UFFICIO PER LA PASTORALE DELLA FAMIGLIA
in collaborazione con l'Azione Cattolica

Il volto dell'Amore

Temi per Gruppi Familiari
Diocesi di Lodi - Anno Pastorale 2016/2017

Sul retro di copertina:
Indice dei contenuti

Il materiale di approfondimento
(bibliografia, documenti, riferimenti a strumenti multimediali)
è fruibile sul sito dell'Ufficio Famiglia
http://famiglia.diocesi.lodi.it/

Alla pubblicazione hanno collaborato:
Annamaria e Luca Alquati, Marilena e Mauro Battocchi, Daniela e Attilio Biffi, Reginella e Giacinto Bosoni, Massimo e Cristina Cantoro, Laura e Mauro Cremascoli, Clara e Fabrizio De Ponti, Silvana e Maurizio Gilioli, Chiara e Raffaele Gnocchi, Chiara e Giuseppe Gola, Giada ed Enrico Meazzi, Eleonora e Marco Milani, Ariela e Marco Pagani, Valentina e Massimo Pagani, Barbara e Marco Scaglioni, Cristina e Dario Versetti.

Presentazione

Il sogno si è fatto realtà grazie all'acutezza, all'audacia, all'amorevolezza, allo sguardo aperto, alla squisita dolcezza umana ed alla sensibilità pastorale del nostro papa Francesco. Il sogno si è condensato nell'Esortazione Apostolica postsinodale "Amoris Laetitia".
Le due prime parole - la gioia dell'amore - consegnano il cuore e la chiave interpretativa del testo: siamo di fronte a una parola nuova sull'amore, a una grande narrazione sull'amore prima che a una dottrina.
E' la gioia per un testo magisteriale che nel parlare della famiglia riconduce all'essenziale, a quello che più conta, e lo fa con un linguaggio diretto, semplice, per tutti. Sono parole per gli "addetti alla vita" ossia per tutti noi che, in maniera diversa, siamo parte di una famiglia.
Il papa ci chiede di leggere questo testo senza fretta. E' un testo pacato e insieme saldo in cui immergersi, da respirare ed assaporare e non da percorrere freneticamente. Occorre respirarne lo spirito, il metodo, la visione, lo sguardo, il cuore. Come splendida gemma, si innesta sul ramo solido e indistruttibile della misericordia di Dio. Tutto parte da lì, dal cuore di Dio.
In questo anno pastorale ci lasceremo plasmare dal quarto capitolo che tratta dell'amore nel matrimonio, e lo illustra a partire dall'"inno all'amore" di San Paolo in 1 Cor 13, 4-7. Il capitolo è una vera e propria esegesi attenta, puntuale, ispirata e poetica del testo paolino. Potremmo dire che si tratta di una collezione di frammenti di un discorso amoroso che è attento a descrivere l'amore umano in termini assolutamente concreti. Si resta colpiti dalla capacità di introspezione psicologica che segna questa esegesi. L'approfondimento psicologico entra nel mondo delle emozioni dei coniugi — positive e negative — con un approccio estremamente ricco e prezioso per la loro vita cristiana.
A suo modo questo capitolo costituisce un piccolo trattato

dentro la trattazione più ampia, pienamente consapevole della quotidianità dell'amore che è nemica di ogni idealismo: «non si deve gettare sopra due persone limitate — scrive il Pontefice — il tremendo peso di dover riprodurre in maniera perfetta l'unione che esiste tra Cristo e la sua Chiesa, perché il matrimonio come segno implica "un processo dinamico, che avanza gradualmente con la progressiva integrazione dei doni di Dio"» (AL 122). Ma d'altra parte il Papa insiste in maniera forte e decisa sul fatto che «nella stessa natura dell'amore coniugale vi è l'apertura al definitivo» (AL 123), proprio all'interno di quella «combinazione di gioie e di fatiche, di tensioni e di riposo, di sofferenze e di liberazioni, di soddisfazioni e di ricerche, di fastidi e di piaceri» (AL 126) che è appunto il matrimonio.

Le schede del sussidio *"Il volto dell'Amore"* partono dalle parole esortative di Papa Francesco e aiutano a riflettere su tematiche che ripercorrono diverse realtà del vissuto di coppia, nei tempi e nei modi che le famiglie sentono vicino, lasciandosi guidare dalla Parola dell'inno all'amore.
Il desiderio di amore anima e vivifica il cuore di ciascuna famiglia. Quando nella vita quotidiana ci lasciamo contagiare dalla Parola di Dio la nostra famiglia assume tratti del volto dell'Amore. La famiglia esprime amore e l'amore si manifesta nella famiglia, così che possiamo dire con le parole di San Paolo:

La *Famiglia* è paziente,
agisce con benevolenza la *famiglia*;
non è invidiosa la *famiglia*,
non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto,
non cerca il suo interesse, non si esaspera,
non tiene conto del male ricevuto,
non gode dell'ingiustizia,
ma si compiace della verità.
Tutto scusa, tutto crede,
tutto spera, tutto sopporta.

L'inno all'amore attraversa le esortazioni di papa Francesco come un ricamo prezioso, tanto da svelare orizzonti di vita in cui scorgere il disegno di un inno alla famiglia. L'Amore fa bella la nostra famiglia.

Preghiera

La preghiera è pensata come momento iniziale di ogni incontro, con il coinvolgimento, ove è possibile, dei figli. Le diverse componenti - Sacerdote (S), Papà (P), Mamma (M), Genitori (G), Figlio/a (F), Tutti (T) - trovano l'indicazione per i loro interventi.

CANTO

S. Nel nome del Padre, del Figlio, dello Spirito Santo.
T. Amen.

S. Fratelli e sorelle, che sperimentate come è bello e soave stare insieme nell'amore,
la pace e la gioia del Signore siano con voi.
T. E con il tuo Spirito.

G. Lodiamo il tuo amore di Padre, perché niente è più prezioso nella nostra casa quanto l'amore che viene da Te.
F. Lodiamo il tuo amore di Padre, perché niente è più prezioso nella nostra casa quanto l'amore che viene da Te.
S. Lodiamo il tuo amore di Padre, perché niente è più importante nella Chiesa quanto il dono dello Spirito che tu concedi a tutti quelli che lo invocano.

INVOCAZIONE ALLA TRINITÀ

P. Benedetto sei tu, Padre, che ci hai convocato alla tua presenza e hai benedetto il nostro amore.
T. Eterno è il tuo amore per noi.

M. Benedetto sei tu, Figlio di Dio, Gesù, che ci hai consacrato nel vincolo nuziale e ci accompagni in ogni istante con la tua presenza redentrice.
T. Eterno è il tuo amore per noi.

F. Benedetto sei tu, Spirito Santo, che rinnovi i nostri cuori
e fai nuove tutte le cose.
T. Eterno è il tuo amore per noi.

G. Benedetta sei tu, Trinità adorabile,
che ci porti nel tuo grembo e ci ricolmi delle tue grazie.
T. Eterno è il tuo amore per noi.

SALMO 15

F: Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.
Ho detto a Dio: «Sei tu il mio Signore,
senza di Te non ho alcun bene».
Per i santi, che sono sulla terra,
uomini nobili, è tutto il mio amore.

G. Si affrettino altri a costruire idoli:
io non spanderò le loro libazioni di sangue
né pronunzierò con le mie labbra i loro nomi.
Il Signore è mia parte di eredità e mio calice:
nelle tue mani è la mia vita.

S. Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi,
è magnifica la mia eredità.
Benedico il Signore che mi ha dato consiglio;
anche di notte il mio cuore mi istruisce.

T. Io pongo sempre innanzi a me il Signore,
sta alla mia destra, non posso vacillare.
Di questo gioisce il mio cuore, esulta la mia anima;
anche il mio corpo riposa al sicuro.
Perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro,
né lascerai che il tuo santo veda la corruzione.

F. Mi indicherai il sentiero della vita,
gioia piena nella tua presenza,
dolcezza senza fine alla tua destra.

T. Gloria al Padre...

ASCOLTO DELLA PAROLA

Prima Lettera ai Corinzi 13,1-13

1 Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli,
ma non avessi l'amore,
sarei un bronzo che risuona
o un tamburo che rimbomba.
2 E se avessi il dono della profezia
e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza,
e possedessi la pienezza della fede
così da trasportare le montagne,
ma non avessi l'amore,
non sono nulla.
3 E se anche distribuissi tutte le mie sostanze,
e dessi il mio corpo per esser bruciato,
ma non avessi l'amore,
niente mi giova.
4 L'amore è paziente,
agisce con benevolenza l'amore;
non è invidioso l'amore,
non si vanta, non si gonfia,
5 non manca di rispetto,
non cerca il suo interesse,
non si esaspera,
non tiene conto del male ricevuto,
6 non gode dell'ingiustizia,
ma si compiace della verità.
7 Tutto scusa, tutto crede,
tutto spera, tutto sopporta.
8 L'amore non avrà mai fine.
Le profezie scompariranno;
il dono delle lingue cesserà,
e la scienza svanirà.
9 La nostra conoscenza è imperfetta,
e imperfetta la nostra profezia.
10 Ma quando verrà ciò che è perfetto,
quello che è imperfetto scomparirà.
11 Quando ero bambino, parlavo da bambino,
pensavo da bambino, ragionavo da bambino.

Ma, divenuto uomo,
ciò che era da bambino l'ho abbandonato.
12 Adesso vediamo Dio come in uno specchio,
in maniera confusa;
ma allora lo vedremo faccia a faccia.
Ora conosco in modo imperfetto,
ma allora conoscerò perfettamente,
come anch'io sono conosciuto.
13 Queste dunque le tre cose che rimangono:
la fede, la speranza e l'amore;
ma di tutte la più grande è l'amore.

INVOCAZIONE DELLO SPIRITO

T. *Vieni, Spirito, soffio amante del Padre e del Figlio,*
brezza leggera che accarezza le nostre membra
e si fa sorgente di refrigerio nell'arsura della nostra vita.
Memoria della nostra nascita nuziale, Spirito di Dio,
insegnaci a crescere nella verità del nostro amore.

Lei: Guida verso l'alto il nostro cuore;
fa' che, come il libero volo dei gabbiani,
non ci accontentiamo della mediocrità quotidiana,
ma aspiriamo a grandi altezze, quelle del cielo.
Lui: Vieni, vento impetuoso,
a liberare le strade del nostro amore
dalle foglie secche della stanchezza e del male,
per renderci capaci di rinnovarci
nella freschezza di un amore tenero e sempre nuovo.

T. *Vieni, Spirito, soffio amante del Padre e del Figlio,*
brezza leggera che accarezza le nostre membra
e si fa sorgente di refrigerio nell'arsura della nostra vita.
Memoria della nostra nascita nuziale, Spirito di Dio,
insegnaci a crescere nella verità del nostro amore.

Lei: Fuoco che non si estingue,
forza di vita che rigenera il nostro affetto e lo riscalda;
metti in crisi una lettura solo orizzontale della nostra esistenza
e aiutaci a collegarla costantemente a te,
unica vita, unica verità, unico amore.

Lui: Acqua viva che zampilla
tra le pietre del nostro cammino,
calma la sete profonda del nostro animo
donaci la tua pace, il tuo perdono, la tua grazia,
perché siamo capaci di tenerezza
l'uno per l'altro e l'uno con l'altro.

T. *Vieni, Spirito, soffio amante del Padre e del Figlio,*
brezza leggera che accarezza le nostre membra
e si fa sorgente di refrigerio nell'arsura della nostra vita.
Memoria della nostra nascita nuziale, Spirito di Dio,
insegnaci a crescere nella verità del nostro amore.

Lei: Anima la concretezza della nostra ferialità
rendila attenta alla preghiera della bellezza,
la bellezza di un amore amante che perdona
e si rinnova di giorno in giorno nella dolcezza dell'affetto.
Balsamo che lenisce le nostre ferite
trasforma ogni segno di morte in un nuovo alito di vita
e facci vivere nella tua armonia.
Lui: Spirito di Dio, diffondi il tuo profumo di speranza
in ogni nostra situazione di sofferenza;
aiutaci a crescere nel perdono reciproco,
in una riconciliazione permanente,
che non si scoraggi di fronte ai nostri limiti.
Insegnaci la forza dell'umile amore,
l'unica in grado di edificare il nostro vissuto di coppia
nello stupore di essere, amare, adorare.

T. *Vieni, Spirito, soffio amante del Padre e del Figlio,*
brezza leggera che accarezza le nostre membra
e si fa sorgente di refrigerio nell'arsura della nostra vita.
Memoria della nostra nascita nuziale, Spirito di Dio,
insegnaci a crescere nella verità del nostro amore.

Padre Nostro

Canto

L'amore è paziente, benevolo 1.

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Pazienza

91. La prima espressione utilizzata è macrothymei. La traduzione non è semplicemente "che sopporta ogni cosa", perché questa idea viene espressa alla fine del v. 7. Il senso si coglie dalla traduzione greca dell'Antico Testamento, dove si afferma che Dio è «lento all'ira» (Es 34,6; Nm 14,18). Si mostra quando la persona non si lascia guidare dagli impulsi e evita di aggredire. È una caratteristica del Dio dell'Alleanza che chiama ad imitarlo anche all'interno della vita familiare. I testi in cui Paolo fa uso di questo termine si devono leggere sullo sfondo del libro della Sapienza (cfr 11,23; 12,2.15-18): nello stesso tempo in cui si loda la moderazione di Dio al fine di dare spazio al pentimento, si insiste sul suo potere che si manifesta quando agisce con misericordia. La pazienza di Dio è esercizio di misericordia verso il peccatore e manifesta l'autentico potere.

92. Essere pazienti non significa lasciare che ci maltrattino continuamente, o tollerare aggressioni fisiche, o permettere che ci trattino come oggetti. Il problema si pone quando pretendiamo che le relazioni siano idilliache o che le persone siano perfette, o quando ci collochiamo al centro e aspettiamo unicamente che si faccia la nostra volontà. Allora tutto ci spazientisce, tutto ci porta a reagire con aggressività. Se non coltiviamo la pazienza, avremo sempre delle scuse per rispondere con ira, e alla fine diventeremo persone che non sanno convivere, antisociali incapaci di do-

minare gli impulsi, e la famiglia si trasformerà in un campo di battaglia. Per questo la Parola di Dio ci esorta: «Scompaiano da voi ogni asprezza, sdegno, ira, grida e maldicenze con ogni sorta di malignità» (Ef 4,31). Questa pazienza si rafforza quando riconosco che anche l'altro possiede il diritto a vivere su questa terra insieme a me, così com'è. Non importa se è un fastidio per me, se altera i miei piani, se mi molesta con il suo modo di essere o con le sue idee, se non è in tutto come mi aspettavo. L'amore comporta sempre un senso di profonda compassione, che porta ad accettare l'altro come parte di questo mondo, anche quando agisce in un modo diverso da quello che io avrei desiderato.

