



Sposi in cammino

*schede di lavoro
per gruppi di giovani sposi*

a cura della Commissione Pastorale Familiare

Un sussidio per un cammino di coppia

Alcune coppie di sposi, insieme a sacerdoti impegnati nella Commissione diocesana per la Pastorale familiare coordinati da don Sergio Deison, hanno studiato e preparato queste schede di lavoro da offrire all'attenzione delle giovani coppie che volessero approfondire la realtà del loro matrimonio, insieme ad altre coppie.

Le schede vogliono essere un sussidio agile e di facile utilizzo per chi desidera iniziare un cammino di crescita e di approfondimento della propria sponsalità; cammino vissuto in continuità con l'esperienza già fatta negli itinerari di fede in preparazione al matrimonio. Sono stati privilegiati temi riguardanti la vita di coppia, le situazioni e le difficoltà più ricorrenti, nell'ottica di una crescita nella relazione di coppia, con il desiderio di cogliere "i segni di Dio" nella propria vita coniugale.

L'utilizzo delle schede prevede un'unica condizione: quella di sentirsi in cammino, insieme.

A chi utilizzerà questo sussidio, la Commissione augura di tutto cuore "buona strada", con la speranza che qualche giovane coppia si innamori di questo ministero pastorale, offerto a tanti sposi che attendono una vicinanza amica per condividere la grande avventura e missione dell'amore coniugale.

*Alle schede in cartoncino colorato
viene aggiunta una copia di schede su carta bianca,
per facilitarne la riproduzione in fotocopie.*

- PECCHENINO MAURO - *Un muro di parole*. Comunicare meglio per superare le crisi di coppia - BUR
- PEINADO JOSÉ VICO - *Liberazione sessuale ed etica cristiana*. Contributi per la vita di coppia - Ed. San Paolo
- ROCCA GINO - *Matrimonio amore di vita*. In dialogo sui problemi della famiglia - Città Nuova
- ROCCHETTA CARLO - *Elogio del litigio di coppia*. Per una tenerezza che perdona - EDB
- ROCCHETTA CARLO - *Il Sacramento della coppia*. Saggio di teologia del matrimonio cristiano - EDB
- SAVOLDI VALENTINO - *Tu vivi solo il tempo dell'amore* - Ed. Paoline
- SCALERA GIOVANNI - *Incontrarsi, e poi...* - EDC
- SCARPAZZA BENIGNO - *Coppia immagine di Dio*. Lettere al Padre sul matrimonio - Ed. Monti
- SCOLA ANGELO - *Uomo-donna*. Il "caso serio" dell'amore - Ed. Marietti
- SCOTTO RAIMONDO - *Le declinazioni dell'amore* - Ed. Città Nuova
- SPARACIA EMILIA (ed.) - *In dialogo*. Itinerario per sposi e fidanzati - Ed. Città Nuova
- TADDEI ROMOLO - *Compagni di viaggio*. Percorso di animazione per giovani coppie e gruppi-famiglia - EDC
- TETTAMANZI DIONIGI - *Famiglia, dove sei?* - Ed. Portalupi
- UFFICIO NAZIONALE CEI per la Pastorale della famiglia - *La famiglia è in se stessa buona notizia* - Edizioni Cantagalli
- UFFICIO NAZIONALE CEI per la pastorale della famiglia - *Matrimoni in difficoltà: quale accoglienza e cura pastorale* - Edizioni Cantagalli
- VERSALDI GIUSEPPE - *Cristo modello degli sposi*. Come possono i coniugi imitare Cristo non sposato - EDB
- VIVALDELLI GREGORIO - *Immagini di coppia nella Bibbia* - Ed. San Paolo

COMUNITÀ DI CARESTO - *Sei un buon ascoltatore?* - Ed. Gribaudo
 COMUNITÀ DI CARESTO - *Un cammino cristiano per i separati. Situazioni matrimoniali difficili* - Ed. Gribaudo
 COMUNITÀ DI CARESTO - *Venite in disparte... e riposatevi un po'*. Schede per sposi e fidanzati - Ed. Gribaudo
 DI NICOLA GIULIA PAOLA e DANESE ATTILIO - *Amore e Pane. Eucaristia in famiglia* - Effatà Editrice
 FOLEY GERARD - *Il coraggio di amare...* quando il matrimonio fa soffrire - EDC
 FREGNI GIANFRANCO - *Amatevi di tenerezza voi che vi amate* - Effatà Editrice
 FREGNI GIANFRANCO - *Tobia e Sara* - EDB
 FREGNI GIANFRANCO - *Una casa, due tavole, tre pani. Vita coniugale come eucaristia* - EDB
 GALLAGHER CHARLES A. - *Incarinati nell'amore. Spiritualità sacramentale e intimità sessuale* - Ed. Gribaudo
 GATTI GAETANO - *Lectio divina in famiglia* - Ed. Ancora
 GRUPPO LA VIGNA - *Abitare la casa. Abitare la vita* - EDB
 GRUPPO LA VIGNA - *Storie di coppie e tracce di Dio* - EDB
 GUSMITTA PIER LUIGI - *Oggi devo fermarmi a casa tua. Cristo sposo incontra gli sposi e rimane con loro* - EDB
 LACROIX XAVIER - *Il corpo e lo spirito. Sessualità e vita cristiana* - Ed. Qiqajon
 LESTER GORDON J. - *Vita di coppia. Quando l'amore cerca nuove dimensioni* - Ed. Paoline
 LOPEZ TRUJILLO ALFONZO - *La grande sfida. Famiglia, dignità della persona e umanizzazione* - Città Nuova
 LORA MARCO e AMBROSINI MARISTELLA - *Studiare come coppia e famiglia* - Ed. San Paolo
 MAGGI RITA e VITTORIO - *Lega il tuo aratro ad una stella. Perché la famiglia diventi e creda ciò che è* - Edizioni Cantagalli
 MANENTI ALESSANDRO - *Coppia e famiglia: come e perché. Aspetti psicologici* - EDB
 MAZZANTI GIORGIO - *Mistero pasquale mistero nuziale. Meditazione teologica* - EDB
 MAZZANTI GIORGIO - *Teologia sponsale e sacramento delle nozze. Simbolo e simbolismo nuziale* - EDB
 MOIA LUCIANO e TETTAMANZI PAOLA - *La famiglia, la parrocchia, la pastorale. Storie vere di famiglie aperte alla Chiesa e al mondo* - ed. San Paolo
 NAVARRETE RAFAEL - *Se vuoi che il matrimonio duri...* - Ed. San Paolo
 NICOLLI SERGIO (ed.) - *La casa cantiere di santità* - Città Nuova
 PAGANI SEVERINO - *Le parole dell'amore. Corporeità e comunicazione nella relazione affettiva* - Ed. San Paolo

COME SI LAVORA IN GRUPPO

NOTE INTRODUTTIVE

Per chi queste schede?

Queste schede sono state studiate e preparate da alcune coppie di sposi affiancati da alcuni sacerdoti impegnati nella pastorale familiare: nascono quindi dall'esperienza del loro vissuto e del loro servizio. E sono **destinate alle coppie di giovani sposi** che intendono trovarsi insieme in gruppo – là dove è possibile anche con l'aiuto di un sacerdote – per un cammino di crescita e di approfondimento nella loro sponsalità e nella loro fede, dentro la chiesa di Gesù, in linea di continuità con i corsi in preparazione al matrimonio.

A quali condizioni?

Per utilizzare queste schede non occorre nessuna particolare preparazione teologica. È richiesta **un'unica condizione**: sentirsi in cammino come discepoli del Signore anche da sposi, non accontentarsi di quello che si è, ma desiderare sempre nuovi orizzonti, riconoscere che abbiamo bisogno di tenere costantemente gli occhi aperti sulla propria verità di sposi nel Signore, sul progetto di Dio che abbiamo accolto il giorno del matrimonio e sul nostro contesto socio-culturale sempre in movimento e nel quale siamo chiamati a cogliere “i segni di Dio” anche per la nostra vita di sposi.

Quali temi?

In queste schede sono stati **privilegiati alcuni temi** rispetto ad altri; temi comunque sempre inerenti alla vita di coppia, alle situazioni e alle difficoltà più ricorrenti, nell'ottica però di un'apertura d'orizzonte, di un approfondimento, di una crescita sia nell'ambito della relazione sponsale sia in quello del rapporto con Dio.

Eccoli in breve:

1. Attese e delusioni nella vita di coppia.
2. La coppia è in sé una buona notizia.
3. Ascoltare: un'arte sempre difficile.
4. Sessualità e spiritualità: il cuore dell'intimità coniugale.
5. La nostra mensa quotidiana rimanda all'Eucaristia domenicale.
6. Che posto ha la preghiera?
7. L'apertura della coppia: fattore di crescita
8. Cosa significa essere “coppia sacramentale”?
9. Il perdono: non c'è gesto più grande di amore.
10. Fedeli e felici si può.

Le schede si presentano molto ricche di spunti e di riflessioni (la cosa non deve spaventare: si tratta solo di un sussidio, di uno strumento) e servono a suscitare nuove domande, a provocare confronti, ad interpellare l'esperienza di ognuno, a cercare risposte ecc.

Quale metodo?

Il **metodo** seguito in queste schede è quello **induttivo**: dal basso verso l'alto e non viceversa, cioè dalla nostra condizione di persone fragili e spesso incoerenti a quella sognata e voluta per noi da Gesù, la condizione di persone nuove.

Dopo un breve momento di preghiera e di invocazione allo Spirito Santo

1. si inizia con la **presentazione del tema** (*oggi parliamo di...*)

2. lo si confronta con la **realtà e la mentalità corrente** (*di solito si agisce così e così... si pensa che...*)

3. si arriva a porci delle **domande** (*noi sposi cristiani siamo condannati a uniformarci al modo comune di pensare e di agire o abbiamo in alternativa altre possibilità?*)

4. la parola di Dio e la secolare sapienza umana e cristiana ci possono aiutare a trovare orientamenti e risposte alle nostre domande (*queste fonti cosa ci suggeriscono in proposito?... a quali testimonianze possiamo rifarci? ecc.*)

5. il discorso si fa ancora più concreto e personale quando si affrontano le domande che servono ad avviare la **riflessione e la discussione di coppia o/e di gruppo** (*noi cosa pensiamo? come ci muoviamo, come ci comportiamo? quali scelte siamo soliti fare rispetto a questo?...*)

6. si conclude avviando un breve **momento di preghiera** (anche di preghiera spontanea) che ci porta di fronte al Signore in colloquio con Lui, per aprirci ad un riconoscimento di tutto il bene che abbiamo ricevuto da Lui e ad una revisione delle nostre idee e della nostra vita.

Questo metodo crediamo e ci auguriamo che possa e sappia coinvolgere i presenti nel gruppo, diventi così un **metodo attivo** nel senso che interpella e fa agire le persone, le induce alla riflessione, al dialogo, allo scambio, al confronto e quindi alla conversione, nella gioia di aver trovato un pezzo di quella verità in cui siamo chiamati a vivere.

Come procedere concretamente?

- si può **leggere** lentamente e attentamente (magari alternando alcune voci) la scheda nelle sue varie parti, ma si può anche procedere fermandosi dopo ogni punto.

- si lascia poi spazio ad alcuni **momenti di silenzio** perché ognuno sappia cogliere il senso dell'argomento, l'obiettivo che la scheda si propone, sapendo situarsi e rapportarsi al tema con il proprio vissuto.

- si incomincia poi a raccogliere con ordine (evitando che le voci si sovrappongano) le prime **reazioni, osservazioni e riflessioni**, cercando di non uscire dal tracciato, di rimanere dentro il tema e di far intervenire possibilmente tutti, ma senza forzatura alcuna.

