

## PAROLE A TAVOLA

**GRATITUDINE:** Un dono di speranza

**CUCINARE:** Se il dettaglio fa la differenza

**CONDIVISIONE:** I conti non tornano

**CONSUMO:** Il consumo in famiglia

**RELAZIONE:** La tavola luogo di un'assenza

**GUSTO:** Il gusto dello stare insieme

LA NOSTRA VITA...NEL TEMPO DI **AVVENTO\***

LA NOSTRA VITA...NEL TEMPO DI **QUARESIMA\***

LA NOSTRA VITA...NEL TEMPO DI **PASQUA\***



Il sussidio è disponibile sul sito:

**[diocesi.lodi.it/famiglia/](https://diocesi.lodi.it/famiglia/)**

\* di prossima pubblicazione

TEMI PER GRUPPI FAMILIARI  
Ufficio per la Pastorale della Famiglia  
2023/2024

Le immagini utilizzate sono opere pittoriche realizzate da **Sauro Bos** (<https://www.saurobos.it/>)

**ALLA PUBBLICAZIONE HANNO COLLABORATO:**

Annamaria e Luca Alquati, Cinzia e Nunzio Arrigoni, Eva e Alessandro Balduzzi, Giusy e Giuseppe Cambiè, Stefania e Antonio Filigatti, Claudia e Massimiliano Giocondi, Chiara e Raffaele Gnocchi, Chiara e Giuseppe Gola, Cristina e Dario Versetti, don Antonio Peviani.

**PREGHIAMO INSIEME:**

*Ecco, com'è bello e com'è dolce  
che i fratelli vivano insieme!*

*È come olio prezioso versato sul capo,  
che scende sulla barba, la barba di Aronne,  
che scende sull'orlo della sua veste.*

*È come la rugiada dell'Ermon,  
che scende sui monti di Sion.*

*Perché là il Signore manda la benedizione,  
la vita per sempre.  
(Salmo 133)*

**Per l'approfondimento:**

**L'immagine:** "La Danse" (1909) di Henri Matisse

**Musica:** **Abbi cura di me** (Simone Cristicchi)  
<https://www.youtube.com/watch?v=0o6zza76pDg>

**Film:** "Into the Wild" (2007)

**Proposte per assaporare la relazione:**

- -Proviamo a trasformare le nostre pause caffè in occasioni di vero incontro con l'altro
- -Proviamo ad organizzare una cena tra famiglie dove ognuna porti un piatto che la rappresenti

# PAROLE A TAVOLA

L'immagine che accompagnerà quest'anno il percorso dei gruppi famiglia è quella della tavola. Ci viene in aiuto la riflessione di Mons. Derio Olivero, vescovo di Pinerolo, che ha preso forma nel libro "Il pane, il vino, e la bellezza" (Edizioni San Paolo). Attorno alla tavola per "mangiare". È una delle azioni più elementari e quotidiane, accomuna tutti: adulti, giovani, bambini, anziani, uomini e donne. È questo il luogo di incontro dove anche la fede può dirsi a tutti in modo comprensibile, immediato, ai vicini e ai lontani, a coloro che vivono in maniera diretta l'esperienza ecclesiale e a coloro che la incrociano nelle loro vite spesso ai margini. Il sedersi a tavola si incrocia con la ricerca dell'altro che ci sta accanto e di quell'Altro, così unico che è Dio stesso. Cristo ci ha insegnato nella sua vita terrena che la tavola

può essere l'occasione dello scambio, dell'incontro, dell'ascolto. Diventa luogo per parlarci: la tavola come momento per raccontarci e ritrovarci. Abbiamo individuato alcune parole che spesso emergono ogni volta che ci sediamo a tavola: **gratitudine, gusto, cucinare, relazione, consumo, condivisione**. Parole che portano in sé quello stimolo a rivedere il nostro modo di stare al mondo e possono farci riscoprire la vitalità della nostra fede, che possono aiutarci a costruire una famiglia... più famiglia. Abbiamo bisogno di qualcosa che ci aiuti a uscire da noi stessi, che ci faccia riscoprire la bellezza di essere parte di qualcosa di più grande, di una famiglia, di una comunità. L'esperienza della tavola, a pensarci bene, può aiutarci a riscoprire questa fondamentale dimensione umana, a ritrovare la "porta umana" della fede cristiana.



Scheda 1	<b>GRATITUDINE:</b> Un dono di speranza .....2
Scheda 2	<b>CUCINARE:</b> Se il dettaglio fa la differenza ....6
Scheda 3	<b>CONDIVISIONE:</b> I conti non tornano ..... 12
Scheda 4	<b>CONSUMO:</b> Il consumo in famiglia..... 17
Scheda 5	<b>RELAZIONE:</b> La tavola luogo di un'assenza . 24
Scheda 6	<b>GUSTO:</b> Il gusto dello stare insieme ..... 28

# GRATITUDINE

## *Alzati e mettiti in viaggio*



*"Ogni volta che mi siedo a tavola "trovo" il cibo e faccio, ogni volta, l'esperienza del dono perché il cibo è "fatto dalla terra", è un regalo della terra ed è un regalo "della società", perché in ogni cibo trovo il lavoro di tante persone. Compreso, spesso, il lavoro ultimo di chi ha cucinato per me mangiare significa sentirsi grati. Mangiare significa innanzitutto ringraziare. In questa esperienza elementare e quotidiana scopriamo una caratteristica fondamentale dell'essere uomini: siamo vivi grazie a qualcosa che ci mantiene in vita (il cibo, l'acqua). Siamo vivi grazie ad altro prima che a noi stessi. C'è un padre che ci precede e si cura di noi.*

*Mangiare significa "essere costruiti da ciò che mangiamo". Dopo aver mangiato, senza che ci pensiamo, il cibo ci costruisce. La digestione è un fatto "involontario". Avviene indipendentemente dalla mia volontà. E ci fa vivere. Come dice Paul Ricoeur: "A un certo livello della mia esistenza io sono un problema risolto da una saggezza più saggia di me stesso. Saggezza più saggia, perché l'attività che opera così "da sola", produce, nell'ordine stesso del corpo, ciò che io non posso operare da me con la mia volontà, col mio cervello e con le mie mani."*

*Non sono l'unico artefice della mia vita. Vengo costruito. In questa luce possiamo intravedere la traccia di una Presenza. E, soprattutto, la traccia di una Presenza che sta lavorando. E sentirsi grati. Perché "vero uomo e colui che può dire grazie". Vero uomo non è colui che non deve chiedere nulla, che non ha bisogno di nessuno. Vero uomo e colui che scopre di ricevere molto dalla terra, dagli altri, da Dio e si sente rigenerato e sostenuto da questi doni. A tavola mi rigenero mangiando. E, soprattutto, mi rigenero perché mi scopro "costruito "da tante presenze che mi precedono. Mangiare significa imparare a essere grati, per smettere di essere eternamente brontoloni, invidiosi, pretenziosi."*

*(Il pane, il vino e la bellezza" di Derio Oliviero – ed. San Paolo 2023 pag.40-41)*

E chi sono queste se non le persone che ci attraversano la strada tutti i giorni, chi sono se non "i diversi" che come individui, come famiglie e come chiesa abbiamo il compito, se non di accogliere, almeno di ascoltare: il caffè dura 10 minuti, perché freddo non è buono, non mi stanno in fondo chiedendo poi molto, 10 minuti di ascolto invece che davanti al cellulare. Il caffè da ragazzo non mi piaceva proprio, era amaro e lo annegavo in un mare di zucchero, ora lo bevo amaro.

Mi ha convinto un collega a provarci ed ho dovuto allenarmi per apprezzarne il gusto, così come mi sforzo tutti i giorni per apprezzare le difficoltà delle relazioni con gli altri; dobbiamo allenarci per provare a bere, a far nostro il gusto delle relazioni, allenarci per essere in grado di accorgerci che oltre allo zucchero, il caffè ha mille altri gusti, allenarci per accorgerci che in quei 10 minuti, abbiamo la possibilità di ascoltare i mille gusti della vita degli altri.

