



UTTO NEWS

13 Novembre 2017

Il 13 novembre è la Giornata mondiale della gentilezza: ecco come sfruttarla al massimo!

Ecco gli esempi di gentilezza nel mondo per questa ricorrenza



Come vi sentite quando fate un gesto gentile verso il prossimo? Di sicuro più felici. Infatti, persino la scienza ha dimostrato che esiste un nesso tra quei piccoli atti di altruismo e il nostro stato di benessere.

Da qui l'idea di dedicare un giorno dell'anno, il 13 novembre, alla celebrazione di questo valore. La Giornata della gentilezza è nata dalla "Dichiarazione della gentilezza", diffusa da diversi gruppi umanitari e risalente al 13 novembre 1997.

"Praticate gentilezza a casaccio e atti di bellezza privi di senso". Questa frase, attribuita ad Anne Herbert, sintetizza un po' la finalità della giornata, che incoraggia chiunque a mettere in atto opere di bontà, regalando libri, vestiti e oggetti di qualunque tipo, per instaurare un circolo virtuoso in tutto il mondo.

Si tratta di un evento di portata mondiale, effettivamente: **la ricorrenza viene celebrata negli Stati Uniti, in Italia, Emirati Arabi, India, Singapore, Nigeria, Giappone, Australia e Canada.** C'è chi organizza flash mob, conferenze, concerti. In ogni luogo del globo viene festeggiata in modi diversi e originali, ma ogni individuo può trovare la sua personalissima maniera di essere gentile, oggi e magari sempre. Basta poco, anche una telefonata a un parente lontano, invitare al cinema l'amico che non vediamo da mesi, aprire la porta a un collega o aiutare la signora del primo piano a portare a casa le buste della spesa.

Un esempio tutto italiano è quello che ha origine a *Napoli*, ed è noto in tutto il Bel Paese come la tradizione **de 'o caffè suspiso: quale modo migliore di condividere il piacere di essere gentili se non 'na bella tazzulella 'e caffè?** Il meccanismo è semplice. Si entra in un bar, si ordina un caffè al bancone e si gusta l'aroma avvolgente di un espresso. Poi, invece che pagare per una sola tazzina, se ne pagano due. La seconda è per il cliente che verrà, quindi si beve un caffè assieme, senza essere fisicamente vicini. Questa singolare abitudine si è estesa a macchia d'olio, partendo dal Vesuvio per raggiungere alcuni paesi d'oltralpe.

Vediamo insieme le altre tradizioni di gentilezza nel mondo.

In **Giappone** la chiamano senbetsu ed è l'usanza, tutta nipponica, di fare un regalo a chi parte o sta per affrontare un cambiamento. Con un profumato mazzo di fiori, gli orientali, maestri di raffinatezza, vogliono addolcire questo momento delicato e augurare un futuro roseo a chi lo sta vivendo.

Israeliana è, invece, la tradizione del Mishloach Manot ("dare una porzione"). In occasione di Purim, ogni persona che professa la religione ebraica, dopo aver celebrato il suo Bar o Bat Mitzvah deve donare almeno due diversi tipi di pietanze per la festa. La scelta ricade di solito su vino e dolci, ad esempio i biscotti triangolari chiamati hamentashen. Questa buona azione (mitvah) assicura a tutti di avere cibo in abbondanza per festeggiare.

In **Myanmar**, dove la grande maggioranza del popolo è formata da monaci buddisti, il cibo ricevuto viene condiviso con i bisognosi. Ecco perché si sono guadagnati il titolo di "Nazione più caritatevole del mondo", conferito dalla CAF (Charities Aid Foundation). La gentilezza non dipende dalla ricchezza materiale, ma dal cuore.

Infine la Spagna: lungo il Cammino di Santiago, circa 800 chilometri, innumerevoli gesti di gentilezza vengono compiuti verso i pellegrini: rifugi a basso costo o gratuiti; agli abbracci gratis, dati e ricevuti; fino all'offerta di acqua pulita e brindisi alla felicità.