- importante è che emergano soprattutto **elementi positivi e costruttivi**, che non ci si fermi cioè a fare le solite lagne e geremiadi, a cogliere solo i lati negativi. L'impegno è quello di aprirci ad una visione serena e ottimistica della vita, di sottolineare – stimolati dalla scheda – i **segni e i modi con cui il Signore** ci accompagna.

- non è necessario che si intervenga su ogni parte della scheda: non dobbiamo essere **troppo rigidi**, come dobbiamo evitare di essere **troppo faciloni**. Occorre darci un certo ordine per arrivare alla sostanza della cosa.

NB. Sarà bene consegnare la scheda prima dell'incontro successivo, perché possa per tempo essere letta e fatta oggetto di riflessione e di discussione.

BIBLIOGRAFIA UTILE

ACETI EZIO (ed.) - *Comunicare fuori e dentro la famiglia*. Una risposta alle sfide della società - Ed. Città Nuova

ALBISETTI VALERIO - *Terapia dell'amore coniugale* - Ed. Paoline

BASSANI PAOLA - *Navigare a vista*. I primi anni di vita insieme della giovane coppia - Ed. San Paolo

BERETTA ROBERTO e BROLI ELISABETTA - *Peccato non farlo* Ed. Piemme

BONETTI RENZO (ed.) - *Cristo sposo della chiesa sposa* - Città Nuova

BONETTI RENZO - *Dire l'amore con corpo e anima* - Ed. San Paolo

BONETTI RENZO (ed.) - *Eucaristia e matrimonio*. Unico mistero nuziale - Città Nuova

BONETTI RENZO - *Famiglia, sorgente di comunione*. Nuove catechesi su matrimonio e famiglia - Ed. San Paolo

BONETTI RENZO (ed.) - *La reciprocità uomo-donna*. Via di spiritualità coniugale e familiare - Città Nuova

BONETTI RENZO (ed.) - *Lezioni di amore* - Ed. Queriniana

BONETTI RENZO - *Mistero pasquale e mistero nuziale* - Ed. Città Nuova

BONOMI GABRIELE - *La coppia umana. Trinità creata* - Ed. Bonomi

BORSATO BATTISTA - *Immaginare il matrimonio* - EDB

BORSATO BATTISTA - *L'amore intelligente* - Ed. Queriniana

BORSATO BATTISTA - *Vita di coppia*. Linee di spiritualità coniugale e familiare - EDB

CAFFAREL HENRI - *Ai crocevia dell'amore*. Tracce di spiritualità coniugale - Ed. Ancora

CAMPANINI GIORGIO - *Dal cortile al mondo*. La famiglia e la società - Ed. San Paolo

CHAPMAN GARY - *I cinque linguaggi dell'amore*. Come dire "ti amo" alla persona amata - EDC

CHOVELON BERNARDETTE e BERNARD - *L'avventura del matrimonio* - Ed. Qiqajon

CHRISTIAN ANDREE e GEORGES - *Spiritualità coniugale*. "Saranno una sola carne" - Ed. San Paolo

CICCONE LINO - *Etica sessuale*. Persona, matrimonio, vita verginale - Ed. Ares

COMUNITÀ DI CARESTO - *Cantico dei Cantici*. Lectio divina per gli sposi - EDB

COMUNITÀ DI CARESTO - *Come dire tutto... senza ferirsi* - Ed. Gribaudo

COMUNITÀ DI CARESTO - CHARLES A. GALLAGHER - *L'amore è... una coppia*. Esercizi per migliorare le relazioni affettive per i fidanzati e gli sposi - Ed. Gribaudo

Concludiamo pregando

Alla sorgente della nostra famiglia
c'è il nostro amore di uomo e di donna.

Ma alla sorgente di questa sorgente c'è il tuo amore, o Dio,
il tuo amore infinito di Padre, di Figlio e di Spirito Santo.

Il tuo amore ispira e santifica ogni amore umano
e lo rende nobile, sincero, generoso e puro.

Lo rende credibile e irresistibile.

Noi ti preghiamo e ti chiediamo
che il tuo amore alimenti il nostro amore,
che la tua pace modelli ogni nostro rapporto,
che la tua misericordia ispiri i nostri sentimenti.

Il nostro amore sia sempre nuovo, originale e fedele.

Di fronte ai nostri difetti
non ci facciamo giudici spietati dell'altro,
ma ci sentiamo vincolati dal sacramento
a correggere e a salvare,
con lo stesso amore che nutriamo
per il nostro spirito e per la nostra carne. Amen

Alcuni consigli pratici.

* È preferibile un **gruppo piccolo**, formato da 5/6 coppie, perché è quello che più favorisce il metodo attivo che abbiamo illustrato.

* **il luogo** in cui si tengono questi incontri può anche variare di volta in volta, ma sia comunque sempre un luogo bello, caldo, curato, familiare.

* **il tempo di durata dell'incontro** è bene non superi le due ore ed è opportuno si apra o si concluda con un momento conviviale.

* **il ritmo di questi incontri** avrà una cadenza mensile, ma si può anche frazionare l'incontro in due momenti distinti, come si può anche ritornare sullo stesso argomento nell'incontro successivo, se si ritiene di non averne esaurito l'approfondimento e la discussione.

* **il ruolo della coppia animatrice** (che può essere scelta di volta in volta tra le coppie del gruppo) **e/o del sacerdote** non è quello di insegnare, ma di provocare, di presentare il tema e il metodo di lavoro, di facilitare l'intervento di tutti i presenti, di contenere la discussione entro le linee proposte e di far rispettare i tempi.

* non ci si scoraggi di fronte alle **prime difficoltà**: occorre darsi del tempo, perché le coppie devono conoscersi, affiatarsi, crescere nella stima, nella fiducia reciproca e nell'amicizia.

* è bene che il lavoro delle coppie singole continui in qualche modo **anche a casa**, riprendendo nel dialogo, lungo l'intervallo tra un incontro e l'altro, il tema della serata e confrontandolo con momenti e aspetti del vissuto coniugale.

* ci sia la preoccupazione, nella gestione dell'incontro, di non insistere sulle difficoltà, sui problemi e su una visione oscura, nera della vita, ma di **cogliere anche il bello, il buono e il grande** che c'è sicuramente nell'esperienza di ogni coppia.

Questi sono soltanto dei suggerimenti finalizzati a una buona conduzione degli incontri. Niente vieta che si possano apportare altri contributi e modifiche al tracciato della proposta.

Importante è la condivisione e la partecipazione di tutti anche per ciò che concerne il metodo di lavoro.



Attese e delusioni nella vita di coppia

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Quando è maturata in noi la decisione di sposarci, abbiamo certamente caricato il nostro matrimonio di attese e di speranze, di motivazioni e di progetti. Era presente una certa esaltazione iniziale che sfumava e abbelliva la realtà. La quotidianità poi ha spazzato via i miraggi, ha distinto nettamente il reale dall'immaginario: siamo diventati sempre più nudi l'uno di fronte all'altro. Quando tutto è decantato, siamo rimasti noi due così come siamo veramente. Tutto ciò può aver provocato in noi una cocente delusione che torna a verificarsi ogni volta che le aspettative dell'uno non collimano con le aspettative dell'altro.

A confronto con la mentalità corrente

Oggi da un lato si arriva al matrimonio carichi di attese e di aspettative – soprattutto sul versante dell'autorealizzazione – e dall'altro diventa sempre più difficile sopportare e gestire le delusioni. Il principio di realtà, che dovrebbe adattarci alle situazioni, non ci sostiene ed allora si tende a fuggire nelle più diverse compensazioni e si finisce così con l'aumentare la causa dell'insoddisfazione.

Ci interroghiamo: le nostre domande

Attese e delusioni fanno parte della vita, di ogni scelta e situazione della vita. Stanno tra loro come l'ideale e il reale. Se dovessimo sempre e solo attestarci sul fronte delle attese e vivere solo di esse, finiremmo con il collocarci fuori della realtà. Come fare allora per coltivare in modo giusto e legittimo delle attese nei confronti dell'altro senza esasperarle, assolutizzarle, riconoscendo che anche l'altro è soggetto di aspettative?

Quando in seguito a queste delusione dovesse scoppiare un momento di crisi, che cosa è più giusto fare? Come muoverci? In quale modo rileggere la situazione? Queste delusioni cosa rivelano di noi?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

presente, ma anche il suo futuro. È sposare la sua sorpresa e l'imprevedibilità. Il passato e il presente sono una parte della persona, anzi, tutto sommato sono la parte minore. La parte preminente è il futuro. La persona ha più futuro che passato. Si dice che la persona è immagine di Dio: allora le va riconosciuta una ricchezza di profondità quasi infinita. Ogni persona contiene possibilità inesauribili da scoprire e da sprigionare, possiede una spinta creativa. Fedeltà all'altro è accendere questa creatività.

Fedeltà alla lontananza dell'altro. Per quanto ci si avvicini all'altro, egli rimane sempre altro, lontano, straniero. Occorre vincere la presunzione di capire l'altro o, peggio ancora, di averlo già capito. Deve esserci sempre un rapporto di rispetto, di attenzione, di ascolto e di attesa.

Scriva Levinas: *“Siamo chiamati ad amare l'altro senza comprenderlo, prima di comprenderlo, senza alcuna necessità di comprenderlo”*, dove la parola “comprendere” vuol dire prendere dentro e, quindi, indica l'atteggiamento di chi vuol ridurre l'altro dentro il proprio capire: l'altro invece è incomprensibile, è incatturabile (da “Vita di coppia” di B. Borsato).

Per la riflessione e la discussione in coppia o/e in gruppo

1. È possibile la fedeltà in chi rimane molto autocentrato? in chi fa del proprio “io” il centro di tutto? in chi mette prima del coniuge tante altre cose: il lavoro, la carriera, la televisione, l'ordine e la pulizia della casa, gli amici, i passatempi, il bar, l'oratorio ecc.?
2. La fedeltà non è forse **fedeltà a un progetto** che tu hai ricevuto dalle mani di un Altro: il progetto-coppia? **fedeltà a una persona, a una storia** che è diversa da te e dalla tua? **fedeltà a una relazione** su cui ti viene richiesto di investire il 100%? **fedeltà ai figli** che sono nati dal vostro amore come dono di Dio? **fedeltà a quella immagine** che siete voi con il vostro amore e che rimanda a un Altro amore più grande, quello di Dio per gli uomini e quello di Cristo per il suo popolo?
3. La fedeltà è **un vero e proprio esodo**: è un passare continuo dall' IO al TU, è un andare incontro all'altro, è un prendersi cura dell'altro. E questo richiede una conversione vera e propria, una conversione possibile solo in Dio, cioè con il suo aiuto, perché solo Dio è per sua natura a-more e dono.
4. Da qui si capisce l'importanza, nella vita di coppia, della preghiera, dell'ascolto della Parola, della vita sacramentale, dell'Eucaristia in particolare, che ci insegna l'amore fedele e gratuito.

E questa fedeltà non finisce forse con il restringere e spegnere la libertà?
Cosa intendiamo poi per felicità? L'assenza di ogni delusione e di ogni frustrazione?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

- *“L'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà alla sua donna e i due saranno una sola carne”* (Genesi 2,24) e formeranno una unità piena, manifestando così l'amore di Cristo verso la chiesa sua sposa (Efesini 5,28-32).

- *“Dio ha dichiarato ad Israele: Ti farò mia, ti unirò a me, ti amerò per sempre”* (Osea 2,21).