Atteggiamento di benevolenza

93. Segue la parola chresteuetai, che è unica in tutta la Bibbia, derivata da chrestos (persona buona, che mostra la sua bontà nelle azioni). Però, considerata la posizione in cui si trova, in stretto parallelismo con il verbo precedente, ne diventa un complemento. In tal modo Paolo vuole mettere in chiaro che la "pazienza" nominata al primo posto non è un atteggiamento totalmente passivo, bensì è accompagnata da un'attività, da una reazione dinamica e creativa nei confronti degli altri. Indica che l'amore fa del bene agli altri e li promuove. Perciò si traduce come "benevola".

94. Nell'insieme del testo si vede che Paolo vuole insistere sul fatto che l'amore non è solo un sentimento, ma che si deve intendere nel senso che il verbo "amare" ha in ebraico, vale a dire: "fare il bene". Come diceva sant'Ignazio di Loyola, «l'amore si deve porre più nelle opere che nelle parole».[106] In questo modo può mostrare tutta la sua fecondità, e ci permette di sperimentare la felicità di dare, la nobiltà e la grandezza di donarsi in modo sovrabbondante, senza misurare, senza esigere ricompense, per il solo gusto di dare e di servire.

Altri rimandi: *Il dialogo* (AL 136-141), *La vita nella famiglia in senso ampio* (AL 187-198)

RIFLESSIONE

Papa Francesco ci insegna che "la paura del *per sempre* si cura giorno per giorno affidandosi al Signore Gesù in una vita che diventa un cammino spirituale quotidiano, fatto di passi, di crescita comune, di impegno a diventare donne e uomini maturi nella fede". Come coppia, ci piace pensare che quel nostro "sì" detto sull'altare è una promessa che ci siamo scambiati, ma anche un dono prezioso che abbiamo messo nelle mani di Gesù. E siamo sicuri che lo custodirà con amore… come si fa con i doni preziosi A noi il compito di far crescere e maturare il nostro amore, di costruire la nostra casa sulla roccia nelle tante difficoltà, impegni, incomprensioni quotidiane attraverso piccoli gesti e un dialogo costante e costruttivo. Parlare, condividere idee, pensieri, riflessioni, raccontarsi la giornata, confidarsi è un "esercizio" per la coppia che sicuramente richiede tempo, pazienza e attenzione, ma che diventa fondamentale per una vita familiare ricca e serena: se non c'è un dialogo aperto e onesto in famiglia non può esserci armonia. Tutti i componenti della famiglia potranno trattarsi l'un l'altro in modo rispettoso ed amorevole solo se si sentiranno liberi di esprimere i propri sentimenti con sincerità.
Il fine della comunicazione familiare è difatti la comprensione, che deve portare ad un accordo. Nel libro di Amos (3,3) ci si domanda: "Due uomini cammineranno forse insieme, se prima non si sono accordati?" e in Filippesi (2,2) ci viene suggerita la strada: "rendete perfetta la mia allegrezza, avendo un medesimo sentimento, un medesimo amore, essendo d'un animo, di un unico sentire". Agendo in questo modo, i rapporti familiari non solo miglioreranno, ma cresceremo anche spiritualmente se, in ogni situazione, il nostro punto di riferimento sarà il Signore. Nel dialogo di una famiglia cristiana ci sarà sempre un terzo interlocutore, Gesù, che è presente in quanto la famiglia è unita nell'amore e nella ricerca di comprensione. Gesù è una presenza amica che non deve mai essere dimenticata; proprio per l'essere partecipe nel dialogo di questo terzo interlocutore si deve sempre andare alla ricerca di consiglio, in particolar modo quando risulta difficile arrivare ad un accordo e quando l'egoismo delle diverse parti diventa una seria minaccia. Se nella famiglia si presta attenzione a questa presenza, Gesù non sarà soltanto un ascolta-

tore, ma sarà anche il compagno e il complice che, con un sorriso, quando occorre, permetterà di guardare la vita con maggiore tranquillità, dando un segno di positività. E questo anche quando vediamo tutto nero, o quantomeno a tinte fosche, per la rabbia, il risentimento, il dolore o la sofferenza.
In ogni famiglia, ciascun membro ha il suo personale punto di vista, ed è necessario promuovere un costante sforzo, per preservare l'armonia familiare e la serenità di ogni componente attraverso l'amore e il rispetto reciproco. È umano e legittimo desiderare che i familiari conoscano e comprendano i nostri sentimenti, ed è doveroso esprimerli con grande onestà e franchezza: descrivendo ciò che proviamo, infatti, conosceremo meglio noi stessi e la nostra capacità di comunicazione si affinerà. Secondariamente, favorendo risposte puntuali ed adeguate, migliorerà la relazione familiare: per essere compresi, bisogna infatti parlare in modo chiaro, diretto ed incisivo. Anche Gesù per comunicare personalmente con gli uomini ha utilizzato un linguaggio semplice, arricchito anche con parabole ed esempi di vita pratica così che tutti lo potessero comprendere. Bisogna ricordarsi che all'interno di un dialogo, le parole devono essere edificanti e portare beneficio a chi ascolta. Nella Bibbia si dice che il nostro parlare deve essere "condito con sale" (Colossesi 4, 29): le parole arricchite con il sale della ragione e della sapienza hanno un'azione di condimento e di beneficio per chi le ascolta. Al contrario, parole amare e piene di rabbia non risolvono mai niente. Una condivisione aperta e leale aiuta a far emergere e superare anche situazioni di malessere e insoddisfazione.
Per un dialogo soddisfacente è fondamentale saper ascoltare: ciò comporta la capacità di fare spazio all'altro nella nostra vita. L'ascolto è la capacità di accogliere quanto l'altro mi vuole esprimere senza alcun preconcetto: è essenziale prestare ascolto più al significato che alle parole in sé, ovvero ascoltare più con il cuore che con la mente. È un atto di fiducia nell'altro che genera a sua volta fiducia, creando un circolo virtuoso da cui tutti traggono giovamento. Sarebbe invece un grave errore lasciare entrare il silenzio nella nostra famiglia: smettere di condividere i propri pensieri e sentimenti crea barriere insormontabili. È normale che dialogando "spuntino" opinioni e punti di vista differenti e ciò può generare conflitti. Questi ultimi possono a volte originarsi anche

da paure dovute a comportamenti che sembrano ledere le attese sulla famiglia stessa; tutti, pur consapevoli delle opinioni divergenti, dovrebbero sempre mettere l'unità d'intenti al primo posto.
La diversità deve essere correttamente affrontata e considerata, in modo tale che essa vada ad arricchire la famiglia. Soprattutto nel rapporto di coppia, i conflitti possono costituire momenti importanti per conoscersi maggiormente e per confrontarsi su argomenti e questioni che magari non si erano affrontate in precedenza; si può così sperimentare la capacità di risolvere i problemi insieme anche innescando processi di cambiamento per modificare e "raddrizzare" determinati comportamenti negativi. Quando invece il conflitto diventa frequente, violento e rimane senza chiarimenti, allora esso perde la sua valenza positiva e diventa distruttivo: si eviterà il dialogo e qualsiasi forma di confronto per la paura di arrivare al litigio, nei rapporti famigliari ci sarà l'ombra del sospetto e della sfiducia e ciò progressivamente comporterà l'allontanamento tra le parti, che molto probabilmente se ne accorgeranno quando ormai saranno distanti. A volte capita di non comprendersi perché si mal interpreta il contenuto della comunicazione: ad esempio, una battuta scherzosa può essere percepita come una considerazione ironica e offensiva oppure una frase detta con superficialità a cui viene dato un peso eccessivo può rischiare di creare attriti. Quando sentiamo suonare un duetto al pianoforte non pensiamo che l'armonia che ne scaturisce sia frutto di un affiatamento scontato degli esecutori ma sappiamo bene che, per raggiungere certi risultati, sono richiesti grande impegno e preparazione da parte degli artisti. Così anche il dialogo di coppia, vero duetto di matrimonio, richiede esercizio per trovare tempi e ritmi giusti: nessuno dei due possiede in sé tutte le qualità, ma insieme, i due possono completarsi a vicenda producendo armonia.
La coppia, per vivere felicemente, deve quindi cercare l'unità attraverso il dialogo, l'accoglienza, la comprensione, l'intimità e la donazione. Questa unità va vissuta come dono esclusivo, da conservare gelosamente perché non si deteriori e si rinnovi per tutta la vita. Con il tempo, il vero amore si arricchisce, non si consuma. L'amore va vissuto "per sempre". Papa Ratzinger, nell'*Introduzione al Cristianesimo,* afferma che

"sarebbe, infine, agevole mostrare come anche il carattere definitivo del vincolo fra due persone che la fede cristiana ritiene impegnate col 'sì' dell'amore, sul quale si fonda il matrimonio, abbia qui le sue radici. Il matrimonio indissolubile, in effetti, è comprensibile e sostenibile unicamente grazie alla fede nella decisione di Dio in Cristo, che nulla può più distruggere, di un matrimonio con l'umanità (cfr. Ef 22-33). Tale indissolubilità sta e cade insieme con questa fede; fuori di essa, a lungo andare, risulta altrettanto impossibile quanto, dentro di essa, è necessaria. E andrebbe anche ribadito che proprio questo apparente fissarsi sulla decisione presa in un dato momento della vita permette alle persone di andare avanti, di accogliersi passo dopo passo, mentre il continuo annullare tali decisioni finisce per respingerle indietro, per riportarle all'inizio, e condannarle a chiudersi nella finzione dell'eterna giovinezza e quindi al rifiuto di accettare la totalità dell'essere uomini."

Pazienza e determinazione sono gli elementi essenziali da mettere nel nostro zaino se vediamo il matrimonio come un cammino in montagna per raggiungere la meta, il *per sempre*. Papa Francesco durante l'udienza con le scuole dei Gesuiti nel 2015, rispondendo alla domanda di un bambino, ha affermato che: *"Camminare è un'arte, perché, se camminiamo sempre in fretta, ci stanchiamo e non possiamo arrivare alla fine, alla fine del cammino. Invece, se ci fermiamo e non camminiamo, neppure arriviamo alla fine. Camminare è proprio l'arte di guardare l'orizzonte, pensare dove io voglio andare, ma anche sopportare la stanchezza del cammino. E tante volte, il cammino è difficile, non è facile. 'Io voglio restare fedele a questo cammino, ma non è facile, senti: c'è il buio, ci sono giornate di buio, anche giornate di fallimento, anche qualche giornata di caduta… uno cade, cade... Ma pensate sempre a questo: non avere paura dei fallimenti; non avere paura delle cadute. Nell'arte di camminare, quello che importa non è di non cadere, ma di non rimanere caduti. Alzarsi presto, subito, e continuare ad andare. E questo è bello: questo è lavorare tutti i giorni, questo è camminare umanamente. Ma anche: è brutto camminare da soli, brutto e noioso. Camminare in comunità, con gli amici, con quelli che ci vogliono bene: questo ci aiuta, ci aiuta ad arrivare proprio alla meta a cui noi dobbiamo arrivare."*

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- Il Sacramento del Matrimonio esprime l'amore di Dio fedele, misericordioso, paziente, generoso, umile; come riusciamo a vivere il nostro amore?
- In che cosa dobbiamo migliorarlo?
- La nostra relazione è per i figli un segno della presenza di Dio e della sua tenerezza? In quale misura?
- Dialogo e ascolto: nella nostra vita di famiglia quali sono i tempi del dialogo? Sappiamo ascoltarci l'un l'altro?

PREGHIERA FINALE

Signore, l'amore è paziente.
Donami la pazienza che sa affrontare un giorno dopo l'altro.
Signore, l'amore è benigno.
Aiutaci a voler sempre il suo bene prima del mio.
Signore, l'amore non è invidioso.
Insegnaci a gioire di ogni suo successo.

Signore, l'amore non si vanta.
Ricordaci di non rinfacciargli ciò che facciamo per lui.
Signore, l'amore non si gonfia.
Concedici il coraggio di dire "Ho sbagliato".
Signore, l'amore non manca di rispetto.
Fa che possiamo vedere nel suo volto il tuo volto.

Signore, l'amore non cerca l'interesse.
Soffia nella nostra vita il vento della gratuità.
Signore, l'amore non si adira.
Allontana i gesti e le parole che feriscono.
Signore, l'amore non tiene conto del male ricevuto.
Riconciliaci nel perdono che dimentica i torti.

Signore, l'amore non gode dell'ingiustizia.
Apri il nostro cuore ai bisogni di chi ci sta accanto.
Signore, l'amore si compiace della verità.
Guida i nostri passi verso di te che sei via, verità e vita.
Signore, l'amore tutto copre, tutto crede, tutto spera,
tutto sopporta.

Aiutaci a coprire d'amore i giorni che vivremo insieme.
Aiutaci a credere che l'amore sposta le montagne.
Aiutaci a sperare nell'amore, oltre ogni speranza.

Amen

2. L'amore non si adira, non tiene conto del male, tutto scusa, tutto sopporta

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Senza violenza interiore

103. Se la prima espressione dell'inno ci invitava alla pazienza che evita di reagire bruscamente di fronte alle debolezze o agli errori degli altri, adesso appare un'altra parola –"paroxynetai"– che si riferisce ad una reazione interiore di indignazione provocata da qualcosa di esterno. Si tratta di una violenza interna, di una irritazione non manifesta che ci mette sulla difensiva davanti agli altri, come se fossero nemici fastidiosi che occorre evitare. Alimentare tale aggressività intima non serve a nulla. Ci fa solo ammalare e finisce per isolarci. L'indignazione è sana quando ci porta a reagire di fronte a una grave ingiustizia, ma è dannosa quando tende ad impregnare tutti i nostri atteggiamenti verso gli altri.

104. Il Vangelo invita piuttosto a guardare la trave nel proprio occhio (cfr. Mt 7,5), e come cristiani non possiamo ignorare il costante invito della Parola di Dio a non alimentare l'ira: «Non lasciarti vincere dal male» (Rm 12,21). «E non stanchiamoci di fare il bene» (Gal 6,9). Una cosa è sentire la forza dell'aggressività che erompe e altra cosa è accon-

sentire ad essa, lasciare che diventi un atteggiamento permanente: «Adiratevi, ma non peccate; non tramonti il sole sopra la vostra ira» (Ef 4,26). Perciò, non bisogna mai finire la giornata senza fare pace in famiglia. «E come devo fare la pace? Mettermi in ginocchio? No! Soltanto un piccolo gesto, una cosina così, e l'armonia familiare torna. Basta una carezza, senza parole. Ma mai finire la giornata in famiglia senza fare la pace!».[112] La reazione interiore di fronte a una molestia causata dagli altri dovrebbe essere anzitutto benedire nel cuore, desiderare il bene dell'altro, chiedere a Dio che lo liberi e lo guarisca: «Rispondete augurando il bene. A questo infatti siete stati chiamati da Dio per avere in eredità la sua benedizione» (1 Pt 3,9). Se dobbiamo lottare contro un male, facciamolo, ma diciamo sempre "no" alla violenza interiore.

