedere a Dio che lo liberi e lo guarisca: «Rispondete augurando il bene. A questo infatti siete stati chiamati da Dio per avere in eredità la sua benedizione» (*1 Pt 3,9*). Se dobbiamo lottare contro un male, facciamolo, ma diciamo sempre “no” alla violenza interiore.

**In ascolto di Gesù Verità: Mt 5,20-24.29-30.33-48**

*«In verità vi dico: se la vostra giustizia non sorpasserà quella degli scribi e farisei, non entrerete nel regno dei cieli. Avete inteso che fu detto agli antichi: Non ucciderai; infatti chi uccide è sottoposto al*

*giudizio. Io, invece, vi dico: chiunque s'adira con il suo fratello sarà sottoposto al giudizio. Chi dice al suo fratello: stupido, sarà sottoposto al sinedrio. E chi gli dice: pazzo, sarà sottoposto al fuoco della Geenna. Se dunque tu sei per deporre sull'altare la tua offerta e là ti ricordi che tuo fratello ha qualcosa a tuo carico, lascia la tua offerta davanti all'altare e va' prima a riconciliarti con tuo fratello; dopo verrai ad offrire il tuo dono. [...] Se il tuo occhio destro ti è motivo di inciampo, càvalo e gettalo via da te; infatti è meglio per te che un tuo membro perisca, anziché tutto il tuo corpo venga gettato nella Geenna. E se la tua mano destra ti è motivo d'inciampo, troncala e gettala via da te; infatti è meglio per te che un tuo membro perisca, anziché tutto il tuo corpo vada a finire nella Geenna. [...] Avete ancora inteso che fu detto agli antichi: Non spergiurerai, ma manterrai al Signore i tuoi giuramenti. Io invece vi dico di non giurare affatto: né per il cielo, che è il trono di Dio; né per la terra, che è lo sgabello dei suoi piedi; né per Gerusalemme, che è la città del gran Re. Neppure per la tua testa giurerai, poiché non hai il potere di far bianco o nero un solo capello. Sia il vostro linguaggio: sì, sì; no, no; il superfluo procede dal maligno. Avete inteso che fu detto: Occhio per occhio e dente per dente. Io invece vi dico di non resistere al male; anzi, se uno ti colpisce alla guancia destra, volgigli anche la sinistra. A uno che vuol trascinarti in giudizio per prendersi la tunica, dai anche il mantello; se uno ti vuol costringere per un miglio, va' con lui per due. A chi ti chiede, da'; se uno ti chiede un prestito, non volgergli le spalle. Avete inteso che fu detto: Amerai il prossimo tuo e odierai il tuo nemico. Io invece vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli, il quale fa sorgere il suo sole sui cattivi come sui buoni e fa piovare sui giusti come sugli empì. Qualora infatti amaste solo quelli che vi amano, che ricompensa avreste? Non fanno lo stesso anche i pubblicani? E se salutate soltanto i vostri fratelli, che cosa fate di speciale? Non fanno lo stesso anche i gentili? Voi dunque sarete perfetti, come perfetto è il Padre vostro che è nei cieli».*

Il discorso della montagna, nella versione di Matteo, contiene numerose istruzioni di Gesù in merito al comportamento che caratterizza il vero discepolo: egli è colui che non soltanto adempie la legge, ma ne supera e ne porta a compimento perfetto le prescrizioni, aggiungendo al dovere della giustizia l'apertura del cuore che viene dall'osservanza del nuovo comandamento di Gesù, quello dell'amore. Si tratta di un comandamento che invita alla mitezza e alla docilità, ma che impegna

seriamente il discepolo: se questi dovesse dimenticarsene, cedendo alla tentazione di applicare esclusivamente la giustizia, dura sarà la punizione del Padre, perchè Egli è primariamente misericordia, e vuole che i suoi figli siano capaci di amore come Lui. Le parole che Gesù usa non lasciano adito a dubbi: il quinto comandamento, con il quale prende le mosse la pericope, non riguarda soltanto l'azione di togliere la vita a qualcuno, ma si estende a tutti gli atti che offendono e mortificano le persone.

