

rispetto degli uni verso gli altri con semplicità e leggerezza, non con vuota (= vuota) cerimoniosità.

Guardando i genitori, i figli imparano quello "stare a tavola con gli altri" che sarà fondamentale nella loro vita sociale. Il mangiare insieme

porta istintivamente alla convivialità e alla comunione: la condivisione dello stesso cibo **risveglia la condivisione della vita.**

L'atmosfera di solito si fa spontaneamente gioiosa **ed è facile che sbocci il dialogo.** Tocca naturalmente ai genitori creare un clima di scambio autentico, insegnando con l'esempio quanto sia importante comunicare ed ascoltarsi a vicenda. Uno dei momenti più belli è il gioco «Cosa è successo oggi?».

Sedersi in pace a tavola è il modo migliore per ritrovare la forza dei legami. Ai bambini piccoli piace **ricordare con i genitori le cose che sono successe durante il giorno, che cosa hanno fatto oppure chi hanno visto.** Cose che altrimenti andrebbero perse e dimenticate sono ricordate e messe insieme e le **minuzie della vita di tutti i giorni**, qualunque cosa, dal trovare una coccinella sotto una foglia all'andare a trovare la nonna, **possono essere rivissute e considerate importanti.**

Se abbiamo avuto dei momenti difficili nella giornata, quando i bambini sono stati disobbedienti o ci siamo arrabbiati, spesso è utile ricordare anche queste cose, se riusciamo a farlo in un modo che non susciti ulteriore ira o che non sembri un rimprovero. È salutare per i bambini capire che possiamo essere molto arrabbiati con loro, ma che poi tutto passa e il rapporto rimane intatto.

Per una mamma e un papà la cena o un pranzo festivo possono diventare un momento vitale di trasmissione di valori, giudizi, idee. Senza dimenticare la necessità di qualche invito a "mangiare fuori", a tu per tu, tra moglie e marito o tra un genitore e un figlio. **È il modo migliore per ritrovare la forza dei legami.**

Anche Gesù, del resto, ha fatto e detto le cose più importanti durante un pranzo o una cena e la mèta finale dei cristiani è chiamata anche il "banchetto eterno".

educare

da: BRUNO FERRERO, *Il Bollettino Salesiano* - rubrica *Come Don Bosco*

Ai bambini piace ricordare con i genitori le cose che sono successe durante il giorno, chi hanno visto.

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA
www.ilgrandeducatore.com

Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

SCHEDA

101

GIALLA

serie
EDUCARE LA FAMIGLIA CON LA FAMIGLIA

Supplemento della rivista "Educatori di vita"
ilgrandeducatore@gmail.com



L'EDUCATORE

Riscoprire la convivialità

**SEDESI IN PACE A RICORDARE
GLI AVVENIMENTI DÀ SIGNIFICATO
E IMPORTANZA ALLA GIORNATA**

Perché **la convivialità, il pasto condiviso**, per gli esseri umani è un'azione fortemente simbolica. È un momento unico, in qualche modo sacro, in cui un gesto materiale come il nutrirsi diventa spirituale: **non si nutre solo il corpo ma anche, e forse soprattutto, lo spirito.**

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB.
Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

Dalla cucina, come al solito, la mamma disse:

«È pronto!».

Il marito, che leggeva il giornale, e i due figli, che guardavano la televisione e ascoltavano musica, si misero rumorosamente a tavola e brandirono impazientemente le posate.

La mamma arrivò. Ma invece delle solite, profumate portate, **mise in centro tavola un mucchietto di fieno.**

«Ma... ma!», dissero i tre uomini.

«Ma sei diventata matta?».

La mamma li guardò e rispose serafica:

«Be', come avrei potuto immaginare che ve ne sareste accorti? Cucino per voi da vent'anni e in tutto questo tempo non ho mai sentito da parte vostra una parola che mi facesse capire che non stavate masticando fieno».



Il pasto comune può diventare il cuore pulsante dell'educazione familiare.

In tutte le culture umane condividere il cibo è segno di festa. Anche nella nostra vita i grandi avvenimenti sono stati segnati da pranzi o cene speciali.

La prima comunione, il matrimonio, perfino il funerale in molte parti del mondo sono solennizzate con un pasto diverso dal solito con la partecipazione delle persone più care. Anche una laurea, una rimpatriata tra amici, una vittoria sportiva.

Il mangiare insieme in qualche modo "fa e ritualizza" la festa. Anche per questo il mangiare insieme è demarcato da una serie di "leggi" e di "etichette" **che lo arricchiscono come atto umano.** Tutto questo un tempo riguardava da vicino la famiglia.

Una signora rievoca, con un filo di rimpianto:

«Uno dei ricordi più vivi della mia infanzia si riferisce a

quando mio padre tornava a casa dal lavoro alle sei e mezzo di sera. Io e mio fratello lo sentivamo suonare il campanello più volte, per gioco, fino a quando uno di noi due non andava ad aprirgli la porta.

Di solito, noi eravamo in cucina, a fare i compiti o a guardare la televisione e lanciavamo grida d'entusiasmo nel sentire quel familiare scampanello. Ci precipitavamo giù per le scale, spalancavamo la porta di casa e a quel punto lui ci diceva:

"Be', come mai ci avete messo tanto?". Era il momento migliore della giornata.

C'è un altro ricordo che mi accompagnerà per sempre e si riferisce a quello che per mio padre era un vero rito quotidiano: la cena. Ci accomodavamo a tavola tutti insieme e poi lui, posando una mano sul braccio della mamma, diceva:

"Ma voi due lo sapete che avete la mamma più straordinaria del mondo?". Era una frase che amava ripetere tutte le sere».

Il momento sacro del pasto comune. Anche le famiglie di oggi, distratte da ritmi forsennati, orari incompatibili, impostazioni e mentalità diverse, devono ritrovare, per quanto è possibile, il momento sacro del pasto comune. **Può effettivamente diventare il cuore pulsante dell'educazione familiare,** un momento d'intensa comunione e quindi d'intensa felicità, **perché è fatto di molte cose importanti:**

- ✓ **un orario da rispettare,** come un appuntamento importante e gioioso;
- ✓ **poi la preparazione,** in cui ciascuno deve avere una parte, come gesto di servizio e di attenzione verso gli altri;
- ✓ **piccoli segni,** come i tovaglioli ben piegati, le posate e i piatti disposti con cura, qualche fiore o una candela **dicono la tenerezza del momento.**

Deve essere un momento di vera partecipazione: **non esistono cameriere né maggiordomi.** Il modo di vestirsi, accomodarsi e servirsi devono comunicare il



Anche per i nonni un pranzo festivo può diventare un momento vitale di trasmissione di valori, giudizi, idee.