Perdono

105. Se permettiamo ad un sentimento cattivo di penetrare nelle nostre viscere, diamo spazio a quel rancore che si annida nel cuore. La frase "logizetai to kakon" significa "tiene conto del male", "se lo porta annotato", vale a dire, è rancoroso. Il contrario è il perdono, un perdono fondato su un atteggiamento positivo, che tenta di comprendere la debolezza altrui e prova a cercare delle scuse per l'altra persona, come Gesù che disse: «Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno» (Lc 23,34). Invece la tendenza è spesso quella di cercare sempre più colpe, di immaginare sempre più cattiverie, di supporre ogni tipo di cattive intenzioni, e così il rancore va crescendo e si radica. In tal modo, qualsiasi errore o caduta del coniuge può danneggiare il vincolo d'amore e la stabilità familiare. Il problema è che a volte si attribuisce ad ogni cosa la medesima gravità, con il rischio di diventare crudeli per qualsiasi errore dell'altro. La giusta rivendicazione dei propri diritti si trasforma in una persistente e costante sete di vendetta più che in una sana difesa della propria dignità.

106. Quando siamo stati offesi o delusi, il perdono è possi-

bile e auspicabile, ma nessuno dice che sia facile. La verità è che «la comunione familiare può essere conservata e perfezionata solo con un grande spirito di sacrificio. Esige, infatti, una pronta e generosa disponibilità di tutti e di ciascuno alla comprensione, alla tolleranza, al perdono, alla riconciliazione. Nessuna famiglia ignora come l'egoismo, il disaccordo, le tensioni, i conflitti aggrediscano violentemente e a volte colpiscano mortalmente la propria comunione: di qui le molteplici e varie forme di divisione nella vita familiare».[113]

107. Oggi sappiamo che per poter perdonare abbiamo bisogno di passare attraverso l'esperienza liberante di comprendere e perdonare noi stessi. Tante volte i nostri sbagli, o lo sguardo critico delle persone che amiamo, ci hanno fatto perdere l'affetto verso noi stessi. Questo ci induce alla fine a guardarci dagli altri, a fuggire dall'affetto, a riempirci di paure nelle relazioni interpersonali. Dunque, poter incolpare gli altri si trasforma in un falso sollievo. C'è bisogno di pregare con la propria storia, di accettare sé stessi, di saper convivere con i propri limiti, e anche di perdonarsi, per poter avere questo medesimo atteggiamento verso gli altri.

108. Ma questo presuppone l'esperienza di essere perdonati da Dio, giustificati gratuitamente e non per i nostri meriti. Siamo stati raggiunti da un amore previo ad ogni nostra opera, che offre sempre una nuova opportunità, promuove e stimola. Se accettiamo che l'amore di Dio è senza condizioni, che l'affetto del Padre non si deve comprare né pagare, allora potremo amare al di là di tutto, perdonare gli altri anche quando sono stati ingiusti con noi. Diversamente, la nostra vita in famiglia cesserà di essere un luogo di comprensione, accompagnamento e stimolo, e sarà uno spazio di tensione permanente e di reciproco castigo.

Tutto scusa

111. L'elenco si completa con quattro espressioni che parlano di una totalità: "tutto". Tutto scusa, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. In questo modo, si sottolinea con for-

za il dinamismo contro-culturale dell'amore, capace di far fronte a qualsiasi cosa lo possa minacciare.

112. In primo luogo si afferma che "tutto scusa" (panta stegei). Si differenzia da "non tiene conto del male", perché questo termine ha a che vedere con l'uso della lingua; può significare "mantenere il silenzio" circa il negativo che può esserci nell'altra persona. Implica limitare il giudizio, contenere l'inclinazione a lanciare una condanna dura e implacabile. «Non condannate e non sarete condannati» (Lc 6,37). Benché vada contro il nostro uso abituale della lingua, la Parola di Dio ci chiede: «Non sparlate gli uni degli altri, fratelli» (Gv 4,11). Soffermarsi a danneggiare l'immagine dell'altro è un modo per rafforzare la propria, per scaricare i rancori e le invidie senza fare caso al danno che causiamo. Molte volte si dimentica che la diffamazione può essere un grande peccato, una seria offesa a Dio, quando colpisce gravemente la buona fama degli altri procurando loro dei danni molto difficili da riparare. Per questo la Parola di Dio è così dura con la lingua, dicendo che è «il mondo del male» che «contagia tutto il corpo e incendia tutta la nostra vita» (Gv 3,6), «è un male ribelle, è piena di veleno mortale» (Gv 3,8). Se «con essa malediciamo gli uomini fatti a somiglianza di Dio» (Gv 3,9), l'amore si prende cura dell'immagine degli altri, con una delicatezza che porta a preservare persino la buona fama dei nemici. Nel difendere la legge divina non bisogna mai dimenticare questa esigenza dell'amore.

113. Gli sposi che si amano e si appartengono, parlano bene l'uno dell'altro, cercano di mostrare il lato buono del coniuge al di là delle sue debolezze e dei suoi errori. In ogni caso, mantengono il silenzio per non danneggiarne l'immagine. Però non è soltanto un gesto esterno, ma deriva da un atteggiamento interiore. E non è neppure l'ingenuità di chi pretende di non vedere le difficoltà e i punti deboli dell'altro, bensì è l'ampiezza dello sguardo di chi colloca quelle debolezze e quegli sbagli nel loro contesto; ricorda che tali difetti sono solo una parte, non sono la totalità dell'essere dell'altro. Un fatto sgradevole nella relazione non è la totalità di quella relazione. Dunque si può accettare con semplicità che tutti siamo una complessa combinazione di luci

e ombre. L'altro non è soltanto quello che a me dà fastidio. È molto più di questo. Per la stessa ragione, non pretendo che il suo amore sia perfetto per apprezzarlo. Mi ama come è e come può, con i suoi limiti, ma il fatto che il suo amore sia imperfetto non significa che sia falso o che non sia reale. È reale, ma limitato e terreno. Perciò, se pretendo troppo, in qualche modo me lo farà capire, dal momento che non potrà né accetterà di giocare il ruolo di un essere divino né di stare al servizio di tutte le mie necessità. L'amore convive con l'imperfezione, la scusa, e sa stare in silenzio davanti ai limiti della persona amata.

Altri rimandi: *Rischiarare crisi, angosce e difficoltà* (AL 231-240)

RIFLESSIONE

Nello sviluppo di questa riflessione ci lasciamo accompagnare dalle parole *"limite"* e *"perdono"*.

Limite

Nel vocabolario troviamo diverse espressioni corrispondenti a questa voce; ciò attesta la molteplicità di vissuti, rappresentazioni e significati ad essa connessi. Il limite è una "linea che divide", ma è anche "punto estremo a cui può arrivare qualcosa", "termine che non si può e non si deve superare». Etimologicamente (dal latino limes) il limite indica proprio una via traversa, che fa da confine, da frontiera. Il limite non si prefigura soltanto come qualcosa che crea divisioni, che allontana e frammenta, ma anche come frontiera, cioè spazio di attraversamento e di contiguità. Esso non segna solo ciò che non è e che non si può raggiungere, ma anche ciò a cui si può approdare: nel definire, nel circoscrivere non stabilisce soltanto ostacoli, costrizioni, restringimenti, ma crea spazi di possibilità, territori in cui muoversi serenamente e ritagliarsi ambiti di autonomia e incisività. Scrive Etty Hillesum: «Dobbiamo poter recuperare i nostri stretti confini e continuare dentro di essi – scrupolosamente e coscienziosamente – la nostra vita limitata». Uno stile di vita proteso continuamente all'infinito e all'illimitato, a ciò

che si potrebbe ottenere ed essere, vive il limite come muro e impedimento. E si tenterà continuamente di aggirarlo o di dissimularlo. Guardando le capacità degli altri e le competenze mancanti le si desidererà con ansia, sforzandosi di essere diversi, alimentando inutili concorrenze, forme di conflittualità o sterili chiusure. Il limite potrà, invece, essere vissuto come risorsa e opportunità di crescita se alla lungimiranza di vedere oltre, di scorgere l'alterità si affiancherà l'attenzione alla propria presenza e a ciò che effettivamente si è. Se nelle relazioni continuiamo a considerare il limite, la debolezza, l'errore in una logica sottrattiva, per cui ad ogni imperfezione corrisponde una riduzione del valore personale, saremo costretti a subire il peso e a convivere con la sofferenza che spesso queste esperienze portano con sé.
"Il limite è connaturato con la persona, la abita da sempre. L'uomo che va verso il suo limite, va verso la sua umanità". Se impariamo a pensare agli aspetti di fragilità come cifra più autentica del nostro essere uomini e donne, ci disporremo con più benevolenza verso noi stessi; e questo atteggiamento costituisce la premessa per entrare in una vera relazione con gli altri. La consapevolezza profonda dei nostri limiti piccoli e grandi (dagli errori quotidiani… alla morte) può rivoluzionare le nostre relazioni con l'altro in quanto anche le imperfezioni degli altri sono parte della dimensione umana. Limiti ed errori fanno inevitabilmente parte della nostra vita, della vita delle persone che ci stanno accanto e delle relazioni che viviamo quotidianamente. Una volta riconosciuti dobbiamo decidere cosa fare, come comportarci e, soprattutto, come vivere queste situazioni nel profondo del nostro cuore. La via del perdono è quella che ci propone Gesù Cristo: complessa, rivoluzionaria e ricca di sorprese.

Perdono
Il perdono è un atteggiamento positivo con il quale si va incontro alla debolezza altrui nel tentativo di comprenderla e giustificarla, come quando Gesù disse: *"Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno"* (Lc 23,34).
"Chi non sa perdonare non ha ancora conosciuto la pienezza dell'amore. E solo chi ama veramente è in grado di giungere fino al perdono, dimenticando l'offesa ricevuta. Ai piedi della Croce, Maria vede il suo Figlio che offre tutto Sé stesso e

così testimonia che cosa significa amare come ama Dio. Maria sull'esempio di Gesù e con la sua grazia è stata capace di perdonare quanti stavano uccidendo il suo Figlio innocente. Per noi, Maria diventa icona di come la Chiesa deve estendere il perdono a quanti la invocano. La Madre del perdono insegna alla Chiesa che il perdono offerto sul Golgota non conosce limiti. Il perdono della Chiesa deve avere la stessa estensione di quello di Gesù sulla Croce, e di Maria ai suoi piedi. … La forza del perdono è il vero antidoto alla tristezza provocata dal rancore e dalla vendetta. Il perdono apre alla gioia e alla serenità perché libera l'anima dai pensieri di morte, mentre il rancore e la vendetta sobillano la mente e lacerano il cuore togliendogli il riposo e la pace" (Papa Francesco - Apertura Porta Santa della Basilica di Santa Maria Maggiore)

Volete essere felici un istante? Vendicatevi. Volete esserlo sempre? Perdonate. La parola perdono deriva dal latino "per dono", dove quel "per" indica perfezione, per cui il perdono è il dono perfetto, completo. Il perdono è necessario: Bisogna essere consapevoli che l'amore familiare (e non solo) non può esistere fuori dalla dinamica del perdono perché tutti possono sbagliare e nessuno è esente da errori. Chi offende la propria moglie (marito) dicendo " Non capisci niente!" e non chiede perdono, perderà a poco a poco la fiducia della moglie (marito), con delle conseguenze a lungo andare anche devastanti. Il perdono fa parte della vita quotidiana e non è, come qualcuno pensa, una debolezza. Chiedere perdono è riconoscere di aver sbagliato per costruire meglio il rapporto d'amore. A prescindere dalle motivazioni e dalle situazioni, bisogna accettare gli errori dell'altro perché nessuno è perfetto. Si dice "Chi ama veramente perdona tutto!"

Perdonare vuol dire amare. Senza l'amore il perdono non ha né ali né radici. É un gesto vuoto di significati, di pacificazione solo apparente. Perdonare davvero significa entrare in comunione profonda con l'altro, capire le sue ragioni per ricostruire insieme su fondamenta solide. Ecco perché il perdono non va in una sola direzione: si perdona e, allo stesso tempo, si è perdonati. Il matrimonio è la relazione che più ci mette alla prova, che più di ogni altra situazione fa emergere le nostre immaturità: è quindi indispensabile imparare ad accettarci per quello che siamo e a perdonarci. Tutti noi abbiamo nel cuore desideri di pace, di solidarietà ed anche il desiderio di perdonare e di

essere perdonati. A volte perdoniamo con le parole, ma non veramente. Non possiamo dire all'altro: "Ti perdono solo se..." perché il perdono deve essere totale e libero o non si può chiamare perdono. Il ricatto non è perdono! Non possiamo dire all'altro: "Non ci pensiamo più..." perché il perdono non è amnesia del torto, ma sforzo di capire il perché si è arrivati a ciò! Non possiamo dire all'altro: "Tanto poi le passa..." perché non va sottovalutato lo stato d'animo di una persona che si sente offesa, ma dobbiamo avere più attenzioni verso ciò che mette a disagio il nostro partner.
Il male può assumere delle dimensioni in cui il perdono non solo può apparire impossibile, ma risultare quasi disumano. Siamo esseri umani, soggetti imperfetti, ma in via di perfezione. Umanamente siamo portati a difenderci più che a riconoscere i nostri errori. La natura, però, ci viene incontro, perché in Amore tutto è possibile in quanto esso eleva la nostra umanità alla sua vera origine: il bene.
Non è facile perdonare. Talvolta per via di trascorsi e vissuti personali e familiari: se nella propria vita di famiglia non si è vissuto il perdono ma la vendetta, il risentimento o la rabbia sarà davvero complicato riuscire a perdonare. Non è facile perdonare perché ciò significa entrare nel mondo dell'altro ed accettare i suoi limiti, che non sono i nostri... Non è facile perdonare perché non sempre ci mettiamo nei panni dell'altro per meglio comprendere. Non è facile perdonare perché a volte non riusciamo a comunicare quello che desideriamo, lasciando spazio alle incomprensioni. Non è facile perdonare quando siamo stati toccati nei nostri valori fondamentali e ci sembra impossibile ricominciare. Sa perdonare solo chi è stato a sua volta perdonato.
"Un ex tossicodipendente raccontò che aveva perdonato sua moglie dopo una scappatella durata qualche mese. Gli chiesero come avesse fatto a perdonare un atto così infamante. Lui rispose: *"Sono stato perdonato dalla mia famiglia per tutto quello che ho combinato, vuole che non perdoni mia moglie?"*
Il limite del perdono è quello che fissiamo noi. Prendersi cura dell'altro e prestargli attenzione considerandolo unico e irripetibile sono atteggiamenti che aiutano a creare nella coppia il clima adatto nel quale far crescere capacità di accoglienza e sensibilità al perdono. Nella coppia e nella famiglia questo clima favorisce l'armonia, lo star bene con se stessi, il sentire

la fiducia dell'altro, il soddisfare i nostri bisogni. Camminare insieme con chi ci ama, è una scelta che richiede costante attenzione ed impegno. Occorre comunicare veramente, esprimere i bisogni personali, perché vengano capiti, occorre considerare le esigenze di ciascuno.
La famiglia è un bene prezioso dove il riconoscimento del limite, del bene e del male ed il perdono possono crescere e maturare in modo naturale se sostenuti da un Amore di fondo coltivato in primo luogo tra i coniugi.