E la domenica è il giorno ideale per gli allenamenti -le ciclabili, la domenica mattina, sono piene di runners- così la domenica alleniamoci a intessere relazioni, alleniamoci ad accorgerci delle cose ed a stupirci, sfruttiamo in modo egoistico la messa della domenica come allenamento ad ascoltare Dio, come forza per rialzare il soffitto

Le relazioni non nutrono solo il singolo ma l'intera famiglia e come famiglia ci sentiamo di essere grati per tutte le occasioni di belle amicizie che il Signore ci ha dato modo di incontrare che hanno nutrito la nostra famiglia e che la nostra famiglia ha potuto nutrire. Siamo appena tornati dalla montagna e ci viene in mente una bellissima immagine che simbolicamente può spiegare quello che siamo chiamati a vivere. Abbiamo davanti agli occhi un bellissimo bosco fatto di alberi più o meno folti, più o meno alti, alcuni verdi alcuni un po' secchi, alcuni più vicini e alcuni più lontani... poi c'è un gruppetto di 6 alberi molto vicini tra loro... le radici si intrecciano e si aiutano a stare in piedi, si alimentano a vicenda, ma quei 6 alberi (che rappresentano la nostra famiglia) non potrebbero vivere senza il bosco attorno e viceversa, il bosco attorno sarebbe più povero senza quel gruppetto di alberi poiché i benefici/nutrimiento che un albero riceve attraverso le radici riesce a raggiungere anche l'albero più lontano grazie all'intreccio delle radici di tutti gli alberi che ci sono in mezzo. L'augurio che ci facciamo e che facciamo a tutte le famiglie è quella di stare nel bosco e di contribuire a renderlo più rigoglioso e sempre verde

### DOMANDE:

- Quali piccole occasioni della giornata mi permettono di gustare la relazione con l'altro?
- Quali "sapori forti" del mio essere impediscono l'equilibrio del buon gusto delle mie relazioni?
- "Gustate e vedete come è buono il Signore" [Sal 133] Riusciamo a percepire il gusto nella nostra relazione con Dio? Raccontiamolo!

Proviamo a fare un pezzetto di strada con i Discepoli di Emmaus.

L'invito che ci sentiamo rivolgere è quello di non stare nelle relazioni con le nostre rigide aspettative ma di lasciarci "stupire" da ciò che spesso non vediamo ma che di bello si nasconde ad una lettura alternativa e soprattutto di starci con il verbo presente (non cosa sarebbe dovuto succedere se solo..., cosa potrebbe essere se io fossi... lui fosse..., cosa succederà se io dovessi... ma cosa sta accadendo ora)

Per stare a tavola si è costretti a sedersi o meglio a "fare una pausa" a "fermarsi" e a guardare chi si ha di fronte, di fianco, insomma chi sta condividendo quel momento con me.

Possiamo dire che la tavola rivela ciò che abbiamo dentro e quindi è da un lato rischio e allo stesso tempo è un'occasione.

Se solo provassi ad "alzare la testa" ...mi accorgerei che qualcuno in modo del tutto gratuito ha preparato la cena, ha speso il proprio tempo a favore di altri e magari lo ha fatto nonostante la stanchezza, scoprirei di essere fortunata ad avere una famiglia che pur nei suoi mille difetti è famiglia, scoprirei che ogni persona è lì come me con il proprio "mondo" di paure e gioie e con il desiderio di essere ascoltato.

Mi rendo conto che sto saziando la mia pancia e sto tenendo a digiuno il mio spirito... Come diventa difficile sopravvivere ripiegati su sé stessi.

Proviamo ad accettare questa sfida che la tavola ci offre ed usciamo dal nostro torpore, scopriamo di essere immersi in una rete di relazioni che ci mantengono in vita.

Abbiamo sentito tante volte la frase "Non siamo creati per stare da soli" e non è retorica, è la nostra essenza "Non è bene che l'uomo sia solo" (Gen 2,18); siamo nati da una relazione (d'amore), siamo cresciuti grazie a delle relazioni e continuiamo a vivere grazie ad esse. La tavola è occasione, di incontro, di condivisione, di scambio gratuito, di ascolto. Quanti sentimenti nascono da questa scoperta.

Spesso ci piace pensare che magicamente gli attriti, le incomprensioni si sistemino e ci dimentichiamo che siamo diversi, con un approccio diverso alle cose e alle situazioni e che solo cercando di tenerci per mano possiamo mantenere quell'armonia.

La cena o il pranzo possono diventare occasioni da vivere con uno spirito diverso, considerandole momenti in cui lavoriamo per portare all'altro qualcosa di gustoso ed offrire all'altro un volto gioioso, uno spirito diverso.

Abbiamo bisogno di tornare a gustare la vitalità della proposta di Gesù. Lui è venuto per far sbocciare la vita, per farci danzare. Con il suo Spirito continua a cambiare l'acqua in vino, l'azione del Signore continua a donare sapore e senso ai nostri giorni.

*"Non è il pane che viene a mancare, non è il necessario, ma "quel non so che" che dona sapore a tutto, per cui le cose acquistano profumo e intensità... manca il superfluo più importante del necessario: mancano amore, amicizia, fiducia, bellezza, gioia... Mancano forse piccoli perdoni, piccoli sorrisi, piccole tensioni da chiarire, piccole parole da frenare o invece da offrire con più tenerezza, piccoli gesti di cura e di affetto. Manca il vino buono dell'alleanza complice" Non si tratta di organizzare cene comunitarie o grandi eventi, ma di "ricostruire la grammatica fondamentale del vivere" \_per la quale bastano pochi minuti, un sorriso, un'apertura all'ascolto, un caffè insieme.*

Mi piace pensare al caffè come metafora della relazione che non è "Unione di uguali" ma "rapporto tra diversi", al caffè passano tutti, il coniuge che ha voglia di raccontarsi e di condividerti la giornata, i figli che hanno urgenze impossibili da procrastinare, gli amici che riesci ad incontrare solo in quelle occasioni, il collega che ha solo voglia di riversarti addosso quello che non funziona, o quello che ha solo voglia di svagarsi, o ancora quello che hai sperato con tutto te stesso di non incontrare perché il caffè diventa immediatamente spiacevole; il bisognoso che ti chiede se hai 1 euro per il suo di caffè.

Sarebbe troppo semplice pensare che la gratitudine sia l'atteggiamento di comportarsi in modo educato o semplicemente la capacità di dire grazie.

Per quello che sperimentiamo tutti i giorni la gratitudine è un modo di porsi rispetto alla vita, è una disposizione interiore e per questo chiede allenamento.

A volte in famiglia facciamo attenzione solo a ciò che ci dà fastidio o ci irrita, guardiamo gli elementi che la compongono solo come torti o colpe pensando di avere solo dei meriti. Spesso, nella routine quotidiana, dimentichiamo che ogni volta che vediamo un nuovo giorno, o ogni volta che ci sediamo a tavola e condividiamo il pane quotidiano, di questo dovremmo essere infinitamente grati.

Proprio la componente di gratitudine, quella che viene dal cuore, quotidiana utilizzata in famiglia può aiutarci a cambiare a trasformare il nostro modo di vivere.

La gratitudine che sperimentiamo nei confronti di nostro marito, nostra moglie e nei figli, nei piccoli atteggiamenti di tutti i giorni: quando l'altro si alza 10 minuti prima solo per farti trovare il caffè; il sorriso di un figlio o di una mamma "che non ti riconosce più"; un abbraccio inaspettato; la condivisione di un pensiero, di una cena, o di un'esperienza fatta dentro o fuori casa.