- *“Ti ho amato di un amore eterno.* (Geremia 31, 3)

- *“Non sono più due, ma una carne sola. Quello dunque che Dio ha congiunto, l'uomo non lo separi. Gli obiettarono: «Perché allora Mosè ha ordinato di darle l'atto di ripudio e mandarla via?». Rispose loro Gesù: «Per la durezza del vostro cuore Mosè vi ha permesso di ripudiare le vostre mogli, ma da principio non fu così. Perciò io vi dico: Chiunque ripudia la propria moglie e ne sposa un'altra, commette adulterio»*” (Matteo 19,6-8).

Il matrimonio quindi è voluto da Dio come segno sacramentale, parabola del suo amore e della sua alleanza con l'umanità, e come immagine dell'amore di Cristo per la sua chiesa.

La sapienza umana e cristiana

* Anche nel concilio Vaticano II l'orizzonte sponsale si apre alla profezia, poiché i coniugi cristiani sono chiamati a narrare nella propria vita la premurosa fedeltà di Dio all'uomo. *“Seguendo Cristo... attraverso il loro amore fedele, i coniugi possono diventare testimoni di quel mistero di amore che il Signore ha rivelato al mondo con la sua morte e resurrezione”* (GS 52)

* La fedeltà si sviluppa in tre direzioni:

Fedeltà alla differenza dell'altro. Di fronte alla diversità dell'altro ci difendiamo allontanandolo: è questo il momento dell'ostilità. Oppure ci avviciniamo tanto da farlo identico a noi, omologandolo, eliminando ogni differenza e quindi rendendo impossibile la relazione (quale relazione ci può essere tra due identici?).

Allora fedeltà all'altro è innanzitutto rispetto della sua alterità e differenza. Fedele è quel coniuge che riconosce e stima i valori, i doni, le possibilità dell'altro e, vincendo ogni forma di competizione, lo spinge e lo aiuta a vivere e a sprigionare questi suoi valori.

Fedeltà al divenire dell'altro. Sposare l'altro è sposare il suo passato, il suo

La parola di Dio

“Siate misericordiosi, come è misericordioso il Padre vostro. Non giudicate e non sarete giudicate; non condannate e non sarete condannati; perdonate e vi sarà perdonato; date e vi sarà dato; una buona misura, pigiata, scossa e traboccante vi sarà versata nel grembo, perché con la misura con cui misurate, sarà misurato a voi in cambio” (Luca 6,36-38).

Il Signore invita alla misericordia, cioè ad un amore ostinato, che rimane saldo anche se non è corrisposto nelle attese. È condividendo gli stessi comportamenti di Dio Padre (*come è misericordioso il Padre vostro*) che si dimostra – a se stessi prima che agli altri – di essere veramente figli di Dio. Il figlio assomiglia al Padre. La parentela con Dio è resa concreta e visibile dalla qualità dei nostri comportamenti verso gli altri.

“Carissimi, se Dio ci ha amato, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri. Nessuno ha mai visto Dio; se ci amiamo gli uni gli altri, Dio rimane in noi e l'amore di Lui è perfetto in noi” (I Giovanni 4,11-12).

La sapienza umana e cristiana

La relazione coniugale è una realtà quanto mai dinamica, è un equilibrio delicatissimo sempre da ricercare nel confronto con le nuove situazioni. Nessuna coppia può illudersi che questo processo sia raggiunto una volta per tutte e smettere di cercarlo. La vita comune cambia, si evolve, si elabora, si approfondisce, si amplia. Esserne consapevoli consente alle due personalità di non porsi in contrapposizione e di maturare nella considerazione della nuova entità che è il “noi”.

Tutto ciò richiede un processo di maturazione che può costare fatica e sofferenza, a volte può determinare conflitti. Questi ultimi, però, se non sono esasperati e se sono invece ben gestiti ed affrontati, possono risultare positivi perché chiariscono alcune questioni, aiutano a valutare il proprio rapporto ed accelerano i necessari cambiamenti.

“Nella coppia ciascuno dovrebbe sentirsi responsabile della libertà dell'altro, permettendo e provvedendo che possa esprimere così la sua dignità, i suoi diritti, le sue capacità. In questo modo nella coppia s'invalva il germe del rispetto da cui nasce il dialogo e la pace. Per questo si dice che il matrimonio è la comunione di un “TU” e non di due “IO”. Il “TU” indica il primato della libertà e dei diritti dell'altro, l'“IO” invece sottolinea il primato della propria libertà e delle proprie attese. Quando questa attenzione a costruire la libertà dell'altro è reciproca, si attua il cammino d'amore, un cammino di autentica e radicale promozione dell'uomo e della donna “(da “Il volto dell'altro” di B. Borsato)

“Nel matrimonio abbiamo una relazione uomo-donna in cui possiamo contemplare il mistero che unisce Dio all'umanità e Cristo alla Chiesa. È un dono straordinario che è fatto agli sposi. Certamente questa realtà di comunione è conte-

nuta in fragili vasi di creta. Ma è proprio in questi vasi fragili del rapporto uomo-donna che Dio ha voluto dare il dono della sua alleanza e del suo amore” (da “Famiglia diventa ciò che sei”: intervento tenuto a Loreto da Renzo Bonetti)

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Come abbiamo affrontato e gestito i primi cambiamenti e le prime delusioni? Siamo ricorsi a dei meccanismi di difesa per evitare il disagio e la sofferenza?
2. Ci stiamo impegnando ad affrontare con maggiore maturità la conoscenza reciproca? o le differenze ci feriscono e ci deludono ancora? In particolare qual è il punto su cui ci scontriamo più di frequente?
3. Quale aiuto abbiamo avuto dalle nostre delusioni? Ci hanno aiutato a mettere i piedi per terra, ad accettare le diversità dell'altro? a capire che anche noi possiamo essere stati motivo di delusione?
4. Quanto siamo attenti alle aspettative del coniuge? o ci troviamo spesso ancorati solo alle nostre attese?
5. Esistono attese legittime che facciamo bene coltivare e manifestare o vanno sempre e comunque ridimensionate e talvolta abbandonate, per evitare frustrazioni?
6. Sperare di trovare nell'altro appoggio, sostegno e comprensione è un'attesa da considerare legittima o anche questa va ridimensionata?
7. Riteniamo più giusto confidare all'altro le proprie delusioni o tenerle chiuse dentro di noi, magari per evitare discussioni?
8. Ce la sentiamo di raccontare qualche delusione patita e di dire come l'abbiamo affrontata e superata?

Concludiamo pregando

O Signore Gesù,

aiutaci a vedere in ogni uomo un fratello per il qual tu sei venuto.

Aiutaci ad essere persone libere e responsabili,

che sanno accettare e rispettare l'altro

nella sua diversità e nei suoi difetti:

persone capaci di profonda comunicazione, che sanno donare e ricevere;

che vincendo l'indifferenza e l'estraneità sanno condividere

e immedesimarsi nell'altro per soffrire e godere insieme;

persone consapevoli dei propri limiti,

che accettano l'integrazione degli altri in un'attiva collaborazione.

O Signore Gesù, insegnaci Tu a perdonare

come Tu hai perdonato, ad amare come Tu hai amato.

O Signore, non lasciarci arroccati nel nostro piccolo io,

barricati dietro le nostre attese,

ma rendici persone aperte, capaci di vero amore,

sorgente di comunione tra gli uomini. Così sia.

Fedeli e felici si può

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,

ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.

Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Secondo un recente sondaggio, la durata media dei matrimoni in Italia è di tredici anni e un matrimonio su quattro fallisce (nel Nord-Est uno su tre). Fedeltà e felicità vanno insieme, non può esserci l'una senza l'altra. La fedeltà appartiene alla volontà e all'impegno continuamente rinnovato della coppia, la felicità rientra nelle aspirazioni naturali e nei desideri legittimi di ogni coppia.

Ma questi sono valori ancora realizzabili con l'instabilità, la mobilità e l'infelicità che caratterizzano il nostro tempo?

A confronto con la mentalità corrente

Oggi è da illusi puntare a tutti i costi sulla fedeltà e sulla felicità. Credere di poter essere fedeli e felici per tutta la vita con la stessa persona, sempre con la stessa persona, significa non avere i piedi per terra.

“Può andarti bene, ma può anche andarti male. Non dipende sempre e solo da te: dipende da mille circostanze e situazioni esterne che determinano o meno la tua fedeltà e la tua felicità”. Oggi si ragiona spesso così ed è un bel modo di declinare la propria responsabilità e il proprio impegno.

Ci interroghiamo: le nostre domande

Che cosa si intende per fedeltà? Va intesa solo in senso affettivo-sessuale o è un valore più ampio? È possibile anche quando una persona o tutte e due dovessero cambiare? Quante volte si sente dire: *“Mia moglie/mio marito non è più come l'ho sposata/o. Ora è diversa/o!”.*

Ma la persona è una realtà statica oppure una realtà in continua evoluzione e trasformazione? La fedeltà è quindi sempre legata al passato (mantenere l'impegno assunto) o è rivolta al futuro (aprirsi al divenire, alla sorpresa dell'altro)?

La coppia è in sé una buona notizia

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della Sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Concludiamo pregando

Abbiamo litigato, Signore.
Ma sei stato Tu ad unirci nel sacramento del matrimonio.
Tu vuoi che restiamo insieme fino alla morte.
Tu sai che noi spesso litighiamo,
nonostante che ci vogliamo bene.
Ora comprendiamo che il matrimonio non è facile.
Il nostro cuore è debole: aiutaci a perseverare.
Aiutaci a saper amare anche nel caso in cui
noi non siamo riamati.
Apri il nostro cuore,
affinché come Te anche noi sappiamo perdonare.
Rendici calmi, quando siamo arrabbiati.
Fa' che sappiamo sempre porre fine
alle nostre liti prima di sera.
Amen,

Presentazione del tema

La famiglia nasce da un libero incontro tra un uomo e una donna che, legati dall'affetto reciproco, si scelgono e decidono di percorrere insieme l'esistenza. Questa libera unione è vissuta dal cristiano nel sacramento del matrimonio come risposta ad una chiamata di Dio. Il matrimonio come sacramento dell'alleanza degli sposi è un "grande mistero", perché in esso si esprime l'amore sponsale di Cristo per la Chiesa. Benché segnata da lacerazioni e problemi, la famiglia rimane sempre una grande risorsa, una "buona notizia" per le singole persone, per i figli, per la Chiesa e per la società intera.

A confronto con la mentalità corrente

Sono ben altre purtroppo le "buone notizie" per il mondo d'oggi! Sono quelle ostentate in diversi modi nei quotidiani e nei rotocalchi. Oggi la cultura ci fa credere che promettere amore significa limitare la propria e altrui libertà e che promettersi amore "per sempre" sembra proprio un impegno improponibile. L'amore come donazione totale all'altro, come attenzione alle ricchezze dell'altro, come completamento di se stessi è visto solo come una fatica, un sacrificio che porta a tutta una serie di rinunce che impediscono di gestire liberamente se stessi: hobby, carriera, tempo libero ecc.

Ci interroghiamo: le nostre domande

Come e dove recuperare questa "buona notizia", questo vangelo che è la coppia in sé? Oggi occorre essere fortemente motivati, convinti del significato e della forza intrinseca della vita di coppia, per non essere travolti dalle tante notizie, non certo edificanti, che ci vengono dal fronte del matrimonio: conflittualità,

tradimenti, ipocrisie, abbandoni, divisioni, separazioni, divorzi ecc.
Perché la coppia è in se stessa una buona notizia? E per chi lo è? E come fa ad essere buona notizia?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

“Dio creò l’uomo a sua immagine; ad immagine di Dio lo creò, maschio e femmina li creò. Dio li benedisse e disse loro: Siate fecondi e moltiplicatevi...” (Gen. 1,27-28).