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- So cogliere i limiti che il rapporto della nostra coppia si trova ad affrontare?
- Troviamo giusto trasmettere ai figli il senso dei propri limiti e la necessità di appoggiarsi all'altro?
- Di quale male abbiamo paura per la nostra vita di coppia e di quale bene sentiamo il bisogno nei momenti di crisi?
- Cosa intendiamo per perdono? Cosa sta alla base del perdono: la giustizia o l'amore?
- Fino a che punto possiamo perdonare?
- Ci sentiamo offesi quando...; ci sentiamo a disagio quando...
- "L'amore non si adira, non tiene conto del male, tutto scusa, tutto sopporta"… Quali sono i nostri pensieri nei confronti di una persona che mette in pratica questa esortazione?

PREGHIERA FINALE

Dal Samo 103

8 *Buono e pietoso è il Signore,*
lento all'ira e grande nell'amore.

9 *Egli non continua a contestare*
e non conserva per sempre il suo sdegno.

10 *Non ci tratta secondo i nostri peccati,*
non ci ripaga secondo le nostre colpe.

11 *Come il cielo è alto sulla terra,*
così è grande la sua misericordia su quanti lo temono;

12 *come dista l'oriente dall'occidente,*
così allontana da noi le nostre colpe.

13 *Come un padre ha pietà dei suoi figli,*
così il Signore ha pietà di quanti lo temono.

14 *Perché egli sa di che siamo plasmati,*
ricorda che noi siamo polvere.

3. L'amore non è invidioso, non si vanta, non si gonfia, non cerca il suo interesse

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Guarendo l'invidia

95. Quindi si rifiuta come contrario all'amore un atteggiamento espresso con il termine zelos (gelosia o invidia). Significa che nell'amore non c'è posto per il provare dispiacere a causa del bene dell'altro (cfr At 7,9; 17,5). L'invidia è una tristezza per il bene altrui che dimostra che non ci interessa la felicità degli altri, poiché siamo esclusivamente concentrati sul nostro benessere. Mentre l'amore ci fa uscire da noi stessi, l'invidia ci porta a centrarci sul nostro io. Il vero amore apprezza i successi degli altri, non li sente come una minaccia, e si libera del sapore amaro dell'invidia. Accetta il fatto che ognuno ha doni differenti e strade diverse nella vita. Dunque fa in modo di scoprire la propria strada per essere felice, lasciando che gli altri trovino la loro.

96. In definitiva si tratta di adempiere quello che richiedevano gli ultimi due comandamenti della Legge di Dio: «Non desidererai la casa del tuo prossimo. Non desidererai la moglie del tuo prossimo, né il suo schiavo né la sua schiava, né il suo bue né il suo asino, né alcuna cosa che appartenga al

tuo prossimo» (Es 20,17). L'amore ci porta a un sincero apprezzamento di ciascun essere umano, riconoscendo il suo diritto alla felicità. Amo quella persona, la guardo con lo sguardo di Dio Padre, che ci dona tutto «perché possiamo goderne» (1 Tm 6,17), e dunque accetto dentro di me che possa godere di un buon momento. Questa stessa radice dell'amore, in ogni caso, è quella che mi porta a rifiutare l'ingiustizia per il fatto che alcuni hanno troppo e altri non hanno nulla, o quella che mi spinge a far sì che anche quanti sono scartati dalla società possano vivere un po' di gioia. Questo però non è invidia, ma desiderio di equità.

Senza vantarsi o gonfiarsi

97. Segue l'espressione perpereuetai, che indica la vanagloria, l'ansia di mostrarsi superiori per impressionare gli altri con un atteggiamento pedante e piuttosto aggressivo. Chi ama, non solo evita di parlare troppo di sé stesso, ma inoltre, poiché è centrato negli altri, sa mettersi al suo posto, senza pretendere di stare al centro. La parola seguente – physioutai – è molto simile, perché indica che l'amore non è arrogante. Letteralmente esprime il fatto che non si "ingrandisce" di fronte agli altri, e indica qualcosa di più sottile. Non è solo un'ossessione per mostrare le proprie qualità, ma fa anche perdere il senso della realtà. Ci si considera più grandi di quello che si è perché ci si crede più "spirituali" o "saggi". Paolo usa questo verbo altre volte, per esempio per dire che «la conoscenza riempie di orgoglio, mentre l'amore edifica» (1 Cor 8,1). Vale a dire, alcuni si credono grandi perché sanno più degli altri, e si dedicano a pretendere da loro e a controllarli, quando in realtà quello che ci rende grandi è l'amore che comprende, cura, sostiene il debole. In un altro versetto lo utilizza per criticare quelli che si "gonfiano d'orgoglio" (cfr 1 Cor 4,18), ma in realtà hanno più verbosità che vero "potere" dello Spirito (cfr 1 Cor 4,19).

98. E' importante che i cristiani vivano questo atteggiamento nel loro modo di trattare i familiari poco formati nella fede,

fragili o meno sicuri nelle loro convinzioni. A volte accade il contrario: quelli che, nell'ambito della loro famiglia, si suppone siano cresciuti maggiormente, diventano arroganti e insopportabili. L'atteggiamento dell'umiltà appare qui come qualcosa che è parte dell'amore, perché per poter comprendere, scusare e servire gli altri di cuore, è indispensabile guarire l'orgoglio e coltivare l'umiltà. Gesù ricordava ai suoi discepoli che nel mondo del potere ciascuno cerca di dominare l'altro, e per questo dice loro: «tra voi non sarà così» (Mt 20,26). La logica dell'amore cristiano non è quella di chi si sente superiore agli altri e ha bisogno di far loro sentire il suo potere, ma quella per cui «chi vuole diventare grande tra voi, sarà vostro servitore» (Mt 20,27). Nella vita familiare non può regnare la logica del dominio degli uni sugli altri, o la competizione per vedere chi è più intelligente o potente, perché tale logica fa venir meno l'amore. Vale anche per la famiglia questo consiglio: «Rivestitevi tutti di umiltà gli uni verso gli altri, perché Dio resiste ai superbi, ma dà grazia agli umili» (1 Pt 5,5).

Distacco generoso

101. Abbiamo detto molte volte che per amare gli altri occorre prima amare sé stessi. Tuttavia, questo inno all'amore afferma che l'amore "non cerca il proprio interesse", o che "non cerca quello che è suo". Questa espressione si usa pure in un altro testo: «Ciascuno non cerchi l'interesse proprio, ma anche quello degli altri» (Fil 2,4). Davanti ad un'affermazione così chiara delle Scritture, bisogna evitare di attribuire priorità all'amore per sé stessi come se fosse più nobile del dono di sé stessi agli altri. Una certa priorità dell'amore per sé stessi può intendersi solamente come una condizione psicologica, in quanto chi è incapace di amare sé stesso incontra difficoltà ad amare gli altri: «Chi è cattivo con sé stesso con chi sarà buono? [...] Nessuno è peggiore di chi danneggia sé stesso» (Sir 14,5-6).

102. Però lo stesso Tommaso d'Aquino ha spiegato che «è più proprio della carità voler amare che voler essere amati»

[110] e che, in effetti, «le madri, che sono quelle che amano di più, cercano più di amare che di essere amate».[111] Perciò l'amore può spingersi oltre la giustizia e straripare gratuitamente, «senza sperarne nulla» (Lc 6,35), fino ad arrivare all'amore più grande, che è «dare la vita» per gli altri (Gv 15,13). È ancora possibile questa generosità che permette di donare gratuitamente, e di donare sino alla fine? Sicuramente è possibile, perché è ciò che chiede il Vangelo: «Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date» (Mt 10,8).

Altri rimandi: *Crescere nella Carità coniugale* (AL 120-135), *Amore appassionato* (AL 142-152)

RIFLESSIONE

Il matrimonio nasce dall'umiltà, da un atto di umiltà. In esso ciascuno riconosce la propria dipendenza, la necessità dell'altro. Senza umiltà, il matrimonio non riesce a rimanere in vita e in salute. La superbia è uno dei principali nemici del matrimonio e dell'amore stesso. Mentre gli altri vizi si oppongono, per così dire, ad una specifica virtù, la superbia si insinua ovunque e danneggia più profondamente la nostra vita.

Nella famiglia che "funziona" c'è:

- cooperazione: i coniugi lavorano insieme per raggiungere obiettivi comuni;
- sostegno: ognuno aiuta l'altro in difficoltà offrendogli un aiuto emotivo, fisico o economico.

Quando la nostra relazione in famiglia è problematica si ha:

- competizione: ciascun partner cerca di ottenere per sè più risorse, successo, benessere. La sfida diventa deleteria soprattutto se si cerca di danneggiare l'altro: in questo processo si innescano spesso sentimenti di invidia, superbia, rabbia;

- punizione: avviene quando qualche componente della famiglia cerca di innescare emozioni negative nell'altro. L'uso della punizione può dar luogo ad un'escalation di aggressività e di malessere:
  - violenza fisica (aggressioni fisiche, sessuali, rompere, lanciare, sbattere oggetti);
  - violenza verbale (insulti, colpevolizzazione, svalutazione, critiche aggressive, tono sarcastico, prendere in giro, alzare la voce, provocazioni, esprimere disprezzo, interrompere ripetutamente il discorso altrui);
  - spegnere la comunicazione (stare in silenzio, ignorare, far finta di non vedere, non sentire, non salutare, non sorridere, non rispondere, non esprimere emozioni e pensieri);
  - rompere il contratto di fiducia (tradire, ingannare, mancare ripetutamente alla parola data, mentire);
  - rifiutare (dire quasi sempre "no" alla richieste, non collaborare, rifiutare il coniuge sessualmente e affettivamente, non renderlo partecipe nelle attività e decisioni).

E' bello qui ricordare la risposta di Cristo nell'inno alla comunità di Filippi che scrisse l'apostolo Paolo: *"Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce. Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome; perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre"*. (Fil. 2, 5-11)

Arricchiscono la nostra riflessione alcuni riferimenti all'atteggiamento della carità coniugale e all'intimità di coppia.

L'atteggiamento della Carità coniugale
Vivere la carità costituisce la vocazione di ogni cristiano. Risponde anche all'aspirazione di fondo del cuore umano: amare ed essere amato. E questo non solo con le semplici forze umane, ma con la stessa forza di Dio…Tuttavia, il dono della carità, come ogni altro dono di Dio, non lascia inerte la perso-

na, non la rende passiva o consumatrice. La coinvolge invece nella sua libertà responsabile e la chiama a cooperare direttamente, rendendola collaboratrice nel portare frutti. Vivere la carità coniugale, dunque, non è qualcosa di marginale o di saltuario, ma rappresenta un impegno ed un cammino, una proposta di vita in pienezza. Il presupposto di questo cammino è la consapevolezza di essere stati: *"presi – benedetti – spezzati – donati"*.

Presi... scelti: Come figli di Dio noi siamo presi, siamo scelti da Dio con amore infinito, un amore che esiste da tutta l'eternità e che durerà per tutta l'eternità. La grazia del Signore ci rincorre e ci accompagna sin dalla nostra nascita. Siamo battezzati, cresimati, sposati.
Benedetti: Come figli di Dio noi siamo amati e benedetti. Il Signore in ogni istante della nostra vita ci ricorda che vuole il nostro bene e non ci lascerà mai soli. Se la realtà del nostro essere benedetti non è soltanto un sentimento, ma una verità, dobbiamo essere capaci di sperimentare questa benedizione attraverso la preghiera e l'ascolto della voce che dice cose buone di noi. Così anche noi e le nostre famiglie saremo capaci di benedire gli altri, di far cioè sentire loro il nostro amore.

Spezzati: La vita di ogni uomo, come quella di Cristo, è sottoposta a prove a volte dure: tutti sperimentiamo l'essere spezzati. In tali circostanze abbiamo bisogno di sentire la vicinanza di qualcuno che si unisca a noi e sappia essere la "roccia" su cui poggiarsi. Quando diciamo che Dio è fedele intendiamo dire che possiamo sempre contare pienamente su di Lui. Egli è la roccia sulla quale ogni cristiano deve costruire la propria vita. Vivere la carità coniugale nella vita di coppia significa attuare tutto ciò. Il coniuge che soffre si deve sentire sostenuto, deve essere accolto sotto l'ala protettrice dell'altro. La presenza silenziosa fatta di cure premurose è segno dell'amore e alimenta la speranza.

Donati: La nostra più grande realizzazione consiste nel dare noi stessi agli altri. Nel dare diventa chiaro che siamo scelti, benedetti e spezzati non semplicemente per noi stessi, ma per gli altri. Non è tanto importante cosa fare per gli altri, ma chi essere per gli altri. Il nostro servizio vissuto con gioia può dare un

respiro nuovo agli impegni quotidiani e contribuire a renderci consapevoli di tale realtà: la nostra stessa vita, è un dono da offrire agli altri. Come il pane per essere condiviso deve essere spezzato, così anche le nostre vite. Le coppie e le famiglie che si aprono agli altri sono il segno di un amore che sa guardare lontano. L'Apertura agli altri è quindi una dimensione essenziale che deve pervadere la nostra quotidianità. Proviamo a pensare alle nostre giornate e a quante occasioni di incontro abbiamo, occasioni che ci vengono date anche dai nostri figli e da ciò che vivono, e proviamo a chiederci come viviamo questi momenti. La carità coniugale ha la sua sorgente in Cristo che con la grazia del sacramento del matrimonio rende l'uomo e la donna capaci di amarsi e di essere dono per gli altri.