Tra questi c'è l'ira, la violenza del cuore, l'aggressività che ci fa vedere gli altri come nemici e ci induce a maltrattarli, ad esasperarli, a togliere loro la gioia, la pace, il gusto dell'esistenza, fino a ucciderli dentro. E' un rischio che si corre in tutti i contesti, anche in quello della famiglia, dove l'intimità della vita rende più facile cedere all'ira, alle offese e alle parole taglienti, che annichiliscono la personalità dell'altro: si tratta degli effetti della nostra concupiscenza, che Gesù invita a tenere d'occhio con radicalità, trovando il coraggio di privarci di ciò che ci induce a peccare (*se il tuo occhio ti è occasione di scandalo, cavalo*). L'amore vero non si adira, come ricorda san Paolo, ma sa accompagnare l'altro nelle sue mancanze e guardarlo con tenerezza, e sa praticare il perdono autentico, che ha più valore di qualunque opera di pietà religiosa, come ammonisce Gesù (*lascia lì il tuo dono e vai a riconciliarti con tuo fratello*): l'amore vero usa parole franche ma mai offensive (*sia il vostro parlare sì, sì, no, no, il resto viene dal maligno*), e induce a superare sè stessi per il bene dell'altro.

E' l'amore autentico che fa compiere azioni straordinarie nell'ordinario (*a chi ti percuote una guancia, porgi anche l'altra..*), e rende capaci di non lasciarsi vincere dal male, ma di vincere il male con il bene (*io vi dico di non opporvi al malvagio*). In tal modo, l'amore vero manifesta di essere di origine sovrumana, ed è una testimonianza silenziosa di fede: solo chi è amico di Dio può amare anche i suoi nemici e pregare per chi lo perseguita (*perchè siate figli del Padre vostro celeste che fa sorgere il sole sopra i malvagi e sopra i buoni*), distinguendosi così dai pagani, che sono capaci anch'essi dell'amore umano, quello che ricambia il bene ricevuto, ma non è espressione di una vita nuova in Cristo. La nostra chiamata è ad essere perfetti, come è perfetto il Padre nostro celeste: la retroversione aramaica del termine greco ci induce ad assegnare diversi significati a questa perfezione, ma tra essi il più compiuto è quello che individua la perfezione nell'amore di misericordia, quello che sa soccorrere l'altro e restituirgli la dignità autentica dei figli di Dio. Tale amore connota il Padre, è eterno come Lui, ed è la virtù più grande, l'unica che resta. (Laura C. Paladino)

## **Amoris laetitia 269-270: coltivare la capacità di non adirarsi nella famiglia**

**269.** La correzione è uno stimolo quando al tempo stesso si apprezzano e si riconoscono gli sforzi e quando il figlio scopre che i suoi genitori mantengono viva una paziente fiducia. Un bambino corretto con amore si sente considerato, percepisce che è qualcuno, avverte che i suoi genitori riconoscono le sue potenzialità. Questo non richiede che i genitori siano immacolati, ma che sappiano riconoscere con umiltà i propri limiti e mostrino il loro personale sforzo di essere migliori. Ma una testimonianza di cui i figli hanno bisogno da parte dei genitori è che non si lascino trasportare dall'ira. Il figlio che commette una cattiva azione, deve essere corretto, ma mai come un nemico o come uno su cui si scarica la propria aggressività. Inoltre un adulto deve riconoscere che alcune azioni cattive sono legate alle fragilità e ai limiti propri dell'età. Per questo sarebbe nocivo un atteggiamento costantemente sanzionatorio, che non aiuterebbe a percepire la differente gravità delle azioni e provocherebbe scoraggiamento e irritazione: «Padri, non esasperate i vostri figli» (*Ef* 6,4; cfr *Col* 3,21).

**270.** La cosa fondamentale è che la disciplina non si tramuti in una mutilazione del desiderio, ma in uno stimolo per andare sempre oltre. Come integrare disciplina e dinamismo interiore? Come far sì che la disciplina sia un limite costruttivo del cammino che deve intraprendere un bambino e non un muro che lo annulli o una dimensione dell'educazione che lo inibisca? Bisogna saper trovare un equilibrio tra due estremi ugualmente nocivi: uno sarebbe pretendere di costruire un mondo a misura dei desideri del figlio, che cresce sentendosi soggetto di diritti ma non di responsabilità. L'altro estremo sarebbe portarlo a vivere senza consapevolezza della sua dignità, della sua identità singolare e dei suoi diritti, torturato dai doveri e sottomesso a realizzare i desideri altrui.

### **Riflessioni personali o di coppia**

- *Sono vittima dell'ira, e mi capita di nutrire sentimenti di rabbia che non riesco ad esternare e che mi inducono a guardare con diffidenza e giudizio il mio prossimo?*
- *Sono capace di vivere in famiglia relazioni improntate al perdono?*
- *Siamo capaci, come coppia, di accompagnare la crescita dei nostri figli con equilibrio, combattendo i comportamenti viziati e insegnando quelli corretti senza dare spazio ad eccessi che producano scoraggiamento o esasperazione?*