La coppia, la famiglia è buona notizia proprio perché Dio l’ha pensata come immagine di sé, come “luogo” in cui manifestarsi. La coppia è dunque opera uscita dalle mani di Dio creatore. Nell’uomo e nella donna e nella loro storia di unità e di fecondità Dio ha voluto adombrare se stesso per farsi conoscere e, tramite la coppia, rendersi presente nel creato.

La sapienza umana e cristiana

Si legga il n. 52 del documento *“Comunicare il vangelo in un mondo che cambia”*, dove si presenta la coppia, la famiglia come soggetto indispensabile per l’annuncio del vangelo:

* perché Dio vuole servirsi della coppia per far conoscere ciò che Egli è e ciò che intende realizzare per l’uomo e per la sua salvezza;

* perché la coppia per sua natura manifesta il disegno di Dio così come Egli stesso l’ha concepito fin dalla creazione.

E così quanti di noi hanno avuto la grazia di essere sposi hanno la responsabilità di rendere evidente, conoscibile e riconoscibile questo disegno di Dio.

È sotto gli occhi di tutti che l’umanità sta attraversando oggi un’epoca di grandi e rapidi cambiamenti, che hanno una innegabile ricaduta anche nella famiglia. I cambiamenti in atto hanno inciso così profondamente nella stessa strutturazione della famiglia che oggi si parla di “famiglie” al plurale, per indicare figure diverse dell’istituto familiare, con la presunzione di equipararle tra di loro (famiglia fondata sul matrimonio, divorziati risposati, convivenze etero o omosessuali ecc.).

In questa situazione la coppia cristiana ha un compito straordinario, quello di **essere segno che manifesta ed annuncia l’autentico disegno di Dio sulla famiglia**, e che nello stesso tempo ne denuncia le contraffazioni e le indebite riduzioni.

Inoltre la coppia, la famiglia cristiana così come l’ha voluta Dio, ha il compito

sulle colpe che si possono tranquillamente addossare al 50%. Poiché tra noi qualcosa di molto bello esisteva, lealmente, lei me lo disse.

Senza scenate e drammi vari, ho lasciato che le cose seguissero il loro corso e che lei potesse scegliere in tutta libertà. Dopo un anno di travagliate riflessioni, scelse me.

Quattro anni fa, dopo la nascita di un’altra figlia tanto benvenuta quanto inattesa, sono stato io ad innamorarmi di un’altra.

Stavolta è toccato a lei la parte della persona che attende. Ed è stata stupenda. Adesso con un’ennesima esperienza di vita dietro di noi, siamo nuovamente felici insieme. Abbiamo capito che Dio ci vuole uniti per il resto della vita” (lettera firmata).

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Può una persona crescere senza sbagliare? E posso pretendere di sposare una persona che non possa e non debba sbagliare?
2. Il rischio più devastante per una coppia è quando i due vogliono apparire migliori di quanto non sono in realtà, quando non accettano il loro limite.
3. Come trasformare gli errori, gli sbagli, i peccati in opportunità per capirsi meglio e crescere di più?
4. Quali sono i volti più frequenti del peccato coniugale e familiare che richiedono misericordia e perdono? Proviamo a considerarne alcuni: forse la rigidità, l’intolleranza, l’abitudine ad essere sposati, la caduta di entusiasmo? Forse l’assenza di tenerezza, il non dialogo, la fretta, il pensiero unico in casa? Forse la ricerca eccessiva di gratificazione individuale, il desiderio di potere e di possesso ecc.?
5. Proviamo a ripercorrere insieme un momento in cui ci siamo riconciliati: quali iniziative, quali passi, quali modalità abbiamo messo in atto?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

- Dal capitolo 15 del vangelo di Luca:

la pecora ritrovata 15, 4-7; la moneta ritrovata 15,8-10; il figlio ritrovato 15, 11-32.

- Dal vangelo di Matteo: *“Allora Pietro gli si avvicinò e gli disse: «Signore, quante volte dovrò perdonare al mio fratello, se pecca contro di me? Fino a sette volte?». E Gesù gli rispose: «Non ti dico fino a sette, ma fino a settanta volte sette»”* (18,21-22).

Il perdono non è una mesta rassegnazione ad una situazione immodificabile, ma è una proposta di vita: *“Bisognava far festa e rallegrarsi”* (Luca 15,32). Il perdono è saper trovare il momento pasquale, la gioia di una risurrezione a vita nuova e guardare l'altro con gli occhi dell'amore.

“La speranza vede la spiga quando i miei occhi di carne vedono soltanto un seme che marcisce” (Primo Mazzolari)

La sapienza umana e cristiana

- “La misericordia ha la forma interiore dell'amore. Tale amore è capace di chinarsi su ogni figlio prodigo, su ogni miseria e, soprattutto, su ogni miseria morale. Quando ciò avviene, colui che è oggetto della misericordia non si sente umiliato, ma come ritrovato e “rivalutato”. Il perdono gli manifesta innanzitutto la gioia di essere stato “ritrovato”, di essere “tornato in vita” (Giovanni Paolo II, *Dives in misericordia*, 1980)

- C'è un modo infantile ma efficacissimo di distruggere un matrimonio e una famiglia: “è quello di volere i due perfetti e pretendere che siano la risposta ad ogni desiderio. Oggi le persone che pensano in questo modo sono in aumento: non sopportano alcuna delusione e sognano una vita di coppia perfetta, senza ombra né sbavature. Sono come i bambini che ritengono i genitori onnipotenti e restano delusi quando si accorgono che sono semplicemente essere umani. Molte persone non crescono mai; si proiettano in un ambiente irreali e vivono di sogni rifiutando la realtà. Immaginano la coppia perfetta, dove tutto è bello e niente viene a turbare questa bellezza” (da “C'era una volta in famiglia” di G. Muraro).

Qualche testimonianza

“Siamo sposati da 25 anni e, 21 anni fa, già con una figlia di tre anni, capitò che lei si innamorasse di un nostro comune amico. È chiaro che, in quel momento, il nostro matrimonio non era all'apice del successo: non sindachiamo

di annunciare il vangelo alle nuove generazioni e specificatamente ai figli.

La testimonianza di una famiglia che prega, che si racconta il vangelo, che configura su di esso il proprio stile di vita, è decisiva per aprire ai figli la strada di una consapevole scelta di fede.

Ancora, la famiglia è soggetto indispensabile dell'annuncio del vangelo anche in un altro senso: nel senso cioè di **promuovere all'interno delle istituzioni della chiesa** (la parrocchia, le varie associazioni e i movimenti), ma anche **all'interno della stessa società civile** (scuola, ambiente di lavoro, di divertimento, quartiere ecc), **una modalità di relazioni improntate allo stile familiare**, a quello stile che è proprio della coppia-famiglia dove prevale l'attenzione alle persone, lo sforzo per la comunione, la solidarietà, la collaborazione, la disponibilità reciproca, la gratuità ecc. (da un intervento di Mons. Dante Lanfranconi).

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Siamo consapevoli che la storia dell'amore di un uomo e di una donna nel matrimonio fa parte della storia della salvezza, narra cioè e realizza la storia stessa di Dio che ama smisuratamente l'uomo?
2. Siamo dunque convinti che noi sposi dobbiamo essere per vocazione “buona notizia” nella nostra vita di coppia e di famiglia, come nella Chiesa e nella società intera, e che proprio attraverso di noi il Signore progetta di raggiungere gli altri?
3. Proviamo ad elencare atteggiamenti, scelte, stili di vita di facile attuazione, con cui possiamo essere “buona notizia” prima di tutto fra di noi e poi con tutti gli altri, con i vicini di casa, in parrocchia e negli ambienti di lavoro.
4. Di quale conversione c'è bisogno oggi nella nostre famiglie per vivere di più e meglio il vangelo e per essere a nostra volta vangelo per gli altri, pur nella nostra povertà e nei nostri limiti?
5. Di fronte allo sfasciarsi di tante coppie, alla conflittualità che segna la storia di tante famiglie, di fronte all'impoverimento di tanti rapporti logorati dall'abitudine, dalla caduta di entusiasmo, da un ritmo di vita frenetico, disordinato, a volte perfino inumano, cosa potrebbe significare oggi essere una “buona notizia”?

Signore,
abbiamo capito che ogni coppia di sposi
diventa annuncio, buona notizia
non facendo chissà che cosa, ma vivendo fino in fondo
il proprio mistero nuziale e familiare.
Abbiamo capito che dentro la nostra coppia
c'è qualcosa di più grande di noi stessi,
che dentro vasi di creta noi portiamo
un tesoro immenso: l'amore stesso di Dio,
un amore sempre fedele, ricco e fecondo di bene.
Pur con tutta la nostra povertà e i nostri limiti,
noi possiamo sempre far trasparire
qualcosa del mistero di Dio,
proprio accogliendo in noi la misericordia di Dio
e cercando di diventare dono
nella quotidianità e nella gratuità dei rapporti.
Buona notizia non è dunque la coppia perfetta,
ma quella debole che sbaglia ogni giorno,
ma che ogni giorno, grazie alla misericordia di Dio,
vuole fare di questa fragilità il "luogo privilegiato"
per rispondere alla Sua chiamata,
per dire l'amore di Dio attraverso il suo fragile amore.
Così sia.

Il perdono nella vita di coppia

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Oggi più che mai all'interno delle relazioni interpersonali, comprese quelle di coppia, si verificano momenti di incomprensione, di intolleranza, di burrasca, di conflittualità fino ad offendersi, a ferirsi, a tenere il broncio, a farsi del male con parole, atteggiamenti e gesti.
Non è sempre facile perdonarci, riaccoglierci, ridarci fiducia e così ripartire. Siamo frenati dal nostro orgoglio ferito. Tendiamo a congelare la situazione incrinata, ci mostriamo incapaci di superarla con uno slancio di generosità e di umiltà.

A confronto con la mentalità corrente

Perdonare è giudicato oggi un atto di debolezza, una rinuncia ai propri diritti, alla propria dignità offesa. Ci sentiamo dire: "*Ma chi te la fa fare di continuare a restare insieme...? Anche tu hai diritto alla tua vita!*". Anche a chi ricorda che il matrimonio è "*per sempre*", che il Signore ha insegnato a perdonare sempre, molti rispondono: "*belle frasi queste, bisogna passarci per queste situazioni prima di parlare!*".

Ci interroghiamo: le nostre domande

Ma perché devo offrire il mio perdono? Perché devo prendere io l'iniziativa? Posso anche perdonare, ma non riesco a dimenticare, a ridare piena fiducia. E poi, pur perdonando, resto fragile, mi sento esposto all'eventualità che certe situazioni si ripetano ancora, e io non voglio rischiare. Come si fa a guarire l'orgoglio ferito? E a quali condizioni perdonare? Mi domando: è giusto servirsi dell'affettuosità, dell'intimità come segno di perdono, senza prima chiarire a fondo il nostro momento? È più difficile dare il perdono o essere perdonati?

senza di Cristo in noi, una presenza attiva che non ha nulla di magico, che non garantisce nulla automaticamente, ma che ci rende capaci di crescere nell'amore coniugale sulla misura di Dio e di Cristo, coltivando fra di noi il rispetto, l'accoglienza, la gratuità, la donazione?

3. Più concretamente: riusciamo ad apprezzare il coniuge per tutte le sue diversità? Le consideriamo come una ricchezza? Quanto intensamente impieghiamo i nostri personali talenti per la crescita della coppia?