Amore appassionato – intimità di coppia – imparare a dire "ti amo"

Nella coppia, una buona comunicazione permette di conoscere i pensieri, i sentimenti e le opinioni di chi ci sta accanto. Per ottenere e mantenere un buon rapporto è necessaria una comunicazione adeguata. Se all'interno di una coppia non esiste un buon dialogo, la relazione ne risentirà moltissimo. Non è sufficiente sapere che "Dio ha iscritto nella nostra biologia, nella nostra genetica, la necessità di ricercarci, di incontrarci, di amarci", se tutto questo viene comunicato in maniera lacunosa o ambigua. Sapere esprimere e dimostrare il vero amore è un aspetto essenziale della relazione. Riteniamo importantissimo, nel rapporto coniugale, saper dire: *Ti amo.* Talvolta questa espressione si sente dalle labbra, ma il comportamento esprime altro. Le dichiarazioni d'amore si sentono spesso, ma poi succede che tale messaggio venga decodificato in maniera diversa. *Come mi ami, se non ti ricordi di mettere a posto le tue cose?* Oppure, *Mi dici sempre che mi ami, ma non mi aiuti mai a lavare le pentole…* ecc... Sono solo alcuni dei molti esempi quotidiani che la realtà di un vissuto di coppia rileva. "L'amore non si sviluppa dal sesso. L'amore deve svilupparsi fino al sesso". Nell'esprimere il proprio sentimento alla persona amata, è indispensabile il rispetto. Il coniuge ha la sua personalità e si porta dietro un'educazione, un carattere, una sensibilità diversi... queste differenze vanno accettate e rispettate. Uno dei compiti prioritari dei coniugi è la costruzione della loro relazione sessuale e la ricerca del posto che ad essa spetta nel conte-

sto della loro vita di coppia. Perché l'amore possa trasformarsi in una festa dei corpi condivisa, è necessario aver creato prima …il clima di tenerezza necessario; bisogna prendersi il tempo che ci vuole, saper attendere il momento in cui i due corpi saranno pronti al piacere. Non sempre questa preparazione avrà la stessa durata. Occorre sempre chiedersi cosa sia l'amore… "L'amore autentico è il *donarsi, l'essere dono* nel senso pieno, donarsi nel senso totale, ad un *tu*". Questo è l'amore disinteressato, autentico, maturo.

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- Ogni cosa che abbiamo ci è stata donata dal Signore. Abbiamo questa consapevolezza che ci porta a non vantarci di come siamo o di quel che abbiamo? Quali sono le difficoltà che incontriamo nel riconoscere ed accettare questa verità?

- L'Amore vero non invidia: alla luce di questo siamo capaci di essere gioiosi della gioia dell'altro e viceversa sappiamo soffrire per la sofferenza dell'altro? Cosa ci aiuta a vincere i sentimenti di gelosia, invidia, astio che a volte anche all'interno della nostra famiglia proviamo nei confronti del nostro coniuge e dei nostri figli?

- Sappiamo rinnovare nello stupore quel "Ti amo" detto una volta per sempre ma da vivere nel quotidiano? Quali atteggiamenti non verbali utilizziamo per dirci reciprocamente il nostro amore?

- Sappiamo percepire e vivere la dimensione erotica dell'amore come Dono di Dio che abbellisce e completa l'incontro tra gli sposi?

PREGHIERA FINALE

Signore Gesù,
l'amore che ci unisce come sposi
è il tesoro a cui abbiamo legato il nostro cuore.

Fa che esso sia un piccolo frammento
del grande tesoro che è il tuo amore per l'umanità.

Permettici di attingere al tuo tesoro
nei vari momenti della giornata.

Abbiamo bisogno di attingere al tuo tesoro
nel tempo dedicato alla famiglia
per crescere nell'unità e nella diversità,
nel tempo dedicato al lavoro
per viverlo nell'onestà e nel servizio,
nel tempo dedicato alle relazioni con gli altri
per creare comunità di vita.

Ma soprattutto al Tuo tesoro
abbiamo bisogno di attingere per noi,
sposi assetati di amore e di relazioni autentiche.

Amen

L'amore non manca di rispetto | 4.

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Amabilità

99. Amare significa anche rendersi amabili, e qui trova senso l'espressione aschemonei. Vuole indicare che l'amore non opera in maniera rude, non agisce in modo scortese, non è duro nel tratto. I suoi modi, le sue parole, i suoi gesti, sono gradevoli e non aspri o rigidi. Detesta far soffrire gli altri. La cortesia «è una scuola di sensibilità e disinteresse» che esige dalla persona che «coltivi la sua mente e i suoi sensi, che impari ad ascoltare, a parlare e in certi momenti a tacere».[107] Essere amabile non è uno stile che un cristiano possa scegliere o rifiutare: è parte delle esigenze irrinunciabili dell'amore, perciò «ogni essere umano è tenuto ad essere affabile con quelli che lo circondano».[108] Ogni giorno, «entrare nella vita dell'altro, anche quando fa parte della nostra vita, chiede la delicatezza di un atteggiamento non invasivo, che rinnova la fiducia e il rispetto. […] E l'amore, quanto più è intimo e profondo, tanto più esige il rispetto della libertà e la capacità di attendere che l'altro apra la porta del suo cuore». [109]

100. Per disporsi ad un vero incontro con l'altro, si richiede uno sguardo amabile posato su di lui. Questo non è possibile quando regna un pessimismo che mette in rilievo i difetti e gli errori altrui, forse per compensare i propri complessi. Uno sguardo amabile ci permette di non soffermarci molto sui limiti dell'altro, e così possiamo tollerarlo e unirci in un

progetto comune, anche se siamo differenti. L'amore amabile genera vincoli, coltiva legami, crea nuove reti d'integrazione, costruisce una solida trama sociale. In tal modo protegge se stesso, perché senza senso di appartenenza non si può sostenere una dedizione agli altri, ognuno finisce per cercare unicamente la propria convenienza e la convivenza diventa impossibile. Una persona antisociale crede che gli altri esistano per soddisfare le sue necessità, e che quando lo fanno compiono solo il loro dovere.
Dunque non c'è spazio per l'amabilità dell'amore e del suo linguaggio. Chi ama è capace di dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano. Vediamo, per esempio, alcune parole che Gesù diceva alle persone: «Coraggio figlio!» (Mt 9,2). «Grande è la tua fede!» (Mt 15,28). «Alzati!» (Mc 5,41). «Va' in pace» (Lc 7,50). «Non abbiate paura» (Mt 14,27). Non sono parole che umiliano, che rattristano, che irritano, che disprezzano. Nella famiglia bisogna imparare questo linguaggio amabile di Gesù.

Altri rimandi: *La trasmissione della vita e l'educazione dei figli* (AL 84-85), *Rafforzare l'educazione dei figli* (AL 259-290)

RIFLESSIONE

Nell'*Amoris Laetizia* l'amabilità è l'atteggiamento scelto per declinare e fare da cassa di risonanza al versetto "non manca di rispetto" dell'"Inno alla carità" (1 Cor 13,4-7). Se si vuole lasciare spazio ad una suggestione, si potrebbe dire che l'amabilità è una specie di predisposizione a relazioni di Amore (in ambito familiare, di amicizia, di lavoro, di fraternità e collaborazione nelle nostre comunità).
Una citazione tratta da "Sentirsi amati" di Henri J.M. Nowen può ulteriormente aiutarci a capire l'importanza e la necessità di predisporci all'Amore con l'amabilità, anche quando le condizioni della vita non sono ideali e favorevoli all'Amore: «Ogni giorno vedo succedere questo nella nostra comunità. Coloro che vi appartengono, uomini e donne con infermità

mentali, hanno molte ragioni per essere amari. Molti di loro sperimentano una profonda solitudine, il rifiuto da parte di certi membri della propria famiglia o di taluni amici… Eppure, per lo più, essi scelgono di non restare nell'amarezza, ma di essere grati per i tanti piccoli doni che ricevono nelle loro vite… Essi scelgono la gratitudine al posto dell'amarezza e diventano fonte di speranza ed ispirazione per tutti i loro assistenti che, sebbene non siano malati mentali, devono fare la stessa scelta. Se continuiamo a pretendere la luce, diventeremo gradualmente sempre più radiosi. Quello che tanto mi affascina è che ogni volta che decidiamo di essere grati, sarà più facile vedere nuove cose per esserlo ancora. La gratitudine genera gratitudine, proprio come l'Amore genera Amore».
Qui si intuisce che l'amabilità può essere vista come il seme dell'Amore. Provando ad isolare alcuni stralci dei versetti [99] e [100] dell'*Amoris Laetizia,* dedicati all'amabilità vedremo che essi sono predisposti in maniera "speciale" ad avere delle ricadute nell'ambito delle relazioni in famiglia.

Amare significa anche rendersi amabili [99] La famiglia si può scoprire/riscoprire organismo in "simbiosi" e non un nucleo più o meno casuale di persone indipendenti. Possono sorgere (o essere saggiamente architettate) piacevoli forme di complicità educativa. Ciascuno dei componenti, compatibilmente con la sua età e col suo ruolo in famiglia, per rendersi amabile deve imparare a ridimensionare il proprio ego e a domare tratti del proprio carattere affinché essi siano declinati verso il bene.

L'amore non opera in maniera rude… [99] Nei rapporti familiari l'amore lascia a volte a bocca aperta. Un esempio lampante nel Vangelo è la parabola del figliol prodigo (Lc 15,11-32): il padre non accoglie in malo modo il figlio ritrovato, ma lo abbraccia e lo riveste, gli ridona la dignità, lo fa rinascere. A volte l'amore riesce a distendere i rapporti più burrascosi, rimandando ad altri momenti rimproveri o ripicche, anche se pienamente ed umanamente giustificati. Difficilmente in una coppia che si relaziona con gesti bruschi e parole inappropriate può esserci amore profondo e rispettoso. L'Amore va educato, stimolato, indirizzato, alimentato.

Detesta far soffrire gli altri [99] E' importante che in un nucleo familiare l'Amore venga declinato al positivo nei confronti del prossimo. L'inclinazione al bene e l'avversione al male è un preciso compito degli sposi ed è un obbligo che fa parte a pieno titolo delle promesse matrimoniali. Le situazioni di crisi matrimoniale sono troppo spesso causate e seguite da pesanti fasi di attrito continuo tra marito e moglie, i quali sanno benissimo dove colpire per farsi male. Certe situazioni di sofferenza lasciano cicatrici indelebili.

Coltivi la sua mente e i suoi sensi [99] Il mondo spesso dà un messaggio completamente opposto a quello cristiano nei confronti del dominio di sè e della dimensione che devono avere gli istinti di uomini e donne. La coppia non deve diventare una spugna che assorbe acriticamente il pensiero del mondo su ciò che concerne l'intimità, la sessualità, l'affettività. Nell'esercizio di questi ambiti esclusivi deve uscire la propensione alla virtù per domare istinti ed egoismi. La famiglia dovrebbe essere in atteggiamento di apertura vigile nei confronti del mondo.

Essere amabile non è uno stile che un cristiano possa scegliere... [99] La famiglia ha e deve avere un'identità; all'interno del concetto di identità c'è sempre qualcosa di scritto (genetico) e qualcosa di costruito dall'esperienza e plasmato dalla volontà. In qualche modo l'amabilità deve far parte della vita di ciascuno dei componenti della famiglia, proprio come un bagaglio genetico. Non è necessario che la famiglia sia "perfetta" e chiusa nel "paradiso" delle mura di casa: essa si deve aprire alla dimensione dell'amabilità con la testimonianza, perfezionandosi con l'esempio dei santi. Perfezionarsi significa cercare l'equilibrio più adeguato nella virtù sulla strada del Vangelo.

Ogni giorno entrare nella vita dell'altro... chiede delicatezza… [99] "Permesso, scusa, grazie" sono espressioni che si imparano da piccoli; i genitori cercano di trasmetterle ai figli. Esiste effettiva coscienza di quanto queste parole parlino della forza della delicatezza? Ci sono dei momenti della vita di coppia in cui uno dei due può cadere (per motivi di salute, per limiti di qualsiasi tipo, perché gli capita qualcosa); non

sempre si usa delicatezza per allungare la mano e far rialzare l'altro. È forte la tentazione del far pesare la cosa, del rinfacciare un aiuto.

... attendere che l'altro apra la porta del suo cuore. [99] Quando ci si accorge di essere ricambiati nell'amore, si percepisce una sensazione di pace e gioia. In alcune famiglie ferite da tradimenti o da violenza, l'apertura è sempre minacciata dalla paura. La falsità nella coppia preclude la possibilità che si possa godere dell'apertura dell'altro perché si è disorientati. Per questo l'aspettare e il rispettare l'altra persona facilita l'accesso al cuore, all'intimità più profonda e vera, alla comunione dei cuori, delle menti e di corpi tra i coniugi.

Per disporsi ad un vero incontro con l'altro... [100] In famiglia, soprattutto in certi momenti, esistono incontri "forzati" o "casuali" che hanno l'inconsistenza della quotidianità, altri incontri hanno invece il rango di incontri "veri". L'incontro profondo in una coppia è raro, anche quando si trascorre tanto tempo assieme. Lo "stare con" non è necessariamente una condizione che predispone ad un incontro vero, intimo, profondo; se ciascuno resta cristallizzato nella sua posizione l'incontro perde di calore e di profondità. Sfuggire da un incontro vero, a volte, può essere un alibi per non mettersi in discussione, ce lo insegna il Vangelo quando Gesù incontra il giovane ricco (Mt 19,16-22).

Questo non è possibile quando regna un pessimismo che mette in rilievo i difetti e gli errori altrui [100] Il pessimismo in famiglia è come un velo che opacizza tutte le persone, fissa tutto al presente e toglie la prospettiva di cambiamento nella misericordia. Se una coppia si fa vincere dal pessimismo la fiducia lascia il posto al sospetto, la cura dell'altro lascia il posto all'indifferenza. Il pessimismo è la paura di non investire sull'altro: paura che paralizza la capacità di fidarsi dell'altro e che rende difficile continuare a dargli credito. Il pessimismo non si vince per forza con l'ottimismo, ma si può vincere con il realismo e con la speranza.

Uno sguardo amabile ci permette di non soffermarci molto sui limiti dell'altro... e unirci in un progetto comune, anche

se siamo differenti. [100] I difetti sono un concetto spesso fuorviante e superfluo; se da una parte i difetti possono essere qualcosa di oggettivo, per larga parte sono visioni egocentriche di come si possono vedere carattere, personalità, modi di agire, fisicità di una persona. Accogliere i difetti porta ad Amare. Il progetto comune si plasma attraverso le varie fasi della vita con una metamorfosi progressiva che armonizza le peculiarità di tutti i componenti senza incagliarsi sulle diversità.

Chi ama è capace di dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano. [100] L'esempio di Gesù ci insegna come sia importante dare credito e promuovere il prossimo per indirizzarlo sulla via dell'Amore, non solo con parole, ma anche con gesti amabili, con pazienza, perseveranza, incoraggiamento, esigendo tuttavia la conversione del cuore.

