

Parrocchia della B.V. del Carmine
Incontro con le famiglie dei bimbi battezzati
Domenica 18 giugno 2017

IL SORRISO



COSA E' IL SORRISO ?

E' un gesto di affetto spontaneo, gratuito, istintivo. E' una espressione del viso che trasmette/provoca sentimenti e sensazioni positive in chi lo dà e in chi lo riceve.

Il sorriso è espressione di gioia, di accoglienza e di serenità. Un sorriso regalato dopo una giornata faticosa riempie il cuore. Saper sorridere soprattutto nelle situazioni di difficoltà non è un segno di poca serietà ma dimostra fiducia e speranza nonostante le delusioni affrontate nella propria quotidianità.

Anche la Bibbia parla di gioia e di sorriso. *“Possa tu avere molta gioia!”* è il saluto rivolto dall'angelo a Tobia (Tb 5,11). E il Siracide aggiunge: *“Non abbandonarti alla tristezza, non tormentarti con i tuoi pensieri. La gioia del cuore è la vita per l'uomo, l'allegria di un uomo è lunga vita!”* (Sir 30,22-23). *“Dio ama chi dona con gioia”* (Sir 35,11; 2Cor 9,7).

PERCHE' IL BIMBO SORRIDE AI GENITORI ?

Il neonato inizia verso i tre mesi a fare i primi sorrisi, spesso buffi e “sbilenchi”. Per il bimbo sono una vera e propria conquista perché è il suo primo vero modo di comunicare a papà/mamma (e anche a nonni, fratelli, a tutti) e subito viene ricambiato da altrettanti sorrisi!

I genitori sono molto orgogliosi e pieni di gioia a vedere il proprio bimbo sorridere perché significa che è contento, sereno.

I bimbi piccoli e anche più grandicelli sorridono e ridono moltissime volte in un giorno. E ciò rallegra i propri genitori e gli adulti in genere che sono purtroppo molto più pensierosi. I bimbi sorridono sempre perché vivono con gioia giorno per giorno, non si lasciano intristire dalle preoccupazioni per il domani! Dobbiamo imparare dai nostri bimbi a prendere la vita così come viene senza troppe ansie o aspettative !

PERCHE' IL GENITORE SORRIDE AI PROPRI BIMBI?

E' importante che anche i genitori sorridano spesso ai propri figli! Il sorriso del genitore è fondamentale, perché il bimbo si sente accettato, benvenuto, gli dà sicurezza, fiducia nelle proprie capacità.

Ci sono tante occasioni per sorridere ai nostri figli:

- per esprimergli il nostro affetto, per farlo sentire ben accolto
- per dargli sicurezza/incoraggiamento di fronte a una nuova conquista di autonomia (quando inizia a camminare, ad entrare all'asilo, ad andare in bici.....)
- per farlo sentire accettato/perdonato quando combina uno sbaglio/un "disastro" in casa
- per rassicurarlo/consolarlo quando piange dopo una caduta, una delusione
- per calmarlo quando è arrabbiato o fai capricci: x sdrammatizzare la situazione basta un po' di solletico!

MAMMA, PAPÀ PERCHÉ NON SORRIDI ?

Nella nostra vita familiare e realtà quotidiana queste sono le domande che molto spesso e purtroppo ci rivolgono le nostre figlie: *mamma, papà, perché non sorridi? Perché hai la faccia triste? Perché sei arrabbiato?* E queste le risposte: *Perché sono stanco, ho lavorato, ho mal di testa, non ho voglia, ho trascorso una brutta giornata, sto pensando ad un'altra cosa.*

Ma i bambini non comprendono queste risposte e non vogliono comprenderle perché il sorriso per loro è il mezzo unico e più immediato per ricevere gioia, felicità, buonumore, in una parola: sentirsi amati sempre. Questo, innanzitutto, consente loro di star bene, sicuri di poter contare su quell'unico gesto, anche se, una marachella è stata appena commessa.