4. Quanto la testimonianza di Cristo, che è a noi fedele oltre la morte, ci è di esempio e sostegno nel nostro vivere quotidiano?

La preghiera è diventata per noi un'esperienza comune di dialogo con Dio o rimane un'esperienza intimamente personale? Che difficoltà proviamo a condiderla con il coniuge?

Concludiamo pregando

La nostra casa, o Signore sia **salda**
perché fondata su di Te che sei la Roccia,
sia **luminosa** perché illuminata da Te che sei la Luce,
sia **serena** perché guardata da Te che sei la Gioia,
sia **ospitale** perché abitata da Te che sei l'Amore.
Nessuno, Signore, venga nella nostra casa
senza esservi accolto,
vi pianga senza esservi consolato,
se ne parta senza averTi incontrato,
vi ritorni senza trovarTi nella preghiera,
nell'amore e nella pace. Amen.

Ascoltare: un'arte sempre difficile

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Per vivere insieme, per essere coppia in modo autentico e profondo, bisogna conoscere sé e conoscere l'altro. La persona infatti è un mistero che non si esaurisce mai ed è illusorio pensare che la conoscenza sia già avvenuta, una volta per tutte, agli inizi della vita coniugale o addirittura nel fidanzamento. La conoscenza reciproca passa attraverso canali diversi, quello privilegiato è il dialogo, basato sull'ascolto, su un vero ascolto.

Ascoltare è un'arte sempre difficile, mentre è più facile, anzi spontaneo attribuire all'altro caratteristiche, progetti, idee che noi riteniamo che l'altro abbia, ma che in definitiva sono nostre proiezioni.

A confronto con la mentalità corrente

“La nostra vita coniugale si è presentata fin dall'inizio impegnativa e movimentata, costellata, com'è anche ora, da alti e bassi, da momenti di grande intesa e da altri di tensione, di muscoli lunghi che durano a lungo. Le nostre incomprensioni sono piuttosto frequenti, causate sempre dalle stesse banali ragioni legate alla quotidianità, alla stanchezza, al fatto che tante sono le esperienze nuove che devo affrontare: il lavoro, la gestione delle faccende domestiche, i conti che non quadrano mai e poi... cucinare! A volte si insinua in me il dubbio che non siamo fatti l'uno per l'altro, che stiamo sbagliando tutto: insomma non sappiamo bene come saltare fuori da quel guazzabuglio che sta diventando la nostra vita insieme. Abbiamo difficoltà a parlarci e spesso le nostre parole sono fonte di scontri, di accuse, di recriminazioni reciproche che ci dividono ancora di più” (Anna e Roberto).

“Noi siamo una coppia che parla molto, che va molto d'accordo, che discute su tutto. Non crediamo di aver bisogno di migliorare la nostra relazione: ci confrontiamo su tutto, sul nostro lavoro, sulle scelte dei nostri figli, sugli acquisti da fare... su tutte le nostre cose, insomma. Se poi ho qualche problema perso-

nale, mi confido con la mia amica del cuore” (Maria Teresa).

Ci interroghiamo: le nostre domande

Siamo proprio certi di saper comunicare, dialogare in modo giusto e corretto? Non basta parlare, dire la nostra, occorre soprattutto ascoltare, e ascoltare con la mente e con il cuore, cercare di capire le ragioni dell'altro entrando in un atteggiamento di disponibilità affettiva.

E questo richiede una grande libertà interiore da noi stessi, che spesso rimaniamo invece legati al nostro punto di vista, alle nostre ragioni come fossero uniche ed assolute.

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

Spesso nelle Scritture è rivolta all'uomo l'esortazione all'ascolto: all'ascolto di Dio e dei suoi insegnamenti.

- in Deuteronomio 4,1: “*Ora dunque, Israele, ascolta....*”

- nel salmo 94: “*Ascoltate oggi la sua voce: non indurite il cuore!...*”

- in Esodo 19,5: “*Ora, se vorrete ascoltare la mia voce e custodirete la mia alleanza, voi sarete per me la proprietà fra tutti i popoli...*”

Una parola questa – **shemà** = **ascolta!** – ripresa diverse volte nella storia dell'alleanza fra Dio e il suo popolo.

Non esiste infatti relazione vera senza questa volontà di ascolto. Ovviamente non si tratta di ascoltare materialmente il suono delle parole, ma di aprire il cuore. Nel linguaggio biblico, ascoltare significa udire con le proprie orecchie, prestare attenzione e comprendere con l'intelligenza, accogliere nel cuore, fare ciò che le parole propongono. In questo senso, ascoltare equivale praticamente ad obbedire come profonda esigenza di attuare la parola accolta nel cuore.

Il vero ascolto dunque – anche nel rapporto coniugale – se non indica obbedienza, sicuramente si radica nella dimensione più profonda del cuore.

La sapienza umana e cristiana

“Il matrimonio può essere considerato un viaggio affascinante dell'uno verso l'altro. È un uscire dal proprio io, un lasciare la propria terra per inoltrarsi verso l'altro, verso la terra dell'altro. Può subentrare la voglia di fermarsi, di non discutere più, di non parlarsi, di non cercarsi. Con la presunzione di essersi già conosciuti, si rinuncia a conoscersi. Il dialogo vero in una coppia è impossibile, se prima non c'è ascolto dell'altro e delle sue ragioni”

“Ascoltare è più che sentire. Nell'ascolto c'è attenzione ed esso è sempre un

sa.

Ecco allora la conclusione divenuta celebre: “*Questo mistero è grande...*” Qui sta il sacramento: è il Cristo coinvolto in un impegno sponsale. Non solo. Cristo diventa fonte e sorgente continua dell'esperienza di coppia. Cristo sposo della Chiesa diventa modello di ogni vicenda di sponsalità umana.

Noi non abbiamo sempre sufficiente coscienza del carattere sacramentale del matrimonio, e soprattutto non lo viviamo veramente. Troppo spesso gli sposi ignorano il valore del tesoro che possiedono e le sue ricchezze inesauribili: l'hanno ricevuto il giorno del matrimonio e riposto in fondo a un armadio, con i fronzoli di cui non ci si ricorda più.

Una testimonianza

“Siamo Cristina e Francesco e sono passati più di dodici anni dal giorno in cui abbiamo formulato la solenne promessa di matrimonio davanti a Dio, eppure ogni volta che la sentiamo ripetere, in occasione di qualche matrimonio, essa continua a risuonare nei nostri cuori come un avvenimento profetico ed un costante invito all'accoglienza.

L'accoglienza infatti è il primo segno di una fedeltà mantenuta in ogni circostanza e vissuta non tanto come un dovere, quanto come un continuo atto d'amore verso il coniuge e verso il Creatore che ha disposto che le nostre vite si intrecciassero e proseguissero insieme.

Ma cosa significa realmente l'accoglienza all'interno di un rapporto coniugale? Accogliere il coniuge significa innanzitutto accettarlo così com'è, perché è forte il rischio di imporre il proprio punto di vista, di desiderare di trasformare l'altro, renderlo a propria immagine e somiglianza. L'amore è accettare l'altro nella sua globalità. Facile a dirsi, ma meno facile a farsi. Nei primi anni di matrimonio, ciascuno aveva il desiderio – neppure troppo nascosto – di cambiare l'altro, nell'illusoria convinzione che un matrimonio fondato sull'omogeneità avrebbe funzionato meglio.

E invece la Provvidenza ci ha condotto per sentieri che probabilmente mai avremmo immaginato e che, a poco a poco, stanno modificando i nostri cuori per farci raggiungere un grado sempre maggiore di accoglienza dell'altro nella sua diversità.

È molto utile anche potersi ricordare a vicenda che l'altro deve essere e rimanere sempre più importante, e animati da questa spinta coraggiosa, che quotidianamente va rinnovata, anche noi possiamo riprendere il cammino della vita fiduciosi di poter essere accolti dall'altro alla luce dell'amore di Dio”

(*Fare qualche attimo di silenzio invitando i presenti a cogliere i punti, i passaggi più significativi di questi testi e di questa testimonianza*).

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Siamo consapevoli che il Sacramento del Matrimonio ha messo dentro di noi nuove possibilità che vanno riconosciute e utilizzate per realizzare quell' “una carne sola” cui siamo chiamati? Ha messo dentro di noi un nuovo principio di vita che noi chiamiamo **grazia sacramentale**, che ci sostiene ogni giorno?

2. Sappiamo ricordarci spesso che questa grazia sacramentale è la stessa pre-

Ci interroghiamo: le nostre domande

Come fare a conservare con la freschezza dei nostri sentimenti – nonostante lo scorrere del tempo – il significato profondo del nostro stare insieme?

Ha senso porci questa domanda, oppure dobbiamo rassegnarci alla legge inesorabile del tempo che appiattisce e sbiadisce tutto?

Dov'è andata a finire la stima, la fiducia reciproca e l'entusiasmo con cui è nata la nostra storia?

E di quel sacramento che abbiamo celebrato, cosa ne abbiamo fatto? È rimasto tra i ricordi di quel giorno, o ha una sua incidenza continua nella vita quotidiana?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

“Fratelli, camminate nella carità, nel modo che anche Cristo vi ha amato e ha dato se stesso per noi.

E voi, mariti, amate le vostre mogli, come Cristo ha amato la Chiesa e ha dato se stesso per lei, per renderla santa, purificandola per mezzo del lavacro dell'acqua accompagnato dalla parola, al fine di farsi comparire davanti la sua Chiesa tutta gloriosa, senza macchia né ruga o alcunché di simile, ma santa e immacolata.

Così anche i mariti hanno il dovere di amare le mogli come il proprio corpo, perché chi ama la propria moglie ama se stesso. Nessuno mai infatti ha preso in odio la propria carne; al contrario la nutre e la cura come fa Cristo con la Chiesa, poiché siamo membra del suo corpo. Per questo l'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà alla sua donna e i due formeranno una sola carne.

Questo mistero è grande, lo dico in riferimento a Cristo e alla Chiesa! Quindi anche voi, ciascuno da parte sua, ami la propria moglie come se stesso, e la donna sia rispettosa verso il marito” (Efesini 5, 2.25-33).

La sapienza umana e cristiana

E' questo uno dei testi più cari alla tradizione cristiana sul tema del matrimonio. Esso si apre quasi con un fondale che resterà aperto per tutto lo svolgimento del brano: sullo sfondo, infatti, domina l'amore di Cristo per la sua Chiesa, punto di riferimento capitale per la visione cristiana del matrimonio. L'insistenza è evidente: *“nel modo che anche Cristo vi ha amato... come Cristo ha amato la Chiesa... come fa Cristo con la Chiesa... lo dico in riferimento a Cristo e alla Chiesa”*.

San Paolo vede nell'amore matrimoniale il grande segno dell'amore di Dio per l'uomo e, viceversa, vede nell'infinito e perfetto amore di Dio e del Cristo il modello verso cui deve costantemente tendere la coppia cristiana. La donna si consacra al suo uomo nello spirito della donazione di Cristo verso la Chiesa, e l'uomo ama sua moglie come il Cristo “che ha dato se stesso” per la sua Chie-

atto intenzionale, per cogliere tutto il carico di significati e di emozioni, come se la vita si raccogliesse tutta nell'orecchio. L'ascolto è volontà di contatto, risveglia le proprie esperienze, accende le proprie idee che portano ad elaborare un pensiero che è diverso da quello che si aveva, perché è nuovo, fecondato com'è dall'ascolto dell'altro. È uno svelamento, quasi uno stimolo delle possibilità presenti nell'altro, un accendersi reciprocamente la fantasia e la creatività nell'esplorazione del mistero che ognuno di noi è” (da “L'amore intelligente” di B. Borsato).