La gratitudine non è qualcosa con cui si nasce. Non si eredita con la genetica, ma con l'esempio e la pratica. La famiglia è il primo luogo dove iniziare a sperimentarla, dove far diventare l'essere grati una virtù che ognuno può coltivare nella propria crescita, dentro di sé.

Come capita ogni volta che la famiglia si riunisce attorno alla tavola e prega insieme: *"Benedici o Signore noi e il cibo che stiamo per prendere, per mantenerci nel tuo santo servizio e aiutaci a donare il pane a chi non ne ha"*.

Noi genitori dovremmo sforzarci di esprimere la nostra gratitudine per il dono dei figli, per il dono del Vangelo e dell'Eucarestia, per il cibo quotidiano e per ogni cosa buona della vita, lo dovremmo fare ad alta voce sicuri che questo stabilirà un modello che i nostri figli potranno seguire. Li aiuterà a non concentrarsi solo su sé stessi e inizieranno in maniera naturale a individuare le benedizioni nella loro vita.

#### Dal Vangelo di Luca 17, 11-19

*<sup>11</sup> Nel recarsi a Gerusalemme, Gesù passava sui confini della Samaria e della Galilea. <sup>12</sup> Come entrava in un villaggio, gli vennero incontro dieci lebbrosi, i quali si fermarono lontano da lui, <sup>13</sup> e alzarono la voce, dicendo: «Gesù, Maestro, abbi pietà di noi!» <sup>14</sup> Vedutigli, egli disse loro: «Andate a mostrarvi ai sacerdoti». E, mentre andavano, furono purificati. <sup>15</sup> Uno di loro vedendo che era purificato, tornò indietro, glorificando Dio ad alta voce; <sup>16</sup> e si gettò ai piedi di Gesù con la faccia a terra, ringraziandolo. Or questo era un Samaritano. <sup>17</sup> Gesù, rispondendo, disse: «I dieci non sono stati tutti purificati? Dove sono gli altri nove? <sup>18</sup> Non si è trovato nessuno che sia tornato per dare gloria a Dio tranne questo straniero?» <sup>19</sup> E gli disse: «Alzati e va; la tua fede ti ha salvato».*

I nove lebbrosi pensano che la guarigione spetta loro di diritto perché membri del popolo eletto. Invece il samaritano con umiltà riconosce che la sua purificazione è stata un dono gratuito di Dio, ricevuto per mezzo di Gesù. Grazie a questo samaritano anche noi possiamo scoprire una dimensione di gratuità della vita che spesso dimentichiamo; la salvezza che Dio ci offre in Gesù è puro dono e non dipende dai nostri meriti o dalle nostre qualità.

Quest'uomo riceve guarigione fisica ma anche la Salvezza. Infatti, a lui e non agli altri, Gesù dice: "Non si è trovato nessuno che sia tornato per dar gloria a Dio tranne questo straniero?". "Alzati e va'; la tua fede ti ha salvato".

Ed è questa salvezza gratuitamente ricevuta che lo spinge a ringraziare e lodare Dio. Il samaritano ci aiuta a comprendere che noi, non abbiamo meriti o diritti davanti a Dio. Tutto ci è dato per grazia, tutto ci è dato come dono, cominciando dal dono della propria vita, della famiglia ma anche della comunità.

Dopo l'esperienza della salvezza, non possiamo più rinchiuderci nel nostro mondo, nella nostra tranquilla beatitudine e dimenticarci di tutto e di tutti. Ringraziare sinceramente non solo ci aiuta a riconoscere le nostre benedizioni, ma anche ad aprire le porte del cielo e ci aiuta a sentire l'amore di Dio.

La gioia dell'incontro con Gesù e la salvezza che egli offre non saranno mai vere se non le condividiamo e le mettiamo al servizio degli altri.

Questo ci fa pensare che quando in famiglia ci lasciamo aiutare, ammettendo di aver bisogno, allora possiamo provare il senso di gratitudine come dono e non come merito, o dovere, o educazione.

Solo allora proveremo un senso di gratitudine tale da renderci felici e si sa: una persona felice è una persona che trasmette speranza e può aiutarci a rispondere al comando che Gesù fa al lebbroso: "Alzati e mettiti in viaggio".

## DOMANDE:

- Per cosa possiamo dire di essere grati oggi in famiglia? E nella comunità?
- Che valore diamo alla gratitudine nella nostra vita, nel nostro gruppo, nella nostra comunità?
- Come nasce la gratitudine in famiglia?
- Ci ricordiamo di rendere grazie per le benedizioni che riceviamo, e come possiamo esprimerlo?

Francesco, il fratello maggiore, entra in cucina con il solito viso imbronciato, si siede e appena riempio il suo piatto inizia a mangiare, è qualche giorno che non parla molto e ogni volta che qualcuno gli fa una domanda, c'è sempre la paura che sfoci nel solito brutto litigio.

L'ultima ad arrivare è Valentina, la piccolina stava cambiando le bambole prima di venire a cena.

Siamo tutti seduti, solitamente iniziamo con la preghiera di benedizione che a volte è recitata e spesso è mugugnata.

Stiamo tutti mangiando, qualcuno come sempre si lamenta dell'assenza del suo piatto preferito ma la cena questa sera è stata preparata in base a ciò che c'era nel frigorifero, con il poco tempo a disposizione e con l'indispensabile fantasia del momento.

Io e mio marito ci guardiamo, scambiamo qualche parola ma siamo stanchi dopo la lunga giornata, ogni tanto Giulia racconta del suo progetto ma dopo qualche complimento e commento anche questo discorso si esaurisce.

Valentina si lamenta perché nessuno vuole giocare con lei e le sue bambole, allora il papà le promette che dopo cena metteranno a nanna le bambole insieme.

Francesco è zitto, finisce di mangiare e si legge sul suo volto che ha solo voglia di scappare.

"Qualcuno ci aiuta a riordinare?" Improvvisamente tutti i presenti hanno qualcosa di più importante da fare... Forse non è un male che restiamo soli così io e mio marito possiamo scambiarci due parole senza che nessuno ci interrompa.

E anche stasera abbiamo cenato, speriamo che domani sia una serata migliore anche perché... questo è l'unico momento in cui siamo raccolti tutti insieme.

Quante analogie che ritrovo in questo piccolo racconto con le dinamiche della mia famiglia...

Un po' me ne dispiaccio ma ne voglio comunque fare tesoro.

Se ci penso bene, la cena settimanale, con il pranzo della domenica, sono le uniche occasioni che abbiamo per ritrovarci tutti insieme come famiglia. La tavola rappresenta la quotidianità perché spinti dal bisogno di nutrirci ci dobbiamo accostare ad essa e una volta a tavola siamo chiamati ad entrare in relazione con gli altri commensali.

*"È interessante che in una famiglia di quattro persone non ci sono quattro piccoli tavolini, ma un solo tavolo grande"*

A tavola si può arrivare in diversi modi: con voglia oppure per forza; con ansia oppure con serenità; con desiderio oppure con avversione, con leggerezza oppure con pesantezza e potremmo continuare con mille aggettivi.

Penso a quando arrivo a tavola arrabbiata perché ho litigato con il figlio o con il marito e ciò che sento è il forte desiderio di finire il prima possibile il pasto per non dover passare più del tempo necessario in compagnia di coloro che percepisco "ostili", allora arrivo a tavola, abbasso la testa sul piatto e mangio, non assaporo, ingurgito, a volte a fatica perché lo stomaco si chiude (sembra che si rifiuti di sopravvivere, di godere di uno dei momenti più necessari della giornata).

Mi crogiolo nei miei pensieri e cado in un vortice di tristezza che senza volerlo contagia la "compagnia" visto che tutti fanno fatica a parlare, nessuno vuole incorrere in qualche incidente diplomatico.