Educare alla vita

Quando parliamo di educazione ed amabilità occorre ricordare che senza amore non ci può essere educazione. A guardare nel profondo ciò che spinge un educatore a esserci e a stare in relazione per il perseguimento degli obiettivi educativi, è proprio la ricerca del bene per la persona che gli è affidata. Volere il bene, perseguire il bene è frutto di una scelta, un'opzione antropologica che rimettendo al centro il soggetto ne ribadisce l'essenza e l'unicità. Per educare occorre amare e amando si educa.

L'amabilità può essere compresa come lo stile che caratterizza l'agire educativo; non una scelta o un'opzione metodologica, ma il senso più profondo e genuino del voler educare secondo quel principio dell'intenzionalità educativa capace di ribadire il senso e la prospettiva che si è scelta.

Per un approfondimento rispetto ai contenuti "Amabilità ed Educazione dei figli" si veda l'estensione della presente scheda sul sito http://famiglia.diocesi.lodi.it

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- Come viene vissuta l'amabilità nel nostro contesto familiare? E come all'interno della nostra comunità? Riusciamo a testimoniarla? Riusciamo a riconoscere negli altri atteggiamenti di amabilità?

- Come viene alimentata l'amabilità all'interno della nostra famiglia? Quali sono le "fonti" (Sacre Scritture, guida spirituale, i santi, persone a noi vicine, etc…) a cui attingiamo per crescere nella nostra amabilità?

- Per noi genitori cosa significa educare? Cerchiamo il significato della parola e il valore che ha per noi.

- Nella nostra famiglia quali obiettivi educativi cerchiamo di raggiungere? Come li abbiamo individuati? Con chi e come li abbiamo scelti?

PREGHIERA FINALE

Madre, quando preparavi il pane,
nel tuo gesto ho compreso
l'arte dell'impasto.

Del rendere uno ciò che in origine era diverso.
In quei gesti ti curavi di noi
e il senso del destino di uomo
in me cresceva.

Madre, con il tuo gesto spezzavi il pane in tavola,
e io comprendevo che dividere
non era separare, ma moltiplicare
amore e vita mi chiamavi a donare.

L'amore l'ho visto nei gesti,
il sapore del pane me lo ha sempre ricordato,
che un gesto amorevole era gesto profetico.
che il tuo modo di educare era amare tutto in tutti.

Ed io, sempre più consapevole
sceglievo di seguire il disegno del Padre,
spezzando a mia volta il mio pane,
amando.

Amen

L'amore non gode dell'ingiustizia, si compiace della verità

5.

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Rallegrarsi con gli altri

109. L'espressione chairei epi te adikia indica qualcosa di negativo insediato nel segreto del cuore della persona. È l'atteggiamento velenoso di chi si rallegra quando vede che si commette ingiustizia verso qualcuno. La frase si completa con quella che segue, che si esprime in modo positivo: synchairei te aletheia: si compiace della verità. Vale a dire, si rallegra per il bene dell'altro, quando viene riconosciuta la sua dignità, quando si apprezzano le sue capacità e le sue buone opere. Questo è impossibile per chi deve sempre paragonarsi e competere, anche con il proprio coniuge, fino al punto di rallegrarsi segretamente per i suoi fallimenti.

110. Quando una persona che ama può fare del bene a un altro, o quando vede che all'altro le cose vanno bene, lo vive con gioia e in quel modo dà gloria a Dio, perché «Dio ama chi dona con gioia» (2 Cor 9,7), nostro Signore apprezza in modo speciale chi si rallegra della felicità dell'altro. Se non alimentiamo la nostra capacità di godere del bene dell'altro e ci concentriamo soprattutto sulle nostre necessità, ci con-

danniamo a vivere con poca gioia, dal momento che, come ha detto Gesù, «si è più beati nel dare che nel ricevere!» (At 20,35). La famiglia dev'essere sempre il luogo in cui chiunque faccia qualcosa di buono nella vita, sa che lì lo festeggeranno insieme a lui.

Altri rimandi: *Il Sacramento del Matrimonio* (AL 72-75), *Accompagnare, discernere e integrare la fragilità* (AL 291-312)

RIFLESSIONE

L'uomo e la donna si sono trovati dopo una lunga ricerca, al fondo della quale è esploso un grido che ha squarciato la solitudine dei singoli: *"questa volta essa è osso dalle mie ossa e carne dalla mia carne"*. Questa esperienza unica si è fatta concreta sotto lo sguardo e la guida della mano creatrice di Dio, il quale pose lo sguardo sulla sua opera e la riconobbe "molto buona"…: potremmo dire il suo lavoro migliore. Ciò che determinò quell'incontro è ancora oggi la ragione che favorisce l'incontro dell'uomo con la sua donna e della donna con il suo uomo. Come in un moto ad uscire da se stessi per andare alla ricerca di chi può dare sostanza alla nostra ricerca di senso. Con la disponibilità a lasciarsi condurre da Dio in questa ricerca, con la fiducia che si deve a chi più di ogni altro conosce il cuore della sua creatura. Questo movimento "ad uscire", questa volontà di mettersi in ricerca, il coraggio e l'intelligenza di riconoscerci insufficienti a noi stessi, di scoprirci bisognosi di qualcuno che, fuori di noi, possa completare il nostro orizzonte di senso, è ciò che ci salva dalla solitudine, dal restare chiusi, imprigionati in noi stessi.
Lasciarsi condurre da Dio verso la propria donna, verso il proprio uomo, comporta un doppio riconoscimento: io sono ciò che sono, perché ho lasciato spazio all'incontro con Dio e con la mia sposa; abbiamo fatto questo cammino nel sacramento del matrimonio e in esso abbiamo conosciuto un nuovo soggetto: il "noi", la coppia. Io con la mia sposa, io con il mio sposo, siamo una realtà nuova, al punto che la nostra vita è cambiata radicalmente. Per dare forma a questo nuovo

soggetto abbiamo cambiato pelle, abbiamo messo distanza tra noi e il nostro stesso sangue, abbiamo cominciato una nuova vita nella quale non solo io sono diverso, ma è nato un "noi".

Questi aspetti, che hanno caratterizzato la nostra esperienza personale ed hanno trovato la loro consacrazione nel matrimonio, non sono dati una volta per tutte. Abbiamo imparato, nella vita personale e in quella di coppia, come sia costantemente necessario alimentare quel dinamismo che ci porta a cercare fuori da noi stessi ciò che corrisponde al desiderio più profondo del nostro cuore: ora la nostra ricerca ha un nome, un volto: quello della donna amata, quello dell'uomo prescelto. Allo stesso modo sentiamo quanto sia necessario liberare costantemente lo spazio - concesso a Dio - di cooperare nella nostra vita di sposi e quanto sia difficile, in certi passaggi della nostra esperienza familiare, continuare a riconoscere dignità al "noi", rifiutando di scivolare all'indietro verso l'"io" e riducendo in tal modo la prospettiva che il sacramento del matrimonio ci aveva aperto. Nulla è dato una volta per sempre e abbiamo imparato che questo è tanto più vero quanto più grandi ed importanti sono le verità che abbiamo scoperto, svelato. Quando questo dinamismo positivo rallenta, o si blocca, o peggio inverte la direzione del suo movimento, allora la coppia soffre ed in essa soffre la persona che ci sta accanto, sino al punto da non sentirsi più riconosciuta. E può accadere, come avverte Papa Francesco, che nel tempo ci chiudiamo su noi stessi al punto che non sappiamo più gioire insieme alla nostra donna, al nostro uomo. Anzi, le sue gioie diventano per noi motivo di fastidio, di gelosia: abbiamo smarrito il senso originario del "tu" che ci sta di fronte e del "noi" che aveva dato inizio ad una nuova vita per entrambi.

L'Altro diventa un concorrente invece di essere complice col quale misurarsi su ogni piccola questione, al punto che vi è una segreta soddisfazione quando egli sbaglia. Qui è necessaria una conversione vera, che consiste nel rallegrarsi dei successi dell'altro di cui non siamo parte, e che perciò domandano condivisione, apprezzamento generoso e compiacimento disinteressato. *"Se non alimentiamo le nostre capacità di godere del bene dell'altro e ci concentriamo soprattutto sulle nostre necessità ci condanniamo a vivere con poca gioia"* (AL 110). La nuova sfida consiste nell'abbandonare lo

spirito di rivalità per sviluppare una sana complicità, dalla quale nasce il senso di protezione verso il coniuge, per guardarlo con tenerezza. E' bello così farsi carico della cura reciproca perché *"l'amore tutto scusa, tutto sopporta"* Questo "tutto" esprime molto bene il senso di totalità che custodisce la relazione, soprattutto oggi quando essa è continuamente minacciata da conflitti e dalla cultura che tende a disgregare piuttosto che unire la famiglia (AL 111).
Guardare e osservare in silenzio, contenere i giudizi severi e spietati, spesso causati dal nervosismo e dallo stress, evitare di danneggiare l'immagine dell'altro con diffamazioni, sono queste esigenze profonde dell'amore (AL 112). È necessario che reciprocamente accettiamo il fatto che ciascuno di noi è un complesso di luci e di ombre, pertanto l'altro va amato per quello che è e per quello che può dare e questo non significa che non mi ama. L'amore convive con l'imperfezione, la scusa e sa stare in silenzio di fronte ai limiti della persona amata (AL 113).
L'amore inoltre si "compiace della verità", senza mezzi termini, fa cadere pregiudizi, paure, ossessioni, gelosie, ipocrisie, mantiene la fiducia reciproca che lascia spazi necessari di libertà, senza i quali l'amore rischia di soffocare; un amore ossessivo che controlla tutto tende a possedere, a dominare e diviene perciò lesivo della libertà e dignità della persona (AL 115).
In tante situazioni che oggi si raggruppano un po' in generale sotto la definizione di "famiglie ferite" spesso scorgiamo alcune delle dinamiche che abbiamo provato a descrivere e che tutti, nella esperienza familiare e personale, abbiamo in qualche modo sperimentato. Ciò che diventa cruciale è la capacità di ciascuno e della coppia di tenere alto il livello di guardia, di monitorare la rotta e quando necessario invertirla, di aiutarsi a re-innescare quel dinamismo virtuoso che ci fa muovere fuori da noi stessi, verso Dio e verso il nostro coniuge. Non sono "ferite" soltanto le famiglie nelle quali la rottura è divenuta pubblica, come i divorziati o i separati: sono "ferite" anche le famiglie in cui si è interrotta questa mutua ricerca tra l'uomo e la donna e si è fatta flebile l'identità del noi, sulla quale i singoli non investono più o, peggio, che considerano come un fardello che ci si scopre costretti a portare, più per convenzione che per scelta consapevole e

rinnovata tempo per tempo. Ci salva il constatare che l'amore è realtà viva e, come tale, chiede costantemente di rinunciare a se stessi per essere riconosciuta e alimentata; e ci salva ricordare che Dio ed anche il mio sposo o la mia sposa, nel sacramento del matrimonio, sono la realtà che ha innescato come una scintilla la mia nuova vita.

Ma quale dinamica può insinuarsi nel cuore di una persona per portarla a godere dell'ingiustizia? Forse prende forma un sentimento perverso, per cui l'affermazione della mia identità passa attraverso il ridimensionamento e la prevaricazione dell'altro. Risulta difficile "mettersi nei panni dell'altro", comprenderne il disagio e la sofferenza e a volte ancor più difficile condividerne le gioie e i successi. Quando si scivola nella monotonia dei rapporti o si cede alla tentazione del possesso, i legami familiari diventano soffocanti e ostacolano la manifestazione della "verità" dell'altro e della famiglia come soggetto.
Gesù ci ha insegnato a soffrire insieme con gli altri, animati dallo spirito della compassione, del "sentire con", che attraverso lo sguardo attento su ciò che ci circonda, l'ascolto paziente e comprensivo, arriva a toccarci il cuore e ad aprirci alle istanze dell'altro. E questo può avvenire innanzitutto riconoscendo le capacità, le abilità, le peculiarità positive di coloro che abbiamo accanto, apprezzando tutto ciò che è buono in essi e festeggiando i loro successi: un voto positivo a scuola, una promozione nel lavoro, un risultato atteso e raggiunto con fatica, un riconoscimento ricevuto, un passaggio importante nella maturazione personale. La famiglia è palestra delle virtù che ci allontanano dal godere dell'ingiustizia e ci approssimano al riconoscere la verità.
Il sacramento del matrimonio ci richiama ad un atteggiamento di accompagnamento ed integrazione delle fragilità all'interno della propria famiglia, alla cura e sensibilità dell'altro, come anche nei confronti di altre coppie e famiglie, per aiutarle a crescere nell'amore e nella verità delle relazioni intra-familiari.
Possiamo dire che non godere dell'ingiustizia implica riconoscere la verità dell'amore, nella quale possiamo trovare compiacimento, gioia, soddisfazione piena e profonda. La verità infatti non si modella sul nostro desiderio ma è realtà che ci è

dato di svelare, ossia rendere visibile da sotto il velo; è realtà che ci è dato di riconoscere, in modo da farne sempre nuova conoscenza. Ad indicare che mai possiamo interrompere nella nostra vita un serio e costante cammino di discernimento. Svelando che il mio compagno di viaggio è il nuovo orizzonte di esplorazione alla ricerca della verità della vita, in una ricerca che non è più mia, ma è divenuta inscindibilmente nostra.

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- Quali sono i sentimenti che sento affiorare dentro di me, di fronte ad un successo personale di mia moglie/mio marito e quali i sentimenti di fronte ad un suo insuccesso o ad un problema che è per lei/lui causa di umiliazione?

- Proviamo a "misurare" quanto è forte l'identità del "noi" che si è costituito con la nostra coppia nel sacramento del matrimonio: quanto è presente nei nostri progetti, rispetto all'"io" di ciascuno dei coniugi? Quanto spazio viene riconosciuto, concretamente, alla presenza di Dio nella nostra coppia, che egli ha benedetto e con la quale ha con-promesso?

- Anche noi abbiamo le nostre ferite: quelle personali, quelle di coppia, quelle familiari. Proviamo ad analizzare alcune dinamiche della nostra vita insieme, per verificare la presenza di atteggiamenti e sentimenti negativi, simili a quelli descritti in questa riflessione. Proviamo a riconoscere con sincerità, davanti all'altro, se abbiamo rintracciato nel nostro cuore, in alcuni passaggi della nostra esperienza, sentimenti di invidia verso l'altro, fastidio per le sue affermazioni personali, compiacimento per i suoi insuccessi.

- Scorriamo rapidamente la nostra esperienza familiare e proviamo a individuare le dinamiche che hanno inne-

scato un movimento positivo nella coppia e nei singoli e quelle che hanno invece determinato situazioni negative. Proviamo insieme a prospettare scenari futuri, nei quali il "noi" prende spazio e assume rilevanza. Proviamo insieme a prospettare il ruolo e lo spazio che vorremmo riconoscere a Dio nella nostra esperienza familiare e di coppia, facendo tesoro della strada percorsa sino ad ora.

