

Dall'isolamento ai social: la gentilezza come chiave per comunicare davvero. Il convegno del Lions Club L'Aquila

6 Giugno 2025



Riceviamo e pubblichiamo un comunicato stampa del Lions Club L'Aquila

In un mondo che sembra spesso celebrare la velocità, l'efficienza e talvolta anche una certa aggressività, c'è un valore che, pur essendo fondamentale, rischia di essere sottovalutato: la gentilezza. Non è un mero gesto di cortesia superficiale, ma una forza potente, capace di trasformare le nostre interazioni, approfondire la comprensione reciproca e costruire connessioni umane autentiche e durature. È stata, quindi, la gentilezza la protagonista del convegno organizzato dal Lions Club L'Aquila, in collaborazione con la Fondazione Carispaq, nella Sala Conferenze della Fondazione. L'evento, intitolato "Dall'isolamento ai social. Un modo per comunicare l'incomunicabile: La Gentilezza", ha offerto un'opportunità preziosa per riflettere sul ruolo cruciale

di questo sentimento nella società contemporanea.

Il convegno, aperto al pubblico, ha visto la partecipazione di esperti nel campo della salute mentale, della comunicazione e del sociale. Al centro del dibattito, temi di stringente attualità come il disagio psicosociale, l'isolamento emotivo e l'incomunicabilità, fenomeni amplificati spesso dall'impatto delle nuove tecnologie sulle relazioni umane.

Il convegno ci ha fatto intendere che la gentilezza inizia con la riflessione. Non è un comportamento automatico, ma una scelta consapevole. Significa fermarsi un attimo e considerare l'impatto delle nostre parole e azioni sugli altri. È l'atto di riconoscere la comune umanità che ci lega, le lotte silenziose che ognuno affronta e il desiderio universale di essere visti, ascoltati e valorizzati.

Riflettere sulla gentilezza ci porta a chiederci: «Come posso rendere questa interazione più positiva per l'altra persona?». Questa semplice domanda può cambiare radicalmente il modo in cui ci avviciniamo al prossimo, sia che si tratti di un collega, di un familiare, di un amico o di uno sconosciuto. È un esercizio di empatia, che ci allontana dal nostro ego e ci spinge a considerare il benessere altrui.

La vera gentilezza non si ferma alla superficie. Cerca di comprendere. Significa ascoltare attentamente, non solo per rispondere, ma per cogliere le sfumature emotive, le esigenze inesprese e le prospettive altrui. In un dibattito, la gentilezza non cerca di prevalere, ma di capire il punto di vista dell'altro, anche se diverso dal proprio.

Questo tipo di comprensione va oltre la logica di ognuno di noi operai, studenti, impiegati, barbieri, tassisti dotti e sapienti. Riconosce che ognuno di noi è il prodotto delle proprie esperienze, delle proprie paure e delle proprie speranze. Essere gentili, in questo senso, significa offrire uno spazio sicuro per l'espressione, senza giudizio. È un atto di accoglienza che facilita l'apertura e la vulnerabilità, elementi cruciali per la costruzione di relazioni significative. Quando ci sentiamo compresi, ci sentiamo anche più sicuri di aprirci e di mostrare il nostro vero io.

È qui che la gentilezza rivela il suo potere trasformativo, nella capacità di costruire nuove connessioni umane e rafforzare quelle esistenti. Un piccolo atto di gentilezza può innescare una reazione a catena. Un sorriso, una parola di incoraggiamento, un aiuto inaspettato possono cambiare in meglio la giornata di qualcuno e, a loro volta, ispirare quella persona a essere gentile con qualcun altro.

Le connessioni o, perché no, le relazioni costruite sulla gentilezza sono più solide e durano di più. Sono fondate sulla fiducia, sul rispetto e sull'autenticità. In un ambiente di lavoro, la gentilezza promuove la collaborazione e la creatività. Nelle relazioni personali, approfondisce l'intimità e la reciproca comprensione. In seno alla comunità, crea una rete di supporto e solidarietà.

In un'epoca di crescente "like" e castrazione sociale, la gentilezza ci regala un antidoto potente. Ci ricorda che, nonostante le nostre differenze, siamo tutti parte di un'unica, complessa rete di

interazioni umane, non solo digitali. Riscoprire e praticare questo valore, spesso sottovalutato, non è solo un atto nobile, ma una strategia essenziale per il benessere individuale e collettivo.

La gentilezza non è vero che non costa nulla, ma, è indubbio, il suo valore è un valore inestimabile. È il collante invisibile che tiene insieme le nostre vite, il catalizzatore che permette alle nostre relazioni di fiorire e la forza silenziosa che ha il potenziale di rendere il mondo un posto più compassionevole e connesso. Iniziamo, ognuno di noi, a coltivare questo prezioso seme. In buona sostanza, sotto l'egida del motto "We serve", il Lions Club L'Aquila ha voluto proporre un momento di dialogo e confronto, per comprendere a fondo le sfide della comunicazione nell'era digitale e individuare nella gentilezza uno strumento efficace per superare le barriere relazionali. L'iniziativa ha sottolineato come, anche in un'epoca dominata dai "social", la vera socialità si costruisce sulla qualità delle interazioni umane, partendo proprio da un atto di gentilezza.