Ma non per colpa degli altri, è il nostro atteggiamento che non funziona. Spesso siamo accoglienti con gli estranei e non lo siamo con chi amiamo, pretendendo da loro che siano uguali a noi, che facciano le cose come le faremmo noi, che vedano le cose come le vediamo noi. E perdiamo di vista l'altro concentrandoci su noi stessi.

È possibile vivere senza aspettative? Come stare nella realtà con le proprie aspettative? Forse si tratta di lasciarsi cambiare da ciò che ci accade.

**Dal vangelo di Matteo 5,13:**

**<sup>13</sup>Voi siete il sale della terra; ma se il sale perde il sapore, con che cosa lo si renderà salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dalla gente**

Cosa rappresenta il sale nella nostra cultura?

Il sale dà sapore al cibo ma ... va usato con equilibrio perché può rovinare una pietanza se è troppo o non valorizzarla se è poco.

Il sale brucia una ferita ma ... nello stesso tempo la disinfetta.

Il sale richiama al valore del nostro lavoro, al salario perché si ottiene con fatica.

Il sale è un dono della terra che va raccolto e custodito e che appartiene a tutti.

Il sale è un elemento fondamentale per il nostro corpo, ci tiene in vita, ci nutre, potremmo dire che senza "sali" in corpo possiamo morire...

Secondo Gesù, Dio ci ha creati "sale della terra"! Le azioni umane hanno trasformato il mondo e continuano a farlo, nel bene e nel male. È vero, noi siamo il sale della terra, diamo sapore alla vita, lavoriamo, ci aiutiamo nelle difficoltà sanando le nostre ferite a vicenda, siamo un dono per gli altri e ci nutriamo l'uno della vita dell'altro.

Possiamo dire che noi stiamo realizzando questa vocazione "essere sale della terra" come ci dice Gesù e tramite il nostro matrimonio.

In questo brano ci riconosciamo tutti, lo sentiamo calato nella nostra realtà, assaporiamo il gusto della nostra vita, della nostra famiglia, pur nelle prove che stiamo vivendo e nella fatica quotidiana.

Se ci pensiamo è proprio questa fatica il sale della nostra vita. È la fatica che costruisce la nostra famiglia, è il lavoro quotidiano che ci permette di godere di ciò che abbiamo conquistato e costruito.

Come il sale non ha profumo ma fa profumare la pietanza, anche la fatica non si vede ma fa brillare una coppia, una famiglia, una storia. Dentro le nostre fatiche c'è la nostra vocazione, senza fatica non avrà alcun senso la nostra vita. Gesù viene a dirci che Lui guarda e apprezza le nostre fatiche quotidiane, al di là dei nostri risultati. Ci incoraggia ad amare il nostro lavoro, le nostre relazioni anche dentro ad ostacoli che ci appaiono insormontabili. Soprattutto è al nostro fianco per sorreggerci e accompagnarci quando siamo affranti e non ce la facciamo più. A Lui possiamo affidare la nostra vita perché da soli non ce la possiamo fare. Se il sale perdesse il sapore, e questo a noi succede spesso, Lui è venuto per rifornirci di sapore.

Noi siamo allora il sale della terra al plurale: Noi con Lui, non da soli. Non abbiamo timore di coinvolgerlo nella nostra vita quotidiana, nelle nostre fatiche. Affidiamo a Lui i nostri fallimenti, le nostre incapacità: Lui c'è e vuole aiutarci. Con Lui solo otterremo grandi risultati, magari non subito visibili, magari secondo schemi e criteri diversi da quelli del mondo ma sicuramente con Lui la nostra vita avrà più sapore.

**Una cena in famiglia**

"C'è pronto!" grido dalla cucina, non arriva nessuno, allora di nuovo e con tono seccato: "C'è pronto!" dopo qualche minuto di silenzio scende di corsa dalle scale Giulia, è euforica, era al telefono con le sue amiche, il loro progetto scolastico ha ricevuto il voto massimo e da quando è tornata a casa non smette più di parlarne; dopo qualche altro minuto di attesa ecco che arrivano gli altri.

**PREGHIAMO INSIEME:**

*Signore, noi ti ringraziamo  
perché ci hai donato questa famiglia:  
grazie per il tuo amore che ci accompagna,  
per l'affetto che sostiene le nostre relazioni  
nel cammino di ogni giorno;  
grazie perché ci chiami ad essere dono  
e ricchezza nella nostra comunità cristiana  
e nella società.  
Rendici perseveranti nell'amore,  
liberi dal denaro e dalla bramosia di possesso,  
umili e miti nel rapporto con tutti.  
Rendici lieti nella speranza,  
forti nella tribolazione,  
perseveranti nella preghiera,  
solleciti per le necessità dei fratelli,  
premurosi nell'ospitalità.  
Rendi il nostro amore seme del tuo Regno.  
Amen.*

Per l'approfondimento:

**La testimonianza:**

<https://www.unitineldono.it/le-storie/beatrice-fazi-gratitudine-infinita-per-chi-mi-ha-cambiato-la-vita/>

# CUCINARE

Se il dettaglio fa la differenza



*“Per mangiare occorre cucinare. Diceva Paul Gauguin: “cucinare suppone una testa leggera, uno spirito generoso un cuore largo”. Bellissima definizione: per cucinare è necessario avere la testa leggera, capace di concentrarsi sul lavoro, per non “rovinare gli alimenti”, per non “sprecare”, per non “buttar là” un piatto rafforzato, senza sapore, addirittura cattivo o indigesto. Ci vuole uno spirito generoso, cioè la capacità di essere un briciolo “abbondanti”. Non bisogna misurare la preparazione del cibo sulla propria fame, ma sulla fame degli altri. Cucinare significa prendere in seria considerazione la fame altrui, per imparare a prendere in seria considerazione il desiderio altrui. Infine, ci vuole un cuore largo, perché spesso non si cucina solo per sé stessi, ma anche per gli altri. So quante volte le mamme dicono: “è pesante ogni giorno cucinare per tutti”. Ecco: cucinare per gli altri è un grande atto d’amore. Offro cibo che fa vivere, perché l’amore è proprio la capacità di donarsi per generare la vita nell’altro. Il tema del cibo può diventare una bella occasione per dare senso al tempo che passiamo a cucinare. Cucinare per altri è una delle metafore più belle dell’amore: significa prenderti cura, prendere in seria considerazione le attese dell’altro, offrire meglio per farlo vivere. Nel vangelo troviamo una parabola che ci descrivesse Dio come uno che ha preparato per noi un bacchetto. E ci invita tutti. Come sarebbe bello sentirci “invitati” in questo mondo. Con la certezza che Dio prepara per noi un ottimo banchetto. Ogni giorno egli è all’opera per inviarci alla nuova giornata, prendendosi amorevolmente cura di noi.”*

*(Il pane, il vino e la bellezza” di Derio Oliviero – ed. San Paolo 2023 pag.49)*

# GUSTO

Il gusto dello stare insieme



*“Non basta mangiare. Bisogna anche gustare. Perché il Creatore non ci ha dato solo i denti ma anche le papille gustative. Gustare con attenzione ci aiuta ad accorgerci della bontà del cibo e ci fa sentire “accarezzati dai sapori”. Gustare significa accogliere tutto questo “in punta di piedi”, non come voraci consumatori. Gustare permette di soffermarsi sulla bontà del cibo e ci porta a dire: “Che buono!”. Tale sensazione è il modo più immediato di toccare la “bontà della vita”. Anzi, la bontà di Dio. Troppe volte ci soffermiamo a chiederci: “Perché il male?”. Dovremmo imparare a fermarci più spesso a chiederci: “Perché il bene?”. Lo so, il male ci ferisce, ci schiaccia, ci spaventa. E ci interroga, perché mette alla prova la fiducia nella vita, la nostra fiducia in un Padre Buono. Proprio per questo dobbiamo allenare gli occhi alla bellezza, il palato ai sapori, il naso ai profumi. In una parola: dobbiamo diventare creatori di bellezza, acuti scopritori di cose buone. Per poter toccare con mano aspetti belli e buoni della vita e rafforzare la nostra fiducia nella vita e nel Padre Buono. Un consiglio che do spesso è questo: prima di andare a dormire fermati un attimo e cerca, nella tua giornata, tre cose belle. Non c’è giornata, neppure la più nera, che non abbia tre cose belle: il sole che è sorto anche oggi, il Monviso che ti ha sorriso mentre andavi al lavoro, il piatto di spaghetti che hai mangiato, il sorriso di un amico, lo sguardo di tuo figlio, un buon bicchiere di vino, un prato fiorito, l’affetto di una persona cara, l’aiuto inaspettato di un collega... Quante cose belle, quanti gesti di bontà, quante cose gustose! Prima di addormentarti ricordane almeno tre. Imparerai, di giorno in giorno, a gustare maggiormente la tua vita. Scoprirai l’esistenza della bellezza. Sentirai il senso del tuo faticare questa terra. Imparerai a sentire la presenza del Padre Buono. “*