PREGHIERA FINALE

Lui: *Signore, tu mi hai donato questa donna, perché colmasse il solco profondo della mia solitudine. In lei hai fatto esultare il mio cuore, come di fronte alla meraviglia più grande. Ella è carne dalla mia carne, la sua voce mi chiama su nuovi sentieri che non ho mai esplorato, su strade che percorreremo insieme.*

Lei: *Signore, tu mi hai donato questo uomo che ha colmato la mia vita della sua presenza. Mi sono cullata nel suo abbraccio forte e ho trovato conforto e speranza nella sapienza delle sue parole. Egli è per me come una guida esperta, che apre il sentiero della vita che percorreremo insieme.*

Insieme: *Signore, tu ci hai costituiti come nuovo soggetto nel sacramento del Matrimonio e hai reso la nostra vita insieme, frammento di quella vita che solo Tu sai donare, nella grandezza del tuo amore. Tu sei luce sui nostri passi, sole che illumina e riscalda i nostri giorni, prospettiva di eternità, vissuta insieme, nello stesso amore che ci ha generato e che sempre ci accompagna.*

Lui: *Aiutami a riconoscere la mia sposa, perché risplenda davanti a me nella bellezza della sua verità. Aiutami a rispettarla come il dono più prezioso, perché non sia mai intaccata in lei l'immagine del tuo volto. Aiutami ad amarla, vivendo con intensità accanto a lei ogni suo sentimento, di gioia o di dolore, di speranza o di angoscia.*

Lei: *Aiutami a riconoscere il mio sposo, perché possa essere davanti a me, riflesso del tuo amore che lo ha generato, memoria viva della tua premura che lo ha condotto sino a me. Aiutami a sostenerlo nelle fatiche della vita, perché le mie mani fragili possano dare forza alle sue, per affrontare insieme ogni difficoltà. Aiutami ad amarlo, perché possa essere, nella sua libertà, segno vivente della tua bontà e della tua giustizia.*

Insieme: *Aiutaci Signore a crescere insieme nell'amore, a mantenere sempre aperte le porte del cuore, l'uno verso l'altra e insieme verso tutti. Insegnaci a godere del bene dell'altro, a ringraziare per i suoi doni, ad esultare per la bellezza di ciò che sa compiere. Cura le nostre ferite e benedici sempre il nostro amore, la nostra vita insieme, la nostra famiglia perché, con tutti i loro limiti, siano purificati dalla tua misericordia e resi perfetti dalla grazia del tuo Santo Spirito.*

L'amore tutto crede | 6.

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Ha fiducia

114. Panta pisteuei: "tutto crede". Per il contesto, non si deve intendere questa "fede" in senso teologico, bensì in quello corrente di "fiducia". Non si tratta soltanto di non sospettare che l'altro stia mentendo o ingannando. Tale fiducia fondamentale riconosce la luce accesa da Dio che si nasconde dietro l'oscurità, o la brace che arde ancora sotto le ceneri.

115. Questa stessa fiducia rende possibile una relazione di libertà. Non c'è bisogno di controllare l'altro, di seguire minuziosamente i suoi passi, per evitare che sfugga dalle nostre braccia. L'amore ha fiducia, lascia in libertà, rinuncia a controllare tutto, a possedere, a dominare. Questa libertà, che rende possibili spazi di autonomia, apertura al mondo e nuove esperienze, permette che la relazione si arricchisca e non diventi una endogamia senza orizzonti. In tal modo i coniugi, ritrovandosi, possono vivere la gioia di condividere quello che hanno ricevuto e imparato al di fuori del cerchio familiare. Nello stesso tempo rende possibili la sincerità e la trasparenza, perché quando uno sa che gli altri confidano in lui e ne apprezzano la bontà di fondo, allora si mostra com'è, senza occultamenti. Uno che sa che sospettano sempre di lui, che lo giudicano senza compassione, che non lo amano in modo incondizionato, preferirà mantenere i suoi segreti, nascondere le sue cadute e debolezze, fingersi quello che non

è. Viceversa, una famiglia in cui regna una solida e affettuosa fiducia, e dove si torna sempre ad avere fiducia nonostante tutto, permette che emerga la vera identità dei suoi membri e fa sì che spontaneamente si rifiuti l'inganno, la falsità e la menzogna.

Altri rimandi: *Spiritualità coniugale e familiare* (AL 313-325)

RIFLESSIONE

Fiducia e Spiritualità di coppia
Il significato del "tutto crede" non implica un riferimento alle fede in senso teologico ma rimanda alla fiducia che poniamo nell'altro, in un rapporto aperto e sincero come deve essere appunto quello tra marito e moglie. La fiducia implica che nel rapporto di coppia la donazione reciproca non sia possesso, controllo dell'altro: proprio perché ho fiducia, riconosco all'altro lo spazio per la sua crescita personale. Pertanto, è una fiducia che diventa libertà per il singolo, nel senso che il singolo non è schiavo del desiderio di controllo da parte dell'altro, anzi è più libero perché sa di poter comunicare in profondità grazie al sentirsi ascoltato.
"C'è un punto in cui l'amore della coppia raggiunge la massima liberazione e diventa uno spazio di sana autonomia: quando ognuno scopre che l'altro non è suo, ma ha un proprietario molto più importante, il suo unico Signore. Nessuno può pretendere di possedere l'intimità più personale e segreta della persona amata e solo Lui può occupare il centro della sua vita. Nello stesso tempo, il principio del realismo spirituale fa sì che il coniuge non pretenda che l'altro soddisfi completamente le sue esigenze." (AL 320) Questo atteggiamento di fiducia reciproca in cui ci si dona e ci si conosce intimamente è alla base della spiritualità familiare, ne costituisce il cardine: è una fiducia che pervade sia il rapporto di coppia sia il rapporto con i figli. Nel riflettere su questa dimensione di fiducia possiamo domandarci quante volte abbiamo voluto controllare l'altro imponendogli il nostro punto di vista, senza un vero ascolto che porti alla condivisione. Dirsi reciproca-

mente le cose con libertà di parola vuol dire saper aspettare il momento giusto, saper usare le parole giuste che implicano profondo rispetto e fiducia nell'altro. Non sottacere le cose anche spiacevoli è possibile se sappiamo di poter contare su una fiducia reciproca che non può venir meno, perché alimentata da una profonda spiritualità. Essere disposti ad ascoltarci veramente non solo è una manifestazione di fiducia, ma anche un segno della speranza che abbiamo nel futuro, speranza che eventuali incomprensioni o difficoltà saranno superabili, perché molto piccole rispetto all'amore che tutto pervade e nel quale confidiamo pienamente.

"La presenza del Signore abita nella famiglia reale e concreta, con tutte le sue sofferenze, lotte, gioie e i suoi propositi quotidiani. Quando si vive in famiglia, lì è difficile fingere e mentire, non possiamo mostrare una maschera. Se l'amore anima questa autenticità, il Signore vi regna con la sua gioia e la sua pace. La spiritualità dell'amore familiare è fatta di migliaia di gesti reali e concreti. In questa varietà di doni e di incontri che fanno maturare la comunione, Dio ha la propria dimora. Questa dedizione unisce «valori umani e divini», perché è piena dell'amore di Dio. In definitiva, la spiritualità matrimoniale è una spiritualità del vincolo abitato dall'amore divino." (AL 315) Entrambi possiamo cambiare ed essere trasfigurati dall'amore che ci doniamo gratuitamente se la nostra fiducia reciproca non viene meno. Possiamo verificare periodicamente quanto e come ciascuno di noi sia cresciuto e cresca continuamente grazie alla relazione coniugale, quanto e come viva la spiritualità di coppia e applichi il discernimento nelle varie situazioni che si presentano nel corso degli anni. Fare di questa verifica un appuntamento periodico della coppia potrebbe essere un modo per rendere concreta la spiritualità e promuovere la maturazione del singolo tramite la correzione fraterna. È tuttavia opportuno sottolineare che la spiritualità coniugale non deve confondersi con un rapporto intimistico, chiuso tra i due sposi: essa al contrario sospinge la coppia all'apertura verso la comunità, verso il mondo, verso tutto il creato e la realtà sociale in cui la coppia di cristiani adulti è immersa.

«I coniugi cristiani sono cooperatori della grazia e testimoni della fede l'uno per l'altro, nei confronti dei figli e di tutti gli altri familiari». Dio li invita a generare e a prendersi cura. ...

Prendiamoci cura, sosteniamoci e stimoliamoci vicendevolmente, e viviamo tutto ciò come parte della nostra spiritualità familiare. .... L'amore di Dio si esprime «attraverso le parole vive e concrete con cui l'uomo e la donna si dicono il loro amore coniugale». Così i due sono tra loro riflessi dell'amore divino che conforta con la parola, lo sguardo, l'aiuto, la carezza, l'abbraccio. Pertanto, «voler formare una famiglia è avere il coraggio di far parte del sogno di Dio, ...»." (AL 321)
In sintesi, sulla fiducia poggiamo la nostra capacità di dialogo e ascolto reciproco, la nostra vita spirituale come singoli e come coppia.
"*E' una profonda esperienza spirituale contemplare ogni persona cara con gli occhi di Dio e riconoscere Cristo in lei. ... Questo si vive nella vita quotidiana della famiglia. In essa ricordiamo che la persona che vive con noi merita tutto, perché ha una dignità infinita, essendo oggetto dell'immenso amore del Padre. Così fiorisce la tenerezza, in grado di «suscitare nell'altro la gioia di sentirsi amato. Essa si esprime in particolare nel volgersi con attenzione squisita ai limiti dell'altro, specialmente quando emergono in maniera evidente».*". (AL 323)

Preghiera come strumento per mantenere viva la fiducia
La preghiera di coppia è lo strumento per alimentare e accrescere la spiritualità coniugale, in cui si ritrova e si rinnova la volontà di condivisione con l'altro, la promessa che ci siamo fatti nel giorno del matrimonio.
"*Nel matrimonio si vive anche il senso di appartenere completamente a una sola persona. Gli sposi assumono la sfida e l'anelito di invecchiare e consumarsi insieme e così riflettono la fedeltà di Dio. ... Ogni mattina quando ci si alza, si rinnova davanti a Dio questa decisione di fedeltà, accada quel che accada durante la giornata. E ciascuno, quando va a dormire, aspetta di alzarsi per continuare questa avventura, confidando nell'aiuto del Signore. Così, ogni coniuge è per l'altro segno e strumento della vicinanza del Signore, che non ci lascia soli: «Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo»* (Mt 28,20)." (AL 319) La preghiera di coppia non deve essere intesa solo come un momento in cui chiediamo a Dio una serie di cose: questa visione è molto riduttiva ed impoverisce il momento della preghiera, fulcro della spiritualità

e della condivisione coniugale. Ad esempio, nel momento della preghiera noi possiamo sempre ritrovare l'entusiasmo degli inizi del nostro matrimonio, del giorno in cui abbiamo detto sì all'altro in un atto di affidamento reciproco e di apertura alla grazia del sacramento. Rinnovare quotidianamente e concretamente questo affidamento reciproco è essenziale per tener viva e alimentare la spiritualità di coppia e per trovare la dimensione autentica del dono, tratto distintivo di ogni relazione matrimoniale.
"La preghiera in famiglia è un mezzo privilegiato per esprimere e rafforzare questa fede pasquale. Si possono trovare alcuni minuti ogni giorno per stare uniti davanti al Signore vivo, dirgli le cose che preoccupano, pregare per i bisogni famigliari, pregare per qualcuno che sta passando un momento difficile, chiedergli aiuto per amare, rendergli grazie per la vita e le cose buone, ..." (AL 318). Per le coppie più giovani può essere utile una verifica se i momenti di unione davanti al Signore sono andati affievolendosi dopo i primi tempi di vita coniugale, forse perché non si è percepita da subito l'importanza della preghiera insieme in un clima di dono gratuito all'altro, quali che siano gli eventi della giornata. Per le coppie più mature, potrà essere utile chiedersi se si sono vissute fasi della vita in cui le manifestazioni della fiducia del "tutto crede" assumessero forme e aspetti diversi, anche nel modo stesso di pregare e di stare uniti davanti al Signore. La preghiera è momento in cui si rinnova continuamente sia il significato che abbiamo dato alla relazione nel giorno del matrimonio, sia il modo in cui affidiamo la nostra vita di coppia nelle mani di Dio. Nella preghiera si parla in coppia a Dio, pregando per la coppia stessa, in modo tale che ciascuno possa essere per l'altro strumento dell'amore di Dio.

Quali forme può assumere la preghiera di coppia?

- ringraziamento per i doni ricevuti: l'amore del coniuge, la fecondità, la Parola di Dio che ci fa crescere, l'appartenenza ad una Comunità...;
- perdono reciproco: in ogni relazione abbiamo sempre qualcosa di cui chiedere perdono, anche per il semplice fatto di non essere riusciti ad ascoltare davvero;
- condivisione progettuale: parliamo a Dio nella preghiera di come vorremmo costruire insieme a Lui la nostra fami-

glia, di quanto vorremmo far sperimentare e comprendere anche ai nostri figli più grandi;
- dialogo con Dio e al tempo stesso di crescita nella conoscenza reciproca.

La fiducia di chi "tutto crede" vive e si rafforza nel tempo con la preghiera.

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- Nella nostra famiglia, il rapporto fra coniugi e con i figli è improntato alla fiducia reciproca o piuttosto al dominio e al possesso dell'altro? Ciascuno può manifestarsi apertamente all'altro senza timore di essere giudicato e mostrare le proprie debolezze? Abbiamo atteggiamenti di accoglienza fiduciosa verso tutti?

- Sappiamo riconoscere nel coniuge la luce accesa da Dio? Avvertiamo che il nostro coniuge è segno e strumento della vicinanza del Signore che non ci lascia mai soli?

- Abbiamo consapevolezza che il Signore abita la nostra famiglia nelle gioie e nelle sofferenze, nei gesti d'amore e nelle forme più subdole di egoismo, nei doni e nelle tribolazioni, negli incontri e negli scontri, nella fedeltà e nella discontinuità, nelle vittorie e nelle sconfitte?

- Per la nostra coppia, la preghiera comune rappresenta un momento importante della giornata o della settimana? Crediamo che sia possibile migliorare la nostra relazione se siamo aperti ai doni che il Signore vuole affidare alla nostra famiglia (spiritualità, affetti, amicizie, tempo, beni materiali, doni del creato, ...)?

PREGHIERA FINALE

O Padre, ci hai uniti per sempre
nel sacramento del matrimonio:
aiutaci a vivere in comunione profonda,
crescendo insieme nella fiducia
ed essendo l'uno per l'altra segni e portatori del tuo Amore.