SORRIDERE IN FAMIGLIA

Se in alcune occasioni sorridere è un'espressione molto semplice e spontanea in tante altre non è così: a tal proposito in riferimento al "sorridere in famiglia" occorre dire che alcune volte diventa davvero difficile e impensabile, se non fuori luogo...eppure a pensarci bene farlo ci fa star bene.

Pertanto “sorridere” vuol dire divertirsi con i nostri bambini; è un aspetto necessario, da non sottovalutare e trascurare. Sorridere e divertirsi con i bambini non significa che l’autorevolezza debba sparire, deve solo essere ricalibrata. Possiamo anche imporre l’autorità sorridendo, non per forza urlando. Divertirsi con loro anche da subito, dopo una sgridata, chiedergli di farci un sorriso o di riceverlo: sicuramente ciò che è necessario per costruire un rapporto basato sul sorriso, è il tempo da dedicare ai figli.

Esempi: sorridere a letto prima della nanna dopo aver letto una storia e ricordato i diversi avvenimenti delle giornate; sorridere per una pietanza preparata insieme e non piaciuta a nessuno; sorridere guardando foto in cui eravamo di buonumore.

SI PUO’ EDUCARE AL SORRISO?

Se riceviamo o doniamo un sorriso ci sentiamo bene, accettati, consolati, amati. Con il sorriso ci diciamo: “ti voglio bene” oppure “non preoccuparti, andrà tutto bene”. Sono messaggi che fanno bene al cuore.

Quindi educiamoci al sorriso, impariamo dai nostri bimbi a sorriderci di più, soprattutto in famiglia, tra marito e moglie, tra genitori e bimbi, e poi il sorriso diventerà contagioso anche per tutte le altre persone!

Riscopriamo il potere di questo gesto, così semplice, che in molte circostanze vale più delle parole ed è più sincero !

IL SORRISO NELLA COPPIA E NELLA FAMIGLIA

- *Per comunicare e condividere il nostro benessere interiore*

Sin dal mattino al risveglio, l’augurio di una buona giornata ai nostri familiari acquista un significato diverso se accompagnato da un sorriso. In questo modo non solo carichiamo positivamente chi ci sta attorno ma esprimiamo in maniera autentica e libera il nostro stato d’animo.

- *Per superare i momenti di incomprensione reciproca*

Durante un litigio un sorriso serve a sdrammatizzare e ad allentare la tensione comunicando la volontà di riconciliarsi. In questo caso è comunque necessario un piccolo sforzo che richiede il dover mettere da

parte il proprio orgoglio.

- *Per reagire alle nostre personali difficoltà*

Attraverso il sorriso possiamo anche ironizzare sui nostri difetti e sui nostri errori così da ridimensionarli evitando che condizionino la relazione con gli altri, la serenità interiore e la nostra autostima.

PER RIFLETTERE INSIEME

- *Riesco a sorridere di fronte alle piccole difficoltà di ogni giorno?*
- *Ricordo una occasione in cui con il sorriso sono riuscita/o a drammatizzare una situazione difficile?*
- *Riconosco l'importanza dell'atteggiamento gioioso verso il prossimo come testimonianza dell'amore di Dio?*

PREGHIERA

Un sorriso non costa nulla e rende molto.

Arricchisce chi lo riceve, senza impoverire chi lo dona.

Non dura che un istante, ma il suo ricordo a volte è eterno.

Nessuno è così ricco da poterne fare a meno.

Nessuno è così povero da non poterlo donare.

Crea felicità in casa,

è segno sensibile dell'amicizia profonda.

Un sorriso dà riposo alla stanchezza.

Nello scoraggiamento rinnova il coraggio.

Nella tristezza è consolazione.

D'ogni pena è naturalmente rimedio.

E' un bene che non si può comprare, prestare o rubare,

Poiché esso ha valore solo nell'istante in cui si dona.

E poi se incontrerete

chi non vi dona l'atteso sorriso,

siate generosi e donategli il vostro:

perché nessuno ha tanto bisogno di un sorriso

come chi non sa regalarlo agli altri.

Madre Teresa di Calcutta.