*(Il pane, il vino e la bellezza” di Derio Oliviero – ed. San Paolo 2023 pag.46-47)*



**PREGHIAMO INSIEME:**

*Il Signore è il mio pastore:  
non manco di nulla.  
Su pascoli erbosi mi fa riposare,  
ad acque tranquille mi conduce.*

*Rinfranca l'anima mia,  
mi guida per il giusto cammino  
a motivo del suo nome.*

*Anche se vado per una valle oscura,  
non temo alcun male, perché tu sei con me.  
Il tuo bastone e il tuo vincastro  
mi danno sicurezza.*

*Davanti a me tu prepari una mensa  
sotto gli occhi dei miei nemici.  
Ungi di olio il mio capo;  
il mio calice trabocca.*

*Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne  
tutti i giorni della mia vita,  
abiterò ancora nella casa del Signore  
per lunghi giorni.  
(Salmo 23)*

Per l'approfondimento:

**L'immagine:** "Il donatore felice" (1966) René Magritte

**«Il mistero è assolutamente necessario, perché possa esistere la realtà».**

Diceva così René Magritte Che cosa intendeva dire?

Tutti noi siamo portati a pensare che esista la realtà e che essa, tutt'al più, contenga una parte di mistero o ci rimanda ad un mistero.

Magritte rovescia i termini della questione. Per lui prima di tutto esiste il mistero, ed esso, tutt'al più, contiene una parte di realtà o si nasconde nella realtà.

Nascono così i suoi quadri, assenze e presenze nello stesso momento!

Abbiamo scelto questo quadro che ci fa scorgere come la memoria dell'assenza di chi ci ha accompagnato nel bene o nel male fa di noi ciò che siamo oggi

Nell'opera si vede una di quelle case belghe od olandesi con le finestre rigorosamente senza tende che, quando sono illuminate, lasciano scorgere tutto ciò che accade all'interno. Solo che nella casa dipinta da Magritte non abita nessuno: c'è appena una luce gialla, accesa non si sa da chi ma è una luce che è vita che è presenza perché sta nel cuore dell'uomo assente e presente finché anche la sua memoria resterà nel nostro cuore.

**Resterà la luce** (Giorgio Susana) <https://youtu.be/Hbw5i2dvl8s>

A casa nostra, quando c'è qualche argomento di cui discutere, quando qualcuno sta passando un momento di difficoltà o quando c'è una particolare ricorrenza si cucina un risotto. Abbiamo capito, nel tempo, che è un piatto che tutti nella nostra famiglia gradiscono, facile da realizzare, molto versatile e richiede un tempo ragionevole. Un piatto confortante. Siamo convinti che, se ci pensate bene ogni famiglia ha un piatto così, diciamo, delle "grandi occasioni".

Riflettendo sulle suggestioni della parola "cucinare" ci siamo detti che la vita di una coppia prima e di una famiglia poi, passa gran parte del tempo a tavola. La tavola è luogo di condivisione, palestra di compromesso, vi si esercita la pazienza.

Quando ci sediamo a tavola, vediamo con diverse prospettive, se sei quello che ha cucinato o quello che consuma la pietanza; è come quando si parla di comunicazione, uno parla e l'altro ascolta, anche se sembra tutto semplice non è così.

Quando ci sediamo a tavola, viviamo questa doppia veste, a volte se siamo chi cucina, aspettiamo di vedere il sorriso nascere dall'assaggio del boccone, altre volte aspettiamo con ansia quello che è stato cucinato.

Ci sono poi altre volte in cui nemmeno ci accorgiamo di quello che passa sulla nostra tavola.

Cucinare richiede tempo e pazienza, accuratezza nella scelta degli ingredienti, umiltà nel riconoscerne il valore, coraggio nel trasformarli in un piatto delizioso.

In questo nostro tempo così veloce, che ci spinge ad avere tutto e subito, cucinare guida il pensiero verso un mondo antico, fatto di tempo. Tempo da dedicare a chi si ama, devi fermarti se vuoi accorgerti di quello che ti circonda, degli occhi stanchi della tua sposa, del tuo sposo, del sorriso sforzato di tuo figlio. Abbiamo bisogno di tempo perché si compia la meraviglia dell'incontro, non possiamo andare di fretta.

In una ricetta la prima cosa che si osserva è il tempo necessario, devi avere a disposizione la giusta quantità di tempo perché tutto si compia nel modo giusto, perché non ci siano intoppi, perché il cibo sia alla giusta temperatura nel momento giusto.

E se ci accorgiamo che siamo in ritardo il tempo manca, allora quello è il momento di fermarsi, è il momento giusto per decidere cosa ha importanza e cosa può essere rimandato, cosa è necessario adesso e cosa posso scegliere di fare più tardi.

Papa Francesco ci ricorda come "è importante saper trovare ciò che conta: allenarci a riconoscere le gemme preziose della vita e a distinguerle dalle cianfrusaglie. Non sprechiamo il tempo e la libertà per cose da niente, passatempi che ci lasciano vuoti dentro, mentre la vita ci offre ogni giorno la perla preziosa dell'incontro con Dio e con gli altri! È necessario saperla riconoscere: discernere per trovarla." (Angelus del 30/7/2023)

Cucinare richiede anche pazienza, forse per questo è una caratteristica propriamente umana, è necessario attendere il momento giusto, la stagione giusta per quell'ingrediente.

La pazienza è esercizio di misericordia, è fare spazio all'altro, è fare un passo indietro per lasciare che l'altro possa esprimersi, possa essere se' stesso. È esercizio di ascolto prima che di parola, è riconoscere che non sono io l'unico essere al mondo.

Quando si cucina, occorre fare attenzione ai gusti alle intolleranze alimentari, alle regole di sicurezza per non trasformare il cibo in un veleno: è già così attenzione all'altro, è riconoscere che anche al di fuori di me c'è del buono che fa del bene, è riconoscere l'altro come importante per me.

Non fa niente se il risultato non è quello che mi aspetto, se quando cucino un piatto per qualcuno lo faccio con questo cuore, sarà sempre gradito. Se il piatto risulterà salato, potremo farci una risata sulla mia esagerazione, se invece risulterà insipido potremo correggere con un po' di sale, ma ci saremo incontrati: e questo conta.

E quanta pazienza ci vuole se decidiamo di cucinare insieme! Quando dobbiamo mettere a fattor comune diversi metodi, diverse convinzioni, diverse tecniche, il gioco è tutto lì provare a divertirsi insieme; imparare a cucinare insieme è un modo per prendersi cura di sé stessi e del proprio sposo, della propria sposa, dei figli, dando al gusto di tutti la stessa importanza.

*“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 dominare 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.” (AL 92)*

La scelta degli ingredienti è fondamentale, è frutto di attenzione e ricerca. Niente deve andare sprecato, e tutto deve essere valorizzato.