Lo Spirito Santo
ci riempia di tenerezza l'uno per l'altra,
ci conceda di amarci senza possederci,
di accoglierci ogni giorno come dono del Signore.

Aiutaci, Signore, a costruire una casa con te,
una casa che resista alle difficoltà e ai pericoli,
perché il nostro amore "tutto crede".
Una casa dove stiamo bene perché ci amiamo,
dove nessuno vuole essere più grande o più importante.

Sostienici, Signore, nel fare della nostra casa
una piccola chiesa domestica,
dove vivere insieme uniti nel tuo Amore
e aprirci al servizio e all'accoglienza.
Il tuo Spirito ci mantenga uniti e fiduciosi,
Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.

Amen

L'amore tutto spera | 7.

Dal capitolo 4 di Amoris Laetitia:

Spera

116. Panta elpizei: non dispera del futuro. In connessione con la parola precedente, indica la speranza di chi sa che l'altro può cambiare. Spera sempre che sia possibile una maturazione, un sorprendente sbocciare di bellezza, che le potenzialità più nascoste del suo essere germoglino un giorno. Non vuol dire che tutto cambierà in questa vita. Implica accettare che certe cose non accadano come uno le desidera, ma che forse Dio scriva diritto sulle righe storte di quella persona e tragga qualche bene dai mali che essa non riesce a superare in questa terra.

117. Qui si fa presente la speranza nel suo senso pieno, perché comprende la certezza di una vita oltre la morte. Quella persona, con tutte le sue debolezze, è chiamata alla pienezza del Cielo. Là, completamente trasformata dalla risurrezione di Cristo, non esisteranno più le sue fragilità, le sue oscurità né le sue patologie. Là l'essere autentico di quella persona brillerà con tutta la sua potenza di bene e di bellezza. Questo altresì ci permette, in mezzo ai fastidi di questa terra, di contemplare quella persona con uno sguardo soprannaturale, alla luce della speranza, e attendere quella pienezza che un giorno riceverà nel Regno celeste, benché ora non sia visibile.

Altri rimandi: *L'amore che diventa fecondo* (AL 165-186), *Quando la morte pianta il suo pungiglione* (AL 253-258)

RIFLESSIONE

Spunti per la dimensione individuale
La parola "speranza" evoca immediatamente il futuro: ciò che spesso si spera è che nel futuro accada qualcosa. Pensare al futuro è frutto di un approccio alla vita positivo, indica il desiderio per qualcosa che ora manca ma che può avverarsi, l'avere un sogno.

1) Qual è il mio desiderio? Quale quello della nostra coppia?

Per sperare occorre il realismo di leggere l'oggi come carente e intravedere per il domani varie possibilità. Ben inteso che si deve dare alla speranza- in senso cristiano - un significato diverso dalla magia, quel "tutto" fa pensare che possiamo osare tanto; san Paolo ci invita a non mettere limiti, a sperare il bello oltre l'immaginabile, con realismo e senza magia. Lo "sbocciare di bellezza"(AL 116) come sintonia, come danza, all'unisono; non data dal principio ma cercata e perfezionata con il tempo.

2) So sperare tanto dal mio matrimonio? O sono schiacciato da paure e ricordi negativi che non mi fanno guardare avanti fiduciosamente?

L'essere umano per sperare ha bisogno di essere in contatto con il mondo ed in dialogo con il suo prossimo. Per chi fa la scelta del matrimonio il primo prossimo è il coniuge.

3) Quanto io sono fonte di speranza per l'altro? Quanto lo aiuto a vedere il mondo con speranza? Soprattutto se sta vivendo un momento difficile (pensiamo ad esempio alla perdita del lavoro o al non riuscire ad avere un figlio).

Accade con il coniuge di trovarsi distanti senza averlo consapevolmente voluto. Ci sono tradimenti tradizionali (il sesso con un'altra persona) ma ci sono tradimenti con altri oggetti del desiderio (idee diverse di vita, progetti divergenti) che crescono con il tempo su terreni non dissodati e ben curati.

4) Ci parliamo per vedere cosa desideriamo per il nostro futuro? O ci facciamo trasportare dagli eventi? Magari in direzioni diverse?
5) Se il mio partner ha una visione della vita e della fede diversa dalla mia come e cosa sperare insieme? E se intendiamo diversamente la nostra unione?

Un'immagine che può far capire cosa sia la speranza è il gesto del ragazzo che ha cinque pani e due pesci nella parabola della moltiplicazione: avrebbe potuto tenerli per sé e non perdere la sicurezza di mangiare quel giorno, invece la speranza di qualcosa di meglio gli fa donare quello che ha (magari con timore di perdere un pranzo sicuro per sè - non sappiamo – ma alla fine con uno slancio di fiducia) a Gesù, per gli altri. Questo episodio può essere letto in contrapposizione a 1 Cor 11, 17-34 (AL 185) laddove San Paolo ammonisce chi nella comunità gozzoviglia senza condividere con i poveri e che denota la considerazione del tempo e del domani senza un fine, quindi senza speranza. La speranza per una coppia può essere quella di una vita intera insieme, che viene non dalle sole forze dei due ma dal riconoscere la presenza di Dio dentro la coppia; anche questa è fecondità: l'Uomo da solo non ci riuscirebbe. Sul piano delle fede poi diventa importante chiedersi da dove viene questa Grazia ed interrogarsi sulla premessa "salvifica" del matrimonio sacramentale che completa di senso il matrimonio umano. Questo fa dire che la speranza è un motore che ci fa uscire da noi e donare; ci fa generare. Nell'uscire da sè, nel dare movimento, ci ricorda tanto lo Spirito Santo. Può essere la vita di un figlio, l'accoglienza di un bambino senza famiglia, di un anziano o di un bisognoso, ma anche ri-generare il contesto in cui viviamo e prima di tutto noi stessi. Il contesto in cui più facilmente immaginiamo la generazione è il fare un figlio. "Ogni donna partecipa del mistero della creazione che si rinnova nella generazione umana" è una frase di Giovanni Paolo II del 1980 che dice il "tutto spera" della Carità.

Nell'inno si noti che è la Carità, Dio Amore, il vero soggetto della frase, "la Carità tutto spera"; e ci fa partecipi, lo condivide con noi: Dio stesso ha riposto nell'Uomo la speranza del futuro mettendo nelle mani dell'uomo la generazione di nuove vite. E questa facoltà ce l'ha elargita collegandola al momento più alto dell'esperienza estatica che ci è consentito: l'amplesso.

Il mistero è parte connaturata della speranza. Oggi il controllo tecnologico consente spazi di "produzione" della vita sganciati dalla procreazione umana, al punto che si pensa non sia più necessario per il bambino avere un padre ed una madre (AL 172).

6) Come mi pongo di fronte a questo rischio tecnocratico? Approfondisco? Ne parlo con il mio partner? Prendiamo posizione comune anche negli spazi sociali, magari associati con altri?

Spunti per la dimensione di coppia
Nelle diverse fasi della vita di coppia abbiamo provato, magari solo in momenti di breve durata per noi "decisivi", una speranza "totale": da fidanzati nella scelta della donazione reciproca per tutta la vita, da sposi giovani sperando in un figlio, da sposi maturi nella ricerca e nel rinnovamento di un amore magari impolverato o da sposi anziani quando un coniuge accompagna l'altro nella malattia. Quindi speranza è anche fiducia nella Provvidenza, ogni giorno un po', senza accumulare troppe certezze: "Vedete i gigli del campo? Nessuno li nutre eppure io vi dico neppure re Salomone nel suo splendore aveva vestiti più belli" (Lc 6, 25-34).
Nella coppia sperare tutto può significare non porre limite ad un cambiamento in meglio di me stesso o del mio coniuge; ma non può voler dire sperare quello che io voglio che accada con la presunzione di desiderare un cambiamento a mia immagine (capita di sentir dire "spero che lui/lei cambi"). Generare come frutto della speranza richiede di andare incontro al nuovo, all'inaspettato, a quello che Dio ci porrà davanti. Dopo avere introdotto la speranza, San Paolo ci dice che noi non sappiamo neppure cosa chiedere ma lo Spirito Santo che è in noi lo sa (Rm 8, 24-26).

7) Sono consapevole di questa speranza rispettosa dell'altro? O preferisco inglobare il coniuge nel mio schema per il futuro?
8) Speriamo tutto per noi stessi, secondo i nostri progetti di singoli o di coppia? Chiediamo a Dio di farci avere i suoi stessi desideri e sentimenti? E di maturare una speranza comune con il coniuge?

La disillusione di sperare secondo i nostri desideri è sperimentata appieno da chi ha figli, quando vorrebbe per loro qualcosa mentre essi diverranno qualcuno di diverso; nonostante e malgrado i nostri sforzi saranno originali. Ma, a pensarci bene, è la stessa cosa con il coniuge. Pensiamo di conoscerlo e di incasellarlo nel nostro schema, invece mantiene

il suo lato misterioso, che neppure lui conosce ma solo Dio vede (è il Dio "intimior intimo meo" di sant'Agostino). Si può sperimentare questo sentimento nei confronti del coniuge: la diversità non ci deve spaventare, è elemento di ricchezza sebbene comporti conflittualità, anche se fosse su questioni importanti come credere oppure no o sul modo di educare i figli. Ricordiamoci Anzi che solo due diversità possono generare qualcosa di nuovo. La scrittura ci indica la coppia uomo-donna come immagine di Dio, che è Trinità, quindi relazione tra tre persone. In Genesi: "Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò". Spesso oggi si dice che alla società contemporanea manchi la speranza per guardare al futuro, la capacità di sognare. La coppia – pur perfettibile - che guarda insieme avanti, che sa uscire da sé per generare è essa stessa un segno di speranza. Pensiamo alla frase finale nel libro "La strada" di McCarthy laddove il figlio chiede al padre se moriranno e questi risponde di no perché loro devono "portare il fuoco". E' una metafora efficace del compito antropologico di tramandare la speranza per il futuro. Sperare tutto può voler dire anche pensare ad una evoluzione positiva di una crisi matrimoniale. Oggi l'immaginario collettivo ci porta a credere che quando una cosa si rompe si butta. Tanti si separano, è "normale". Perché faticare per ricostruire, ri-generare, un rapporto? Eppure ricostruire è possibile, magari non sempre, ma è possibile, partendo dallo "sperare tutto".
La speranza è messa a dura prova quando siamo toccati dalla sofferenza: può essere una sofferenza per un familiare malato (magari il coniuge) o per una disabilità di un figlio oppure per la morte di un genitore. Qui la speranza fondativa, quella sul senso della vita, viene davvero messa in discussione. Essere coppia è anche una sfida.

9) Quando il mio coniuge vive questa prova cosa legge nei miei occhi? Una conferma della speranza che esiste un senso? So essere di aiuto per dirigere nella giusta direzione il suo sguardo sperso? E viceversa sono capace di cercare in lui le risposte quando non le trovo io? Affidarmi con umiltà al suo sostegno?

In fondo la vocazione al matrimonio è realizzare insieme un senso. Soprattutto per sofferenze e lutti importanti la sfida è

far nascere dal fatto della morte nuovo amore ("forte come la morte è l'amore"), dalla sofferenza far sgorgare nuova vita. Un esempio può essere una coppia che dalla morte di un figlio matura l'accoglienza di un ragazzo in affido (quale segno di speranza!). Anche il formulario per la cerimonia per i defunti invita alla speranza laddove porta a riflettere sul dono di avere avuto una persona accanto più che al fatto di averla ad un certo punto dovuta salutare. Offrire la sofferenza nella preghiera (nella comunione dei santi) è un altro modo che ci aiuta a trovare un senso ed a renderla feconda. In sintesi la domanda somma contro cui rischia di scontrarsi la speranza è quella sulla resurrezione e la vita eterna. Qui osare il "tutto" non ha sconti.

10) Spero nella resurrezione?

DOMANDE PER LA COPPIA E PER IL GRUPPO

- Le domande per la riflessione individuale sono disseminate nel testo.

- Per la riflessione di coppia siete invitati a scrivere le risposte date individualmente, a condividerle e a confrontarvi. Sono risposte diverse? Compatibili? Inattese? Quale nuova sintesi ne esce per la coppia o da portare a casa al coniuge?

- Conviene prevedere 15 minuti di confronto di coppia. Per chi fosse solo, la riflessione sarà individuale o in piccolo gruppo.

- Il segno e dono da portare a casa è una frase che ogni coniuge scrive all'altro – e che il gruppo non vede – con la quale esprime la propria più intima speranza sulla vita di coppia (non dei figli), sia su quella che si è già realizzata sia su quella che auspica per il futuro.

PREGHIERA FINALE

O Dio, Amore senza confini,
in te Trinità si compie la relazione perfetta tra le tre persone
nell'ascolto e nel dono vicendevole,
che noi possiamo intuire
ma non compiere pienamente su questa terra.

Tu che hai generato e rigeneri ogni giorno il mondo
e che ci dai il soffio vitale,
ci hai fatto a tua immagine, insieme, relazione d'Amore.

Tu che tutto speri, insegnaci a vedere l'oggi ed il futuro
del nostro amato e amante
che abbiamo liberamente scelto
per regalarci reciprocamente la felicità.

Se vedi i nostri occhi offuscati, in difficoltà
nel vedere e desiderare il bene del/la nostro/a amato/a,
facci ritrovare il gusto di cercare insieme il senso della nostra vita
e di donarla senza riserve.

Con il dono totale di noi troviamo il tesoro nascosto
che ci hai preparato,
vediamo il tuo volto e ci sentiamo a casa
nel luogo dove ci troviamo.

Ti prego per il/la mio/a sposa,
custodiscilo/a ogni giorno nella salute e nella fede in te
fin quando verremo un giorno al tuo cospetto
e la speranza sarà superata dalla piena Carità.

Amen

INDICE

Presentazione pagina 3

Preghiera pagina 5

1) *L'amore è paziente, benevolo* pagina 11
(AL 91-92, 93-94)

2) *L'amore non si adira, non tiene conto del male, tutto scusa, tutto sopporta* pagina 19
(AL 103-104, 105-108, 111-113)

3) *L'amore non è invidioso, non si vanta, non si gonfia, non cerca il suo interesse* pagina 29
(AL 95-96, 97-98, 101-102)

4) *L'amore non manca di rispetto* pagina 39
(AL 99-100)

5) *L'amore non gode dell'ingiustizia, si compiace della verità* pagina 47
(AL 109-110)

6) *L'amore tutto crede* pagina 55
(AL 114-115)

7) *L'amore tutto spera* pagina 63
(AL 116-117)

PMP Edizioni
Via Paolo Gorini, 34 - Lodi
Tel. 0371.544.400 - E-mail: info@pmp.it

Finito di stampare nel mese di Settembre 2016

Sollicitudo Arti Grafiche
Soc. Coop. Sociale
Lodi