“ In genere il dialogo di coppia è basato su ragionamenti, su opinioni o pensieri: due sposi ragionano molto sui vicini di casa o sui parenti, sulla scuola dei figli o sugli acquisti da programmare. Più difficile è “comunicare se stessi”, raccontarsi quello che succede dentro di sé, quello che si vive e si prova”. (da “Come dirsi tutto senza ferirsi” della Comunità di Caresto).

Il decalogo dell'ascolto

- Ascoltare è:
1. dare un anticipo di fiducia: lui/lei mi ama
 2. non interrompersi a vicenda
 3. avere un atteggiamento attivo
 4. accogliere i sentimenti dell'altro
 5. mettersi nei panni dell'altro
 6. decifrare il linguaggio del corpo
 7. distinguere i messaggi dell'altro da ciò che suscitano
 8. ridire con parole nostre quanto l'altro ci ha comunicato
 9. cogliere l'implicito
 10. mostrare interesse, attenzione e pazienza

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. In coppia è essenziale comunicarsi non solo informazioni su aspetti concreti della giornata, ma soprattutto riflessioni, sentimenti, stati d'animo.
2. Riteniamo importante per la vitalità della nostra coppia dedicare un tempo privilegiato all'ascolto reciproco?
3. Quali difficoltà ad ascoltarci incontriamo con maggiore frequenza (stanchezza, mancanza di tempo, ritmi stressanti di vita, timore di incrinare i nostri equilibri, egocentrismo, incapacità di metterci in discussione ecc.)?
4. Con un po' di più impegno e – perché no? – di creatività, che cosa potremmo cambiare nelle nostre abitudini comunicative? Per esempio: non farlo quando siamo irritati o quando il tempo a disposizione è limitato, non preoccuparci subito di replicare, lasciare all'altro tutto il tempo per esprimersi compiutamente, non commentare con giudizi definitivi e stroncanti ecc.
5. Con l'accoglienza di Dio nella nostra vita, il nostro amore diviene segno del suo amore e acquista un'apertura verso l'infinito? Riusciamo, nel comunicarci all'altro, a parlare anche dell'esperienza che ciascuno di noi fa di Dio?

Concludiamo pregando

Scheda 8

Abbiamo bisogno di saper ascoltare.
E ascoltare vuol dire innanzitutto tacere.
Abbiamo bisogno tutti di silenzio. Di silenzio interiore.
Questo primo sforzo di riservare dentro di noi
una cella di silenzio, di ascolto riflessivo
restituisce al nostro pensiero la capacità di giudicare,
di parlare dentro noi stessi con la nostra coscienza,
di avvertire quel vuoto interiore
che il frastuono esteriore non riempie e non sazia,
per essere quello che dobbiamo essere, persone vere.
È la preghiera allora che quasi da sé
si riaccende nell'intimità di questo monologo
del cuore sincero: il bisogno di Dio si pronuncia umile e forte.
E non resta senza immediata e insperata risposta.
Dio parla nel silenzio interiore.
(Paolo VI)

La coppia come comunione di un uomo e una donna testimoni di un sacramento

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Tali – testimoni di un sacramento – dovremmo sentirci tutti noi sposi cristiani,
per due ragioni:
- perché il nostro incontro ha dato un nuovo significato alla nostra vita: l'uno
ha illuminato la vita dell'altro con una stima e una fiducia reciproca, che sono
le basi dell'amore;
- ma il nostro incontro e il nostro impegno si è radicato in un sacramento, di-
ventando così per noi segno dell'amore stesso di Dio per l'uomo, dell'amore di
Cristo per la sua Chiesa.
Dovremmo ritornare spesso a queste radici per sentirci sempre motivati nel no-
stro cammino quotidiano. La scelta di sposarci e di sposarci nella Chiesa com-
porta l'impegno per tutta la vita di spenderci per l'altro, di condividere con
l'altro tutto ciò che ci accade, valorizzando le diversità, superando le difficoltà
e gustando le cose belle della vita in una sola unità.

A confronto con la mentalità corrente

Nella realtà odierna viene valorizzato il singolo individuo, che per essere
“qualcuno” deve adeguarsi a dei precisi parametri, a dei criteri imposti dal con-
sumismo.

Questo porta spesso volte a non considerare l'altro come una persona che nella
sua diversità è fonte di crescita, in quanto offre nuovi orizzonti, ma è invece
visto come un antagonista da battere pur di raggiungere i nostri scopi. Questa
mentalità si denota in maniera evidente anche nel rapporto di coppia: è infatti
comune il pensiero “*stiamo insieme fin quando funziona*” oppure “*non mi sen-
to di impegnarmi in un rapporto per tutta la vita*”: questo spiega la crescita del-
le convivenze, dei matrimoni civili che permettono la scappatoia del divorzio.

Il dono della sessualità

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Concludiamo pregando

Signore,
fa' che la porta della nostra casa
e, ancor più, quella del nostro cuore
si apra alle richieste dei fratelli.
Aiutaci ad offrire a tutti una testimonianza generosa
ed interessata ai problemi sociali.
Rendici attenti verso i poveri, gli affamati, gli indigenti;
sensibili verso gli anziani e gli ammalati;
comprensivi verso i drogati e i senza famiglia.
Allarga i nostri interessi ai drammatici problemi
della giustizia nel mondo,
della libertà dei popoli, della pace dell'umanità.
Nessuno di noi rinunci
ad un impegno attivo e responsabile
per la crescita autenticamente umana
della società e delle sue istituzioni. Amen

Presentazione del tema

La sessualità è un bene, un valore fondamentale e irrinunciabile della persona e della vita. *“Maschio e femmina li creò”* dice la prima pagina della Bibbia, perché siano *“una sola carne”*. *“Dio li benedisse e disse loro: Siate fecondi e moltiplicatevi”*. Un bene, un valore che rientra quindi nel disegno della creazione, nel progetto di Dio. Il rischio è quello di mitizzarlo, renderlo assoluto, o di banalizzarlo, ridurlo ad una prestazione e di negargli infine il significato procreativo.

A confronto con la mentalità corrente

Oggi abbiamo recuperato in spontaneità rispetto al passato, ma siamo diventati un po' troppo liberi in fatto di sessualità, siamo spesso senza idee-guida, senza una progettazione, senza un criterio di valutazione; ognuno la intende e la vive a modo suo. Tanti e diversi sono i modi con i quali questo valore viene vissuto, ma non tutti sono giusti, tali cioè da realizzare, far crescere, appagare la persona, la coppia, la vita.

Ci interroghiamo: le nostre domande

C'è un annuncio cristiano della sessualità? C'è un modo cristiano di vivere pienamente la sessualità, con tutte le sfumature che le sono proprie? Quali sono gli atteggiamenti dai quali una coppia cristiana deve prendere le distanze? E quali possono essere invece gli orientamenti, gli atteggiamenti che guidano una buona e sana vita sessuale fra due sposi?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

“Si avvicinarono a Gesù alcuni farisei per metterlo alla prova. Gli chiesero: «È lecito ripudiare la propria moglie per qualsiasi motivo»? Egli rispose: «Non avete letto che il Creatore da principio li creò maschio e femmina e disse: Per questo l'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà a sua moglie e i due saranno una sola carne? Così non sono più due, ma una sola carne. Quello che Dio ha congiunto l'uomo non lo separi»” (Matteo 19,3-6).

Gesù non accetta di entrare in una polemica giuridica (divorzio sì, divorzio no), ma porta il discorso su un piano di valori. “Da principio...”. Dio desidera ardentemente che gli sposi si diano l'un l'altro la pienezza della vita, attraverso la propria relazione sessuale, in un coinvolgimento reciproco, esclusivo e permanente (“saranno una sola carne – ciò che Dio ha congiunto l'uomo non lo separi”). Esclusivo vuol dire: “con te e solo con te”; e permanente significa: “ogni giorno della nostra vita”.

La sapienza umana e cristiana

La sessualità è un bene che Dio ha affidato agli sposi per assicurare, rinvigorire il loro amore e per aprirsi al dono della vita: un bene quindi che gli sposi devono difendere e coltivare, evitando che diventi col tempo una semplice prestazione fisica, che scada in un rito che appartiene più all'abitudine che alla forza e allo slancio dell'amore, evitando altresì che questo bene si chiuda in se stesso senza espandersi in nuova vita.

“La sessualità, che è una ricchezza di tutta la persona, oltre a determinare l'identità personale di ciascuno, rivela come ogni donna e ogni uomo, nella loro diversità e complementarità, siano fatti per la comunione e la donazione. La sessualità, infatti, dice come la persona umana sia intrinsecamente caratterizzata dall'apertura all'altro e solo nel rapporto e nella comunione con l'altro trovi la verità di se stessa” (“Orientamenti educativi sull'amore umano”, nn. 34-36)

Proviamo ascoltare alcune testimonianze.

“Noi consideriamo la sessualità soprattutto nel suo aspetto relazionale, **come comunicazione d'amore tra l'uomo e la donna. Questa comunicazione può però esprimere l'amore solo se è basata sul riconoscimento dell'altro, del suo valore e del suo mistero di creatura fatta ad immagine di Dio, se è basata sul dono e sull'accoglienza reciproca. Non sempre questo avviene e, a volte, i gesti dell'amore e il rapporto sessuale possono essere ambigui, ridursi solo a gesti**

all'interno e al di fuori della nostra famiglia.

Anche noi sposi siamo missionari: siamo evangelizzati e siamo chiamati ad evangelizzare. La coppia, la famiglia diventa così essa stessa una “piccola chiesa domestica” che annuncia e vive sin dalla propria casa il vangelo che salva, per irradiarlo poi agli altri.

La sapienza umana e cristiana

Tutti conosciamo che cosa succede quando gettiamo un sassolino in uno stagno. La forza d'impatto genera un primo movimento d'acqua a forma di cerchio, il quale a sua volta spinge in tutte le direzioni generando un secondo cerchio più grande; poi un terzo, un quarto e così via. Tutti questi cerchi sono concentrici, quasi a sottolineare che **nascono dal primo** e ne sono l'irradiazione. L'energia che scaturisce dal sacramento del matrimonio produce e sprigiona un fenomeno simile.

Un primo cerchio d'irradiazione avviene all'interno della coppia stessa: il coniuge aiuta l'altro a crescere nella sua umanità, nella sua fede e nell'amore. Solo dopo si crea il secondo cerchio (i figli accolti con fiducia e con amore) e poi il terzo (i familiari che nel corso della vita possono aver bisogno di appoggiarsi a noi), il quarto, il quinto cerchio attraverso i quali **la casa si fa “aperta” a tutti gli altri**, a quanti, anche occasionalmente, “cascano” nel cerchio del nostro amore, fossero pure lontani, ma resi prossimi grazie alle informazioni e alla TV (Comunità di Caresto).