Anche il più insignificante degli ingredienti può fare la differenza quando cuciniamo un piatto. Quella strana spezia richiesta dalla ricetta, se manca, se ignorata, cambierà completamente il sapore del piatto. L'attenzione ai particolari ci rende consapevoli di quei piccoli mutamenti che, se ignorati saranno elementi di rottura per la nostra coppia, nel rapporto con i nostri figli.

Ci siamo scelti in modo accurato, se non conserviamo la giusta attenzione, rischiamo di perderci di vista, di dare per scontato, di non sentire più il sapore. La narrazione della nostra storia, della scelta che abbiamo fatto, delle promesse e dei progetti, può essere l'ingrediente segreto che rende la nostra storia un piatto delizioso. Non ci sono ricette da seguire, solo qualche piccola intuizione che ci fa capire che stiamo andando nella giusta direzione, quella che ci siamo scelti, quando ci siamo scelti.

*“Le gioie più intense della vita nascono quando si può procurare la felicità degli altri, in un anticipo del Cielo. Va ricordata la felice scena del film Il pranzo di Babette, dove la generosa cuoca riceve un abbraccio riconoscente e un elogio: «Come delizierai gli angeli!». È dolce e consolante la gioia che deriva dal procurare diletto agli altri, di vederli godere. Tale gioia, effetto dell'amore fraterno, non è quella della vanità di chi guarda sé stesso, ma quella di chi ama e si compiace del bene dell'amato, che si riversa nell'altro e diventa fecondo in lui.” (AL 129)*

Ma se pensiamo ci sono assenze ancora più dolore di quelle che abbiamo descritto prima; ad esempio: quante volte siamo intorno al tavolo con persone vive, presenti che però sono lontane da noi, ci tengono rancore, non si fidano o sono invidiose: un coniuge, un figlio, un genitore, un amico?

A volte il nostro amore per loro non viene percepito, non viene accolto o viene frainteso, insomma non arriva!!!

Talvolta il nostro amore non viene percepito per una malattia: è il caso delle demenze o dell'Alzheimer che spesso colpisce i nostri parenti anziani, come stargli vicino? Come restituire a loro l'amore ricevuto? Spesso ci rifiutano o non ci riconoscono, hanno perso la memoria e la loro storia si è persa nell'oblio ... viviamo un distacco anticipato, sono ancora tra noi ma non sono più quelli di prima, ci sentiamo impotenti e li percepiamo sempre più estranei. Ecco allora, io apparecchio una tavola imbandita, preparo il mio pranzo migliore ma l'altro non mi incontra, non c'è, mi tiene a distanza; una “presenza” vuota, che genera dolore che stona con il senso della tavola, una presenza di cui a volte mi voglio liberare perché mi fa troppo soffrire.

Può capitare che in famiglia alcune “assenze” generino una liberazione; forse sono fasi della vita, percorsi che non riusciamo ad affrontare o solo un modo per non farsi male a vicenda... l'unico modo, in quel momento, per volersi bene.

Eccoci scoperti deboli, fragili, capaci solo di fallire o incapaci a ricucire relazioni con amici, parenti, ma anche questo fa parte della nostra umanità, spesso è l'unica cosa che abbiamo da offrire alla cena delle nostre eucarestie quotidiane. Questo ci ricorda che da soli non ce la possiamo fare, abbiamo bisogno di un Dio che lavori per noi, che si sacrifichi per noi e che soprattutto ci ami così come siamo.

#### Dal vangelo di Giovanni 11, 25-26

**<sup>25</sup>“Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; <sup>26</sup>chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno. Credi questo?”.**

#### DOMANDE:

- Quali assenze stiamo vivendo in questo periodo della nostra vita?
- Chi o che cosa ci sta aiutando a dare senso a queste assenze?

Intorno ad una tavola apparecchiata a festa, specie a Pasqua o a Natale, capita a volte nelle famiglie di accorgersi che manca qualcuno; un nonno, una nonna, la moglie il marito o ancora un figlio.

In questi casi ci sembra che la festa perda di significato e non si abbia più voglia di festeggiare: “non è più la stessa cosa”, “questi giorni mi rendono triste” sono frasi che si sentono pronunciare a tutte le età.

È proprio vero, certe assenze lasciano un segno profondo nella nostra vita, un vuoto che nessuno può più colmare, un lutto che ci accompagna per sempre e piano piano ci fa compagnia se sappiamo riempirlo dei ricordi e delle belle esperienze che si sono vissute con chi non c'è più.

Se ci pensiamo però queste assenze possono essere molto diverse tra loro a seconda sia della persona che ci ha lasciato ma soprattutto a seconda della storia che abbiamo vissuto insieme. Perdere un padre o perdere un marito non sono proprio la stessa cosa, perdere un figlio poi è ancora diverso.

Perdere qualcuno che ci ha accompagnato per tanti anni e ci ha cresciuto, ci ha sostenuto nella maturità e aiutato con i nostri figli è sicuramente un grande dolore però ci lascia dentro così tanti ricordi ed esperienze che fanno sì che questo dolore si trasformi in una presenza costante di colui che non c'è più ma che continua a risuonare nelle nostre azioni quotidiane, ci sta al fianco, ci pare di sentirlo parlare, sappiamo cosa avrebbe da dirci o cosa farebbe al nostro posto.

Avere condiviso tanti anni di vita insieme e avere costruito delle relazioni profonde, fa sì che questo amore vissuto in vita diventi eterno e continui anche dopo la morte, per questo diciamo il nostro amore non avrà fine oppure sei sempre dentro di me e ti sento vivo.

Questo capita quando perdiamo un genitore od un coniuge con il quale abbiamo percorso tanti anni di vita matrimoniale.

Ecco che attorno alla tavola a volte capita di rivivere ricordi e dividerli, sorridere di alcuni episodi di vita buffi o burrascosi ed ecco che questa assenza si trasforma in presenza viva e attorno ad essa tutte le altre relazioni si consolidano e affondano le loro radici nel passato. La tavola si allarga e il nostro dolore si esorcizza e si stempera nel ricordo. Questi ricordi sono le nostre radici.

Un po' diverso invece è quando chi non c'è più è un figlio, mancato prima ancora di sbocciare o nel pieno della giovinezza. I ricordi sono pochi e rimandano ad una domanda di senso, perché? La vita risulta incompiuta ed il nostro lavoro di genitori, ci sembra non andato a buon fine...

Certe domande della vita non hanno risposte, o forse le risposte risiedono in una logica più grande di noi che non riusciamo a decifrare. Perché chi l'ha detto che una vita è compiuta solo se arriva ad ottant'anni? Forse una bimba che ha vissuto solo tre anni ha portato a compimento tutto ciò per cui era nata! Che ne sappiamo noi del senso ultimo delle nostre esistenze? Noi pensiamo di vivere al massimo ma forse non abbiamo ancora compiuto ciò per cui siamo nati! Quante domande genera l'assenza per una morte prematura e quante poche risposte abbiamo...

Ecco che attorno ad una tavola un'assenza può suscitare una ricerca, può ricordarci la nostra ignoranza rispetto al mistero della vita, può rimetterci nelle mani di chi invece ha tutte le risposte che danno compimento ad ogni esistenza indipendentemente dall'età raggiunta.

Non è facile affrontare questi temi intorno ad un tavolo, spesso si preferisce vivere queste assenze nell'intimità e non condividere il dolore, ma intorno al tavolo si spezza il pane quotidiano, e la vita quotidiana non è fatta solo di gioie e di presenze, ma si compie anche tramite il dolore e il lutto.

Cucinare è un'arte e la cosa più sorprendente è che si può imparare, per alcuni di noi fa parte di quella tradizione familiare che tramanda trucchi e segreti e che ci porta ad essere quasi una cosa sola con la cucina, per altri è faticoso sforzo di letture e tentativi, per altri ancora è meta irraggiungibile, ma tutti prima o poi ci troviamo a far parte di questo quadro.

