

GENTLETUDE Organizzazione senza scopo di lucro attiva a Lugano e a Milano

«Ecco come diffondiamo il "virus" della gentilezza»

PAGINA A CURA DI

Cecilia Brenni

Salutare, sorridere, dire «grazie», perdonare. Gestì semplici ma spesso trascurati nella nostra quotidianità. Ci si dimentica di ringraziare il cameriere che serve il caffè, si ignora l'anziano sull'autobus per non cederli il posto, si cerca di scavalcare la fila senza dare precedenza. Da un paio d'anni c'è qualcuno che ha deciso di impegnarsi per diffondere la "malattia" della gentilezza. Si tratta di "Gentletude", un'organizzazione senza scopo di lucro attiva a Lugano e a Milano. Ne abbiamo parlato con la responsabile progetti Maria Cristina Cattoni.

Oscar Wilde scrisse: «È sempre facile essere gentili con le persone di cui non ci importa nulla». Insomma la gentilezza è un argomento controverso, che pone molti interrogativi, filosofici e psicologici.

Più che quello occidentale, il tema sembra interessare il pensiero orientale, da sempre rivolto alla mitezza e alla non violenza. Di questi tempi poi, l'impressione è che la crisi abbia fatto diventare le persone più aggressive e incattivite. Parallelemente vi sono diversi movimenti che a livello internazionale stanno promuovendo un ritorno al senso di comunità. Sono i legami interpersonali che ci permettono di affacciarci sul mondo. Normalmente durante le festività trascorriamo più tempo con i nostri cari, siamo più disponibili ad ascoltare i racconti dei nostri figli, cuciniamo con i nostri genitori... e mangiamo insieme. Perché non far diventare una buona abitudine, da ripetersi magari ogni fine settimana, il sedersi a tavola tutti insieme, spegnendo la televisione e chiacchierando con i nostri famigliari? Semplici gesti che nel corso dell'anno stiamo sempre più dimenticando (tanto che il 46% degli intervistati per la ricerca Gentletude 2012 ha risposto che parole come "mi manchi, ti voglio bene, posso?" sono sempre meno usate in famiglia).

Ci può spiegare come mai molti dei vostri progetti riguardano la scuola?

Le ricerche dimostrano che i bambini che studiano in un ambiente scolastico sereno, imparano ad un ritmo più veloce e sono nel complesso più felici. Per questo motivo, per promuovere la gentilezza nelle scuole, contrapposta alla violenza e al bullismo, abbiamo deciso di indire un concorso di disegno. L'iscrizione, come si può vedere sul nostro sito internet (www.gentletude.com), deve essere effettuata entro il 15 aprile. Decreremo una classe vincitrice per ogni tipologia di scuola e un vincitore tra i singoli partecipanti. Infine, tutti i disegni

Quest'anno l'associazione coinvolgerà fotografi professionisti e studenti per la seconda edizione di "Gentletude Award". Il tema sarà declinato in tutte le sue sfumature.

entreranno a far parte di una mostra itinerante.

Altri progetti?

Da qualche mese siamo attivi su facebook, dove condividiamo quotidianamente temi gentili. Segnaliamo fotografie, citazioni, film, ma anche azioni di gentilezza che abbiamo vissuto personalmente. Di solito chiediamo ai nostri interlocutori di segnalarci le persone gentili che hanno incontrato, o i luoghi. Siamo sempre alla ricerca di persone che abbiano qualcosa da dirci a questo riguardo. Stiamo infatti per lanciare una campagna sostenitoristica per dare vita a una vera e propria comunità.

Ci parli della seconda edizione del Gentletude Award.

Quest'anno abbiamo deciso di coinvolgere fotografi professionisti e studenti di fotografia. Ai partecipanti abbiamo chiesto di inviarci uno scatto che, secondo la loro sensibilità, possa rappresentare al meglio il concetto di gentilezza. Pensiamo a questo tema declinato in tutte le sue sfumature, dalla solidarietà verso il prossimo al rispetto per l'ambiente che ci circonda.

Le ricerche dimostrano che i bambini che studiano in un ambiente scolastico sereno, imparano ad un ritmo più veloce e sono nel complesso più felici.

da, dalla sincerità alla gratitudine, che giorno dopo giorno vengono a mancare nella nostra società. Il concorso è aperto fino al 13 luglio. Il 1. settembre i lavori verranno valutati dalla giuria presieduta da Gianni Berengo Gardin, mentre il vincitore verrà reso noto il 16 settembre.

Altre iniziative riguardano il luogo di lavoro.

Il luogo di lavoro può essere per alcuni una "seconda casa", per altri una "trincea", mentre altri ancora lo percepiscono come una "miniera". In tutti e tre i casi, a mio parere,



«Sono i legami interpersonali che ci permettono di affacciarci sul mondo», sottolinea Maria Cristina Cattoni.

esiste un indice di malfunzionamento. La "seconda casa" odora di workalcoholic, di vita privata arida, piatta. La "trincea", richiama alla mente emergenza, caos, agonismo, guerre tra bande di fazioni opposte; insomma un odore di ferro, fuoco e sangue. La "miniera", ravviva immagini di cose preziose, ma se associata al lavoro penso a schiavitù, condizioni pietose, demotivazione, rassegnazione. Per promuovere i comportamenti gentili in azienda abbiamo deciso di pubblicare, in collaborazione con la Camera del Commercio del Cantone Ticino, l'opuscolo "L'azienda organica: i comportamenti da promuovere per un'impresa felice".