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Ci sentiamo accolti nella comunità in cui viviamo? Partecipiamo in modo attivo alla vita della Parrocchia? In quali forme e in quali momenti?
2. Cosa facciamo del nostro tempo libero? Come lo impieghiamo?
3. Quale rapporto abbiamo con le nostre famiglie di origine?
4. La domenica e le altre feste dell'anno liturgico sono per noi un'occasione per stare – oltre che con Dio – anche con gli altri (amici, altre coppie, malati, anziani) ?
5. I nostri rispettivi impegni fuori casa portano benessere o tensione nella nostra vita di coppia e di famiglia?
6. Su questi impegni extra abbiamo maturato una decisione di coppia o ci stiamo regolando da scapoli (ognuno fa come crede, perché l'altro non c'entra)?
7. Quali sono i nostri cerchi? Proviamo a descriverli. Nascono tutti dal primo o tendono a sostituirsi al primo?
8. “La fede si rafforza donandola” : è questa l'esperienza che anche noi viviamo come coppia e famiglia? Quali sono i momenti e le esperienze in cui siamo evangelizzati e quali in cui siamo evangelizzatori?

nasconderlo o metterlo sotto il moggio, come dice il vangelo, tenerlo e goderlo solo per noi stessi o invece diffonderlo, espanderlo in mezzo agli altri, tra gli amici, nell'ambiente di lavoro, nelle realtà del nostro impegno sociale o di tempo libero.

Siamo consapevoli che l'apertura, l'incontro e il confronto con gli altri finiscono anche con l'arricchire di stimoli e di sane provocazioni noi stessi e la nostra vita di coppia? Abbiamo l'impressione che il tempo dato agli altri sia tempo rubato alla coppia o costituisca invece una autentica boccata di ossigeno per la nostra stessa vita?

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

“In quel tempo gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto ed insegnato. Egli disse loro: «Venite in disparte, in un luogo solitario, riposatevi un po'». Era infatti molta la folla che andava e veniva e non avevano più neanche il tempo per mangiare. Allora partirono sulla barca verso un luogo solitario, in disparte” (Marco 6,30-31)

Gesù insegna loro a fare quello che faceva Lui: ad equilibrare azione e contemplazione, **intimità e apertura**.

Ci vogliono entrambi nella vita di coppia. L'intimità senza l'apertura porta al rischio di chiuderci in noi stessi (siamo noi tutto il mondo), di impoverirci e di annoiarci; l'apertura sconsiderata agli altri senza una nostra intimità, senza cioè “un tempo nostro”, conduce facilmente a cercare la propria realizzazione fuori e a non saper stare più bene fra di noi.

Ma c'è di più.

“E incominciò a mandarli a due a due” (Marco 6,7).

“Ecco io sono con voi tutti i giorni sino alla fine del mondo” (Matteo 28,20).

“Ciascuno viva secondo la grazia ricevuta, mettendola a servizio degli altri come buoni amministratori di una multiforme grazia di Dio” (1 Pietro 4,10).

“Quello che abbiamo veduto ed udito noi lo annunciamo anche a voi, perché anche voi siate in comunione con noi. La nostra comunione è con il Padre e col Figlio suo Gesù Cristo” (1 Giovanni 1, 3)

“Voi siete... il popolo che Dio si è acquistato perché proclami le opere meravigliose di lui che vi ha chiamato dalle tenebre alla sua ammirabile luce” (1 Pietro 2,9).

Da questi altri testi si evince chiaramente che il sacramento del matrimonio inserisce noi sposi nella ministerialità della Chiesa, cioè ci rende partecipi di un servizio, di una missione: quella di annunciare il Vangelo agli altri proprio attraverso il nostro amore coniugale e il nostro impegno di testimonianza

materiali. Possono rinchiuderci in noi stessi, nel nostro egoismo e nella ricerca del nostro piacere, anziché aprirci all'altro e donarci a lui/lei.

Quando invece tra i due nella vita quotidiana c'è disponibilità, dialogo, accoglienza, tenerezza e collaborazione, allora il rapporto sessuale diventa il dono più spontaneo, più bello e più ricco che si possa offrire.”

*“ Siamo convinti che la nostra esperienza matrimoniale, la nostra storia d'amore possa **“raccontare” Dio**, rivelare l'opera del Suo Spirito nella nostra vita. Nel nostro amore fisico, sessuale, troviamo le tracce della presenza di Dio come l'Assolutamente Altro. Amiamo il coniuge, ma non possiamo impadronirci di lui, renderlo uguale a noi; il coniuge resterà sempre per noi un mistero, mai completamente raggiunto e questo ci rimanda ad un altro Mistero, a quell'Altro Infinito di cui ognuno di noi è un pallido riflesso. Nel nostro amore sessuale sperimentiamo anche il volto accogliente di Dio, il suo farsi dono per noi, lo sperimentiamo quando ci sentiamo accolti dall'altro con tenerezza così come siamo, con i nostri limiti e le nostre difficoltà”.*

(da “Storie di coppie, tracce di Dio”, EDB).

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Sappiamo ritornare spesso alle radici della nostra storia di innamorati, una storia scritta a sei mani, le nostre e quelle di Dio?
2. Siamo convinti che l'intimità sessuale è la base della nostra identità di marito e moglie, è il cuore del sacramento del matrimonio?
3. Sappiamo coltivare questa intimità sessuale che ci tiene proiettati l'uno verso l'altro, con il pensiero, il desiderio, le attenzioni e le premure ecc.?
4. Siamo ricchi di emozioni e di sentimenti o ci troviamo spesso a vivere in una specie di deserto arido, dove ogni tanto spunta l'oasi di un rapporto sessuale?
5. Siamo consapevoli che, se non viviamo lungo il giorno la tenerezza, l'affettuosità, la collaborazione, il dialogo, non è poi possibile vivere una vera relazione sessuale e farci dono l'uno all'altro?
6. La perdita della passione sessuale fa sì che, invece del proprio coniuge, altre cose o attività prendano il primo posto, diventino prioritarie (es. il lavoro, gli amici, la casa, altri interessi ecc.).
7. Quando l'intimità sessuale è svanita, bloccata, non è bloccata solo fra di noi, ma anche con Dio, che vive in noi solo se noi ci amiamo.

L'apertura della coppia: fattore di crescita e dovere di testimonianza

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Il sacramento del matrimonio è un dono da condividere con gli altri, parenti, amici e la comunità intera, e non solo nel momento della celebrazione, ma anche in seguito. Spesso lo si considera invece come un fatto personale da vivere in privato. Ci sono sicuramente momenti in cui abbiamo bisogno degli altri (amici, familiari, parrocchia, comunità civile) e ci devono essere anche momenti in cui due sposi e l'intera famiglia si aprono di loro spontanea volontà. Dobbiamo sentire questo "respiro aperto" al mondo. D'altra parte il nostro amore rischia di rimanere presto soffocato, di rivelare insufficienze e crepe se non si apre in maniera equilibrata e sana alla comunità.

A confronto con la mentalità corrente

Si avverte oggi la tendenza quasi a nascondere agli altri la propria realtà di coppia e di famiglia, o comunque a non darle più di tanto visibilità all'esterno. Nella considerazione sociale vengono invece privilegiate ben altre realtà: il lavoro, l'organizzazione, l'efficienza, l'intraprendenza economica, il successo, la posizione politica, gli impegni pubblici. L'essere marito e moglie, l'essere padre e madre viene dopo, molto dopo, come se questi valori appartenessero ad un'esperienza che rimane relegata nel privato, estranea a tutto il resto attorno a cui ruota invece la vera vita. Così viene a rafforzarsi l'idea che il matrimonio è veramente un affare a due, che appartiene all'area dell'optional e del gusto privato.

Ci interroghiamo: le nostre domande

Partendo dal presupposto – più che mai vero per i cristiani – che l'amore coniugale è "segno" dell'amore di Dio nel mondo, ci chiediamo quanto sia giusto

Concludiamo pregando

Signore,
fa' che possiamo crescere
nella conoscenza reciproca
e nella maturazione vicendevole
della nostra personalità.
Guidaci nello sviluppo
di un'affettività profonda e delicata.
Rendici capaci di dominio

sull'istintività egoistica,
nel rispetto della dignità
personale.
Nel mistero del nostro amore
umano rivelaci il mistero
del tuo amore divino,
perché Tu sei il principio
di ogni amore. Così sia.

6. Quali sono gli ostacoli che impediscono di vivere in coppia un momento di preghiera: mancanza di tempo, svogliatezza, la preghiera è un fatto tutto mio personale, non mi sento tanto religioso, ho quasi un senso di pudore ecc.?

7. Che fare? possiamo decidere di provare per il futuro?

Eucaristia celebrata ed eucaristia vissuta

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.
Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Come sposi, vorremmo cercar di capire che relazione corre tra l'Eucaristia che celebriamo la domenica e la nostra vita di coppia e di famiglia. Noi solitamente teniamo distinte e separate le due cose e diciamo che sono due ambiti diversi, due esperienze diverse.

Invece dobbiamo trovare il modo di vederle intrecciate, perché l'una è dentro l'altra, l'una è per l'altra, tanto più che, a conclusione di ogni Eucaristia, sentiamo dire: *"Testimoniate (o glorificate) il Signore con la vostra vita. Andate in pace"*.

A confronto con la mentalità corrente

Spesso i momenti del pasto che ci vedono riuniti a tavola, ci trovano stanchi, imbronciati, chiusi ognuno nei suoi problemi o totalmente assorbiti da quanto propone la televisione; incapaci di ascoltare e di accogliere gli entusiasmi o le fatiche degli altri, dai più piccoli ai più anziani; pronti a scattare ad ogni minima contrarietà.

Possiamo davvero essere lontani da quella comunione d'amore che ogni pranzo, ogni cena dovrebbe essere!

Ci interroghiamo: le nostre domande

Quali parallelismi si possono cogliere tra l'Eucaristia domenicale e la nostra mensa domestica? C'è anche una liturgia familiare che può richiamarsi a quella della chiesa? Quali sono i momenti, i gesti della liturgia eucaristica che possiamo ritrovare anche tra le pareti di casa, nell'incontro del pranzo e della cena?

Concludiamo pregando

Insegnaci, Signore, che pregare significa
dare voce al tuo Spirito che è in noi.

Insegnaci che pregare significa far parlare la tua parola presente in noi.

Insegnaci che pregare è fissarti con stupore in volto,
è sorridere al tuo amore, è lasciarci modellare da Te,
è cogliere il sapore meraviglioso della vita,
è dimenticare noi stessi per immergerci in Te,
è ascoltare la melodia dell'universo,
è alzare le vele e attraversare l'oceano,
è saper aspettare con pazienza la tua risposta,
è guardare lontano oltre ogni stagione,
con il cuore rivolto all'ultimo grande giorno
che ci apre alla piena luce della Gerusalemme celeste,
ove c'è un posto che hai preparato anche per noi. Amen.

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

“Fratelli, io ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, **prese** del pane e, dopo aver **reso grazie**, lo **spezzò** e disse: «Questo è il **mio** corpo, che è **per voi**; fate questo in memoria di me». Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese anche il calice dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue; fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me». Ogni volta infatti che mangiate di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del Signore finché egli venga” (I Corinzi 11,23-26).

La sapienza umana e cristiana

“La spiritualità coniugale, fondata sul sacramento del matrimonio, è continuamente alimentata e plasmata dall’Eucaristia. Tale spiritualità si attua e si esprime non al di fuori della vita coniugale e familiare, ma all’interno di essa, attraverso le realtà e gli impegni quotidiani che la caratterizzano, nella fedeltà a tutte le esigenze dell’amore coniugale e familiare e nella loro gioiosa attuazione” (dal “Direttorio di Pastorale Familiare” n. 112).

Il nostro matrimonio, come sacramento, è nato dentro l’Eucaristia, e come tale conserva con l’Eucaristia un intimo e profondo legame ed è destinato a crescere, a trovare continuamente ispirazione nell’Eucaristia.

“Salutare, chiedere perdono, domandare, parlare e ascoltare, offrire, ringraziare, consacrare, spezzare, scambiarsi la pace, fare comunione”.