Ci meraviglia sempre quando il Vangelo ci racconta di come la vita di Gesù sia stata così legata al cibo e alla sua preparazione. Dalla moltiplicazione dei pani, passando per le parabole del regno, fino all'Ultima cena, Gesù è Maestro anche in questo; la convivialità della tavola è uno dei suoi tratti caratteristici.

E proprio il Risorto sulle rive del mare di Tiberiade appare ai discepoli e li sorprende. **(Giovanni 21:4-14)**

È mattina presto, l'alba è imminente: c'è poca voglia tra i discepoli di riprendere la vita di tutti i giorni tanta è la nostalgia del loro maestro. Ma Gesù è lì con loro, nascosto tra il buio della notte che si sta dissolvendo in un'alba di un nuovo giorno. Per la terza volta Gesù si manifesta ai discepoli e si presenta come un povero che chiede cibo, come un pescatore abile che dà indicazioni preziose su come pescare per prendere qualcosa dopo una nottata infruttuosa, come uno che si prende cura di loro preparando del pesce da mangiare e infine come un ospite che li invita a mangiare insieme.

Il Risorto si fa presente sulle rive del lago con il linguaggio della sovrabbondanza dell'amore, una sovrabbondanza che si rivela nel quotidiano e umanissimo interessarsi dell'altro, nel preparare un pasto e nel mangiare insieme, narrando loro che la quotidianità così semplice può essere abitata dalla dismisura dell'amore di Dio.

Un fuoco di brace, qualche pesce abbrustolito, del pane appena sfornato gesti che profumano, parlano e dicono ancora una volta che l'abbondanza dell'amore di Dio non è visibile se non nei gesti dell'amore quotidiano, del preparare una tavola, del condividere un banchetto, del vivere la fraternità e l'amicizia, dell'interessarsi del lavoro altrui, del dire all'altro: "tu mi interessi e io ti voglio bene".

Il passaggio pasquale avviene così, discretamente, silenziosamente. È così che il gruppo smarrito ridiviene comunità sulle rive del lago di Tiberiade, la comunità riprende vita ricordando ciò che ha vissuto un'avventura di amore, ricordando la propria vocazione, che è quella di perseverare nell'amore. Ecco attorno a cosa si ricompone la comunità l'obbedienza alla parola, la condivisione del lavoro e del pasto, la memoria dell'amore e la riconferma dell'impegno di amare.

#### DOMANDE:

- Che importanza diamo al tempo passato in famiglia? Abbiamo abbastanza tempo o sentiamo di averne bisogno? Ci sono momenti nella giornata in cui ci sembra di vivere un "non-tempo", un tempo vuoto e inutilizzato?
- Costruire relazioni è un gioco di attesa e pazienza; quale spazio ha l'altro nella mia vita? Quale spazio riserviamo a Dio?
- Quanta attenzione mettiamo nelle relazioni familiari? Quali sono i particolari che ci mettono in allarme? Quali quelli che ci rassicurano?

**PREGHIAMO INSIEME:**

Quando saremo due saremo veglia e sonno  
 affonderemo nella stessa polpa  
 come il dente di latte e il suo secondo,  
 saremo due come sono le acque, le dolci e le salate,  
 come i cieli, del giorno e della notte,  
 due come sono i piedi, gli occhi, i reni,  
 come i tempi del battito  
 i colpi del respiro.

Quando saremo due non avremo metà  
 saremo un due che non si può dividere con niente.

Quando saremo due, nessuno sarà uno,  
 uno sarà l'uguale di nessuno  
 e l'unità consisterà nel due.

Quando saremo due  
 cambierà nome pure l'universo  
 diventerà diverso.

(Erri De Luca)

Per l'approfondimento:

**L'immagine:** l'artista tedesco Jan Vormann ha avuto l'intuizione di usare i mitici mattoncini per ridare colore agli squarci e alle crepe di mura e muretti, riparandoli e valorizzandoli.

Non nascondere le rotture (e le brutture) ma renderle addirittura accattivanti con i suoi fantastici disegni ottenuti seguendo le tracce di intonaci caduti e pareti abbandonate all'incuria. un mattoncino qua e uno là, e Jan da circa sei anni ha deciso di andare in giro per il mondo a caccia di mura usurate, dando loro un guizzo di colorata contemporaneità. combattere il degrado, certo, ma generare anche piccole e grandi opere d'arte.

# RELAZIONE

## *La tavola luogo di un'assenza*



*“A tutti piace mangiare con altri. A volte capita di mangiare da soli. Molte persone sono costrette a mangiare da sole: anziani, vedovi e vedove single impiegati sul posto di lavoro, che mangiano da soli in un self-service...Il mondo moderno ci ha insegnato che ciascuno di noi è pensabile in sé, a prescindere dalle proprie relazioni. Ma in realtà io, senza le relazioni, neppure esisto: Non sarei venuto al mondo e soprattutto dopo la nascita non sarei vissuto se qualcuno non fosse entrato in relazione con me e mi avesse nutrito. Le relazioni non sono un optional, sono essenziali. Non abbiamo solo fame di cibo ma fame di relazioni. In questa luce può diventare interessante lavorare per riuscire a vivere almeno un pasto al giorno insieme come famiglia. Scrive lo psicologo Luigi Ballerini: «forse oggi più che mai occorre che la tavola torni al centro delle nostre serate, contasse anche la piccola fatica di modificare un po' l'organizzazione familiare. La cena va considerata un appuntamento da preparare con tutta la cura di cui si è capaci e a cui ci dispiaccia mancare, nel limite del possibile.»*

*Bellissimo: è importante che non giungiamo mai a pensarci “soli” ma sempre bisognosi dell'altro, aperti al suo arrivo, disponibili all'incontro. E la tavola diventa il luogo migliore per celebrare tale incontro. Proviamo, almeno una volta al giorno, a mangiare “per prenderci una pausa per noi e per gli altri”. E, dunque, spegniamo la televisione ed il cellulare. Togliamo la connessione con il mondo per essere connessi a noi stessi: presenti qui e adesso, disponibili a gustare, parlare, ad ascoltare altro. Quando siamo seduti a tavola ricordiamoci che il primo ad avere voglia di entrare in relazione con noi è il Signore. Egli ci dice: “Ecco, sto alla porta e busso. Se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre la porta, io verro da lui, cenerò con lui ed egli con me”.*

*(Il pane, il vino e la bellezza” di Derio Oliviero – ed. San Paolo 2023 pag.41-42)*

**PREGHIAMO INSIEME:**

*Signore, quando credo  
che il mio cuore sia straripante d'amore  
e mi accorgo, in un momento di onestà,  
di amare me stesso nella persona amata,  
liberami da me stesso.*

*Signore, quando credo  
di aver dato tutto quello che ho da dare  
e mi accorgo, in un momento di onestà,  
che sono io a ricevere,  
liberami da me stesso.*

*Signore, quando mi sono convinto  
di essere povero  
e mi accorgo, in un momento di onestà,  
di essere ricco di orgoglio e di invidia,  
liberami da me stesso.*

*E, Signore, quando il Regno dei cieli  
si confonde falsamente  
con i regni di questo mondo,  
fa' che io trovi felicità e conforto solo in Te.  
(Madre Teresa di Calcutta)*

# CONDIVISIONE

*I conti non tornano*



*“Mangiare significa condividere con i commensali ciò che è sul tavolo. Ogni pasto è un esercizio di condivisione. Per questo ogni pasto ci aiuta a sentirci grati di ciò che troviamo sul tavolo e capaci di dividerlo con il fratello che mangia con me. Ogni pasto è un “dono ricevuto e offerto”. A tavola imparo la dinamica del dono, che supera quella del calcolo e dello scambio. Al che spesso invitiamo persone a mangiare. Ospitalità significa offrire il meglio senza chiedere nulla in cambio. Ospitare qualcuno a cena è un gesto di gratuità, di puro dono. Ogni volta che ci sediamo a tavola dobbiamo ricordarci che è “Madre Terra che ci nutre”. Pertanto, quel cibo ricevuto non devo mangiarlo con un “diritto”, ma come un dono. E devo ricordarmi che, in quanto dono, va condiviso con tutti i figli della terra, con tutti i figli del Padre. Mangiare è sentirci responsabili degli altri, in particolare dei poveri. Mangiare significa sentirci privilegiati. E, pertanto, disponibili a donare ai poveri.”*

*(Il pane, il vino e la bellezza” di Derio Oliviero – ed. San Paolo 2023 pag.44-45)*

Condividere significa dividere con altri qualcosa che è nella nostra disponibilità. La logica matematica, che è il principio guida della nuova religione della tecnica, ci insegna che se condivido ottengo il risultato di ridurre ciò che rimane nella mia disponibilità per metterlo nella disponibilità di altri.