Un concetto di gentilezza a 360 gradi.

Sì, l'idea è quella di allargarsi ogni anno a un tema nuovo. Il 2013 è stato proclamato dall'UNESCO "anno internazionale della cooperazione idrica", per stimolare tutti noi a riflettere sull'importanza dell'acqua e sulle sfide legate alla sua gestione e condivisione, soprattutto nei Paesi in via di sviluppo. Da parte nostra promuoviamo anche alcuni gesti come non far scorrere a vuoto l'acqua dai rubinetti, prestare attenzione alla tipologia di rifiuti per differenziarli correttamente, acquistare prodotti in materiale

riciclato... Perché non provare, per quest'anno, a sviluppare qualche nuova buona abitudine? Questi sono solo alcuni piccoli spunti, ma ognuno di noi può trovare il proprio modo per trasformare il mondo in un luogo più gentile.



L'associazione promuove anche gesti concreti rivolti alla sostenibilità ambientale.

La collana editoriale

I GentleBooklets sono una collana di articoli lunghi affidati ad autori diversi. «Agli autori chiediamo di commentare il termine gentilezza secondo la loro sensibilità», ci spiega Maria Cristina Cattoni. La scelta di una collana editoriale come mezzo per raggiungere gli obiettivi dell'associazione, prosegue Cattoni, «è dovuta alla consapevolezza che per stimolare le persone a riflettere su queste tematiche è necessario presentare degli esempi concreti». Luca Mercalli presiede la Società meteorologica italiana e dirige la rivista Nimbus (tra i suoi ultimi libri: "Viaggi nel tempo" e "Prepariamoci"), ha firmato il quarto "GentleBooklet". Ecco uno stralcio del testo: «[...] Vivo in una piccola vecchia casa nelle Alpi italiane occidentali. Il tetto è coperto da pannelli solari che forniscono tutta l'energia elettrica e l'acqua calda che mi servono. Ho ridotto il consumo energetico isolando pareti e finestre, ho costruito un serbatoio per recuperare l'acqua piovana, per l'irrigazione dell'orto. Ho



tagliato i costi dell'energia e le spese alimentari come anche le emissioni che causano cambiamenti climatici. Ho sviluppato una maggiore resilienza e sono più felice!». Con il sostegno di GastroTicino e Federalberghi, l'opuscolo è stato distribuito gratuitamente negli alberghi del Cantone e in Lombardia.

Contatto: Gentletude Switzerland; c.p. 5710 Riva Caccia 1d; 6901 Lugano.

PUBBLICAZIONI Un invito «forte e gentile» rivolto al lettore

Riscoprire la cortesia

Abituati a giornate frenetiche e dominate da stress e nervosismo, spesso ci dimentichiamo di piccoli accorgimenti che possono rendere più leggera e piacevole la nostra vita. L'autrice ticinese Cristina Milani ci invita quindi a riflettere con "Un Giorno di Ordinaria Gentilezza" (edito da Pagine d'Arte), una sorta di diario che parla di una giornata qualunque a New York, ma che potrebbe anche essere Milano o Lugano. Attraverso il racconto di azioni quotidiane come fare colazione, lavarsi, fare shopping e usare i mezzi di trasporto pubblico, questo libretto è lo spunto per parlare di temi importanti come l'energia, l'acqua, l'inquinamento, il traffico, il rumore... L'autrice, nell'arco della sua giornata di vita comune,

scopre come modificando piccoli comportamenti si possa essere più gentili sia verso gli altri che verso l'ambiente e di conseguenza vivere più serenamente. Fortunatamente ci si accorge che la gentilezza non è sparita, che non ci siamo irruviditi, semplicemente l'abbiamo messa da parte per le occasioni speciali, come accade con la poesia studiata da piccoli ora imbustate in qualche cassetto della nostra mente.

Il libretto, come sottolineano gli editori, è un invito forte e gentile rivolto al lettore, teso al recupero di qualità perdute - nel rispetto della natura, fuori dalla giungla del traffico e dello spettacolo della politica - per vivere meglio insieme. La pubblicazione è disponibile sia in italiano che in inglese.

Alcuni suggerimenti

Per essere gentile - si legge sul portale "Gentletude.com" - non servono mirabolanti piani di comunicazione o eventi particolari, è possibile "iniziare dal basso". Servono azioni concrete, anche semplici ma esplicite; la gentilezza richiede di essere dichiarata.

- ✓ Vuotate i magazzini e l'economato pieni di oggetti che forse potrebbero servire a qualcuno. Un atto di gentilezza è donare ciò che non serve oppure è di troppo. Se siete una fabbrica di cioccolato, invitate i bambini della zona, saranno felici di gustare le tavolette che per motivi estetici non possono andare sul mercato.
- ✓ Chiedete ad ognuno dei vostri dipendenti - e se siete un negozio con vendita al dettaglio - ai vostri clienti, di donare un franco per un'opera di bene che devolverete alla fine della settimana.
- ✓ Occupatevi dei dintorni della vostra azienda offrendo gratuitamente un'ora di ognuno dei vostri dipendenti al Comune per un'opera di servizio pubblico.
- ✓ Chiedete ad ognuno dei vostri dipendenti di inviare al responsabile del personale un'idea per rendere i rapporti tra azienda e clienti più gentili e poi mettetene in atto alcune (e rendetele pubbliche a tutto il personale).

cristina
milaniun giorno
di ordinaria
gentilezza

eugied'Arte

La copertina.