Sono i verbi che scandiscono ogni eucaristia domenicale, dove il sacerdote con i fedeli compie tutti questi gesti in nome di Gesù. Ma sono i gesti che devono caratterizzare anche le nostre eucaristie domestiche, cioè i momenti importanti del pranzo e della cena.

Questo non ci deve sorprendere, se pensiamo che proprio nell’ambito di un pranzo nuziale, a Cana, Gesù ha manifestato la sua umanità (condividendo quella festa) e la sua divinità (cambiando l’acqua in vino perché la festa non finisse male); e proprio nell’ambito di una cena Gesù ha istituito l’Eucaristia. Proviamo anche solo ad immaginare come sarebbe più umano, più vitale, più ricco questo nostro incontro attorno alla tavola, se avessimo sempre gli atteggiamenti interiori che questi gesti, sopra ricordati, suggeriscono!

“In famiglia il pasto acquista una particolare sacralità e ritualità. Attraverso i gesti comuni dell’apparecchiare la tavola, cucinare, gustare, porgere il cibo, i

La sapienza umana e cristiana

Pregare il Padre nostro. Sugeriamo alcuni modo pratici.

- Stesi sul letto, l’uno vicino all’altro, datevi la mano e provate lentamente a recitare a voce alta, assaporando parola per parola, il Padre nostro. Oppure l’uno di fronte all’altro guardatevi negli occhi e recitate la preghiera del Padre nostro.

- Un’altra variante: riflettete su ogni espressione del Padre nostro che recitate e chiedetevi cosa significa per voi e cosa dice alla vostra vita di coppia. Ad esempio, prendete la parola “**Padre**”. Questa non è un’idea astratta, ma rappresenta l’identità più profonda di Dio e manifesta anche la vostra vocazione. Respirate la parola “Padre” dentro di voi e rendetela presente tra di voi con una profondità mai assaporata prima. Accettare la paternità di Dio comporta cambiare la vostra vita. Chiedetevi in che modo.

- Un’altra possibilità è prendere la parola “**nostro**”. Questa è un buon antidoto contro la vostra indipendenza. Che cosa dice alla vostra vita di coppia? Convidete alla presenza del Padre l’esperienza che avete della vostra relazione?

- Potete focalizzare la vostra attenzione su queste parole: “**Sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà**”. L’attenzione deve essere centrata sull’aggettivo possessivo “**tuo**”. Questo vi parla dell’alterità, del centrarvi sull’altro più che su voi stessi. Che cosa significa questo per voi? In che modo vi decentrate per centrarvi sull’altro? Provate a ricordare momenti di abbandono reciproco che avete vissuto e lodate insieme il Signore.

•Potete scegliere quest’altra variante. Centrate la vostra attenzione su queste altre parole: “**Rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori**”. L’autentico perdono non deve essere guadagnato, ma offerto gratuitamente. In che modo voi vi perdonate reciprocamente?

Prendete coscienza delle vostre ferite accumulate negli anni, giratevi l’uno verso l’altro, rendetevi sempre più vicini fisicamente, chiamate per nome le vostre delusioni, le vostre sofferenze, offritele al Padre comune e poi datevi un abbraccio di pace. (da “Compagni di viaggio” di R. Taddei)

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Sapreste riconoscere nel vostro comportamento alcuni atteggiamenti da “scapolo”? È scapolo colui che agisce, fa e disfa sempre e soltanto secondo il suo criterio.
2. Giudicate importante per voi decidere in coppia?
3. Quali ostacoli incontrate per prendere insieme delle decisioni?
4. Secondo voi, dove arriva il confine tra il giusto spazio personale e l’ingiusta libertà di fare ciascuno secondo il proprio comodo?
5. Sapreste ricordare e raccontare una buona decisione presa insieme e dire come vi siete giunti?

netici tali che non abbiamo tempo da dedicare a noi stessi, tanto meno alla preghiera, che rimane spesso scollegata dalla normalità.

Ci interroghiamo: le nostre domande

Può durare a lungo una relazione che ci vede soltanto compagni di appartamento? Dove porta una relazione del genere, una relazione cioè che ha come principale obiettivo la propria personale realizzazione, senza cercare una convergenza, un'intesa, senza mai prendere insieme una decisione?

Il "NOI" fatica a nascere, anzi non nasce affatto, quando ognuno rimane chiuso e fermo nelle sue posizioni, quando non si apre all'altro la porta del proprio cuore, quando non lo si accoglie come parte integrante di sé, quando non si assume Dio come punto di riferimento nella preghiera e nel confronto con la Sua parola.

Dove attingere – come cristiani – orientamenti e risposte alle nostre domande?

La parola di Dio

“Non avete letto che il Creatore da principio li creò maschio e femmina e disse: «Per questo l'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà a sua moglie e i due saranno una carne sola? Così non sono più due, ma una sola carne».

Quello che Dio ha congiunto, l'uomo non lo separi” (Matteo 19,4-6).

“Ecco io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del mondo” (Matteo 28, 20).

“Dove sono due o tre riuniti intorno al mio nome, io sono in mezzo a loro”
(Matteo,18,20).

“Unire” è la parola-chiave di questi testi. “Unire” è il verbo che esprime il sogno di Dio, la passione di Dio: **il sogno cioè di un amore per sempre**, nonostante le crisi e le fatiche che tante coppie incontrano nel donarsi felicità; e il matrimonio rimane come sacramento di salvezza possibile e vicina, la salvezza dalla solitudine, rimane come salvaguardia del sogno di Dio; perché **la passione di Dio è quella di unire per sempre** fino a far diventare i due una sola carne. “Dio-unisce”: questo è il suo nome. Il nome del nemico invece è sempre colui che separa, che tiene divisi, il divisore, il padre della solitudine.

Anche il “pregare” aiuta questo “unire”: infatti preghiera e sacramento del matrimonio sono due realtà che si richiamano a vicenda. Perché entrambe hanno a che fare con l'amore, entrambe uniscono. La preghiera mette in rapporto con Dio che è relazione di amore, come la stessa vita coniugale vive di una profonda relazione di amore.

Il pregare insieme, in coppia unisce in un mistero di amore che sconfinava nell'orizzonte di Dio, fa entrare di più e meglio nel mistero stesso di Dio.

coniugi rimandano, anche senza volerlo, al mistero dell'Eucaristia e lo rendono comprensibile ai figli...

I genitori che chiamano i figli a tavola ricordano l'invito di Gesù: “prendete e mangiate”.

In famiglia si approfitta del pranzo e della cena per potersi scambiare opinioni, esperienze, notizie e ricevere in dono il vissuto altrui. Così era solito fare Gesù...

Nell'Eucaristia Gesù “prende il pane”, il che equivale a “prendere in mano se stesso”, a raccogliere la parte migliore di sé per offrirla in dono. Poi lo spezza perché il dono sia a misura di chi lo riceve e assimilabile... Il gesto dello spezzare il pane, con la solennità con cui lo fa Gesù, è stato spesso inteso come un'evocazione della croce, un acconsentire ad una sorta di demolizione di sé per il bene degli altri...

È tutta la vita di Gesù che viene spezzata e donata. Così Gesù entra nel vivo dell'amore coniugale e ricorda che non si ama veramente se non lasciandosi spezzare e facendosi cibo per gli altri. Il segreto dell'amore è sempre amare, aprirsi, donarsi per poter ricevere. Non ci si potrebbe nemmeno donare allo sposo e alla sposa se si restasse chiusi nella propria stanza, intatti nella propria cortecchia, nella difesa del proprio io”.

(da “Eucaristia e Matrimonio” di E. Bonetti)

Per la riflessione e la discussione in coppia e/o in gruppo

1. Proviamo a descrivere il momento del pasto in casa nostra, mettendo in evidenza gli elementi che esprimono e testimoniano l'amore e la comunione.
2. Abbiamo provato talvolta ad iniziare il pranzo e la cena con un segno di croce o con una breve preghiera di benedizione?
3. Abbiamo apprezzamento per questo importante momento della nostra vita coniugale e familiare? Lo curiamo e lo prepariamo in modo particolare, oppure...?
4. Sappiamo in questo momento dirci grazie, godere della presenza dell'altro e dei figli, raccontarci, ascoltarci, scambiarci le nostre opinioni sul nostro vissuto, oppure...?
5. Siamo soliti renderci disponibili per organizzare insieme questo momento, oppure...?
6. Sappiamo in questo momento ascoltare la voce anche dei più piccoli e dei più anziani, apprezzando la spontaneità e l'iniziativa degli altri per un dialogo più allargato, oppure...?

NB. Gli animatori dell'incontro possono valutare l'opportunità o meno di proporre ad una coppia presente di drammatizzare (cioè “rappresentare”) un loro pranzo o una loro cena, affidando poi il commento ai presenti.

La fatica di costruire il "NOI" anche nella preghiera

Concludiamo pregando

Come i discepoli di Emmaus

“Egli entrò per rimanere con loro.

*Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione,
lo spezzò e lo diede anche a loro.*

Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero”

Quanto è capitato a quei discepoli,

vorremmo, Signore, che capitasse anche a noi;

vorremmo che Tu ci fossi compagno nel nostro cammino,
che Tu entrassi nelle nostre case al momento del pranzo e della cena,
rimanessi con noi, ci parlassi, ci aprissi gli occhi e il cuore,
per avere sempre in noi il gusto della vita e dello stare insieme
e poterti riconoscere nel volto di chi ci sta di fronte e a fianco.

Che questo si realizzi, non dipende da Te,
ma solo da noi, dalla nostra fede, dalla nostra disponibilità,
perché Tu ti offri sempre.

Aumenta allora, Signore, la nostra fede
nella tua presenza e nella tua parola. Così sia.

Invocazione allo Spirito

Invochiamo lo Spirito perché renda fruttuoso questo nostro incontro,
ci renda attenti alla Sua voce,
ci aiuti a cogliere i doni di Dio e i segni della sua presenza nella nostra vita
e a comprendere le nostre fatiche, le nostre mediocrità ed immaturità.

Ci conceda il Signore di...

Presentazione del tema

Si può vivere da “scapoli” anche dopo essersi sposati? L’esperienza dice di sì: quando per esempio due vivono certamente sotto lo stesso tetto, ma le cose le decide ognuno per conto proprio, ognuno fa la sua vita... Ma è questo l’obiettivo di un matrimonio? E quando questo avviene, non si è forse già tradita la sostanza del matrimonio?

Molti sposi, pur credenti, pregano solo individualmente, fanno fatica a condividere con il coniuge questo momento di rapporto intimo con Dio. Sono scapoli anche in questo.

Riuscire ad imparare a pregare insieme, in coppia, coinvolge non solo la coscienza individuale, ma rafforza l’unità sacramentale dei due sposi.

A confronto con la mentalità corrente

Purtroppo la società ci porta ad essere scapoli, ci induce a considerarci sempre come individui, ad aver fiducia solo in noi stessi. Siamo stati abituati a cercare la nostra autorealizzazione.

Tutti infatti applaudono e approvano chi pensa e decide da solo senza dipendere da nessuno, chi dà la priorità assoluta al lavoro, alla professione, agli interessi personali. Non è altrettanto apprezzato chi dà la priorità ad amare e ad essere amato dal coniuge, alla propria relazione coniugale.

“Io faccio quello che serve a me, che mi realizza, che mi fa star bene”, oppure “in buona armonia ci siamo chiariti: tu fai le tue cose, io faccio le mie... Tutto ci siamo spartiti in buona pace”. Forse così non si litiga più, ma non si realizza nessuna unità di coppia, si diventa individui che vivono insieme, alla maniera di compagni di stanza.

La vita quotidiana, specialmente quella familiare, è scandita oggi da ritmi fre-