
Come vivi il Natale?

Autore: Antonella Ritacco

Fonte: Città Nuova

I diversi modi di relazionarsi con il tempo di festa in uno dei momenti centrali dell'anno

Le feste sono in genere molto attese, in particolare da bambini ed anziani. Per i primi sono l'occasione di ricevere regali speciali ed attenzioni, per rivedere i cugini, per avere più tempo libero e meno impegni di scuola. Per gli anziani sono l'occasione per non essere soli, per ritrovarsi in famiglia, per fare il bilancio, a volte più roseo ed a volte più grigio, di come e quanto la famiglia generata sappia e possa essere famiglia. Nell'immaginario comune quando si pensa al Natale vengono in mente l'allegria, l'attesa, lo stare insieme, le tradizioni, i preparativi, gli addobbi, i regali. Ma non solo. Nell'esperienza di molti ci sono altri tipi di associazioni mentali: l'assenza, la solitudine, il tempo che non basta mai, i costi dei preparativi, le richieste di regali non sempre esaudibili. È l'altra faccia del Natale che si colora della personale esperienza di ciascuno e che talvolta si fa fatica anche a condividere, tra la fretta di chi non riesce, per suoi propri motivi, ad ascoltare e la voglia di chi vorrebbe trovare un po' di condivisione. In ogni caso il Natale resta per tutti una festa molto importante, coronata di tanti addobbi e tanto folklore. In mezzo a tutto questo sfarzo, esso è da un lato capace di coinvolgere coloro che non credono nel significato originario del Natale, dall'altro rischia di trasformare il suo significato originario. **Come vivono, la maggior parte delle persone, i preparativi per le feste natalizie?** Grazie alla sua variegata conformazione ed alle sue tradizioni familiari o regionali, il Natale permette a tutti di poter trovare il proprio modo di esprimere i sentimenti legati a questa festa. C'è **chi è tradizionalista** e della festa in famiglia, con i ritrovi tra i parenti, proprio non può farne a meno. In qualunque modo la si organizzi va sempre bene. Tra questi c'è **chi ha uno spirito organizzativo** e sarà propenso ad articolare un ricco programma perché ciascuno possa trovarsi a suo agio, dai più piccoli, ai giovani e agli adulti fino agli anziani. Se dotato di spirito di collaborazione apprezzerà anche l'aiuto degli altri, se è propenso a fare da solo sfodererà le sue mille braccia. Se invece **ha uno spirito giovanile** non vedrà l'ora che arrivino le feste per poter fare qualcosa di nuovo, rinnovando le tradizioni, trasformandole in occasioni sempre nuove per stare bene insieme. C'è **chi è più introspettivo** e vorrà viverli ogni momento attribuendo senso e significato ai numerosi aspetti di questa festa. Può essere che per indole è **una persona un po' solitaria** a cui farà fatica essere presente alle ricorrenze di famiglia, e stare dietro ai tempi solo apparentemente più flessibili con le giornate così ampiamente organizzate. Oppure potrebbe essere **una persona con un profondo senso spirituale** che potrebbe voler trascorrere in ambienti spirituali i momenti salienti delle festività, come ad esempio la propria comunità d'appartenenza o luoghi altamente significativi della storia cristiana. C'è **chi è alternativo** e da mesi ha già prenotato un volo con famiglia o amici, l'importante è fare qualcosa di bello e di nuovo, non è sempre importante il dove. Se si **ha anche uno spirito altruista** si potrebbe voler vivere, da soli o con la famiglia, un Natale alternativo in cui mettersi a disposizione degli altri, aprendo la propria casa o partecipando alle numerose iniziative delle associazioni di volontariato che certamente non mancano, in modo particolare nella medio-grandi città. C'è **chi "Vorrei ma non posso!"** e non solo per la crisi in corso. A volte si tratta di un problema economico, a volte di un problema umorale, a volte di entrambi. Chi vive una difficoltà economica sa che dovrà essere morigerato nelle spese: addobbi, regali e gourmet svuotano le tasche con grande facilità. Non è il caso di deprimersi. Se il primo pensiero è di dover rinunciare agli addobbi o ai regali, lasciate libera la fantasia e la creatività per valorizzare i vecchi addobbi ricombinandoli, utilizzate materiale di riciclo per inventarne di nuovi, in internet si possono trovare molti tutorial ed anche questo potrà essere un momento bello da condividere con parenti, amici e familiari. Anche i regali possono essere dei piccoli pensieri fatti a mano proprio per la persona, il tempo donato per l'altro è già di per se stesso un grande regalo. Tra queste persone c'è

anche **chi soffre di disturbi affettivi stagionali** e durante questo tempo diventa ancora più sensibile ai cambi di umore. Sono queste le persone che le ricerche individuano come le più fragili, quelle che più di altri soffrono per non riuscire a provare anche loro la stessa gioia diffusa che tanti vivono in questo tempo di festa. Spesso risentono del non ricevere auguri personalizzati ma solo auguri virtuali, come la nostra epoca e la fretta spingono a fare. Ieri e oggi Se un tempo l'idea di festa era molto legata alle tradizioni oggi la grande varietà di stili comportamentali e di preferenze trova spazio per essere valorizzata. Una cosa sembra persistere: **il bisogno di attenzione personale che caratterizza l'essere umano**, quella vicinanza e condivisione che può sempre emozionare e valorizzare ciascuno. Ce ne è dunque per ciascuno. Conviene comunque ricordare che l'atteggiamento e la predisposizione per un modo o un altro di viverci il Natale cambiano nelle diverse fasi della vita, così come tante altre cose, si rinnovano. E questo è Natale!