Per il Vangelo che, rispetto alla tecnica, tiene in minor conto la matematica, condividere significa moltiplicare, come insegna il brano della “moltiplicazione dei pani e dei pesci” (Matteo 14, 13-21), ovvero il miracolo operato da Gesù che, a partire da cinque pani e due pesci, garantisce cibo a volontà per cinquemila uomini.

Se in passato la lettura di questo brano evangelico focalizzava Gesù come il soggetto che, in forza della sua potenza e del suo rapporto privilegiato con il Padre, compie questa moltiplicazione impossibile ai comuni mortali, oggi si mette in maggiore evidenza un Gesù che invita i suoi discepoli “ad adoperarsi” per dare, loro stessi, da mangiare alla folla, condividendo quel che è nella propria disponibilità, ovvero cinque pani e due pesci e guidandoli così a scoprire come la condivisione con altri moltiplica le sostanze, con il risultato che tutti hanno in abbondanza, al punto da generare addirittura un avanzo (dodici ceste piene).

In questa espansione che è il miracolo dei pani, opera certamente la grazia che viene dal Padre la quale, tuttavia, non si pone nella vicenda come un effetto magico, ma come elemento catalizzatore che innesca e alimenta un processo virtuoso di relazioni tra le persone, guidandole a scoprire la sovrabbondanza che scaturisce dalla condivisione.

Così il Dio di Israele e Dio di Gesù, non appare tanto come un Dio che ti manda l'aiuto dal cielo, ma piuttosto come un Dio che ti guida a scoprire come la sua grazia opera concretamente attraverso le mani e la generosità degli uomini.

La cultura moderna è molto incentrata sull'io, sull'individuo, per cui risulta particolarmente difficile ragionare sulla condivisione la quale, per essere attuata, presuppone l'esistenza di persone in relazione, ovvero di una comunità che si riconosca tale. Per fare esperienza di condivisione, occorre fare esperienza di un “noi”.

Eppure, “condividere” è una delle parole più abusate del nostro tempo e rimanda ad una serie di cose che nulla hanno a che fare con il suo significato autentico. Oggi condividiamo mediante i “like”, mediante i “post”, attraverso i social media. Condividere è divenuto sinonimo di “pubblicare”, ovvero rendere noto ad altri qualcosa che ci riguarda o, più spesso, qualcosa che a nostra volta abbiamo “scaricato” dal post di qualcun altro; ma difficilmente questa condivisione porta ai destinatari qualcosa di noi stessi, del nostro io più profondo; né questa condivisione ci “spoglia” di qualcosa a beneficio dell'altro e viene così a mancare quella dinamica di relazione che, nella condivisione autentica, genera l'eccedenza che abbiamo riconosciuto nella vicenda evangelica della moltiplicazione dei pani.

La dinamica della condivisione richiede infatti alcuni passaggi fondamentali: c'è qualcosa a cui devo rinunciare per metterla a disposizione degli altri; c'è la consapevolezza che quanto metto a disposizione non mi appartiene, ma è nella mia disponibilità perché, a mia volta, l'ho ricevuta in dono. C'è la fiducia che dalla condivisione scaturisce un bene più grande, che si estende ad altre persone, oltre me stesso e c'è anche la fiducia che in questo processo di rinuncia e dono, io ne uscirò più ricco di quanto non fossi prima di condividere.

Uno dei brani di Vangelo che meglio racconta la logica della condivisione è la “Parabola dei talenti” (Matteo 25, 14-30). I talenti non vanno sotterrati - dice Gesù - ma “trafficati”, cioè messi in circolo, condivisi.

” Quando riconosciamo la dimensione morale della vita economica, siamo in grado di agire con carità fraterna, desiderando, ricercando e proteggendo il bene degli altri e il loro sviluppo integrale”. (Papa Francesco al Consiglio per un capitalismo inclusivo, 11/11/2019)

È alla nostra portata un'inversione radicale di prospettiva: dal consumare, sia pur inconsapevolmente, il futuro delle persone, all'essere consumati dal desiderio di bene comune, di bene per l'altro.

Mettiamo la nostra libertà, sensibilità e capacità di approfondimento a servizio del Regno e preghiamo di saper rinunciare, lasciar andare, perdere, per poter accogliere ed essere saziati dall'amore e dalla misericordia del Padre, collaboratori nella creazione di una nuova umanità liberata, nella grande famiglia umana (“*Chiunque avrà lasciato... per il mio nome, riceverà cento volte tanto e avrà in eredità la vita eterna*” Mt. 19,29).

### DOMANDE per la COPPIA

- Che spazio riserviamo al capitale spirituale, un capitale invisibile, ma più reale dei capitali finanziari o tecnologici e all'educazione dei giovani alla ricerca di senso? Stiamo crescendo nella fede tanto da desiderare con forza di avere Dio in noi, come “patrimonio” essenziale?
- Cosa significa concretamente per noi la sobrietà?
- Che importanza diamo al rapporto etico, responsabile e rispettoso con i soldi, il tempo, l'ambiente, le persone? Siamo consumatori consapevoli?
- Ci lasciamo interrogare e indignare dalle disuguaglianze che vediamo intorno?
- Cosa significa essere felici per ciascuno di noi, nell'ambito della famiglia o della comunità?

### DOMANDE per il GRUPPO

- Riconosciamo in qualche aspetto della nostra vita in famiglia la tentazione di giudicare fatti e persone sulla base di un metro prevalentemente economico? Quanto conta per noi l'immagine che diamo e il giudizio degli altri? Quanto condiziona le nostre scelte?
- Siamo consapevoli del ruolo di collaboratori della creazione per il bene comune anche quando disponiamo l'uso delle risorse che abbiamo a disposizione? Che spazio lasciamo alla provvidenza?
- Sappiamo identificare nella nostra famiglia la differenza tra bisogni e desideri e i beni che potremmo considerare superflui? Evitiamo gli sprechi? Come?
- Come contribuiamo al bene comune della comunità sociale?
- Cosa significa essere una famiglia felice?

monte della perfezione può essere battuta solo da quelli che non sono oberati e trascinati in basso da nessun carico” (è la via angusta che solo pochi trovano Mt. 7,13-14) e testimoniando di aver attuato la “spoliazione dell’intelletto per mezzo della fede, della memoria per mezzo della speranza, della volontà per mezzo dell’Amore”. Il primo passo? Svuotarsi da sé stessi e diventare “vaso vuoto” per riempirsi della Grazia.

Quando recitiamo “*sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno*”, ricordiamoci che il Signore ci sollecita a smettere di affidarci ciecamente alle nostre cose, abitudini, bilanci, false sicurezze e invece a invocare e fare spazio all’Amore, unica fonte inesauribile di vita: “*Chi perderà la propria vita per causa mia, la troverà*” (Mt. 16,24-27)

### Un nuovo modello di società e di sviluppo

Abbiamo “*necessità di modelli economici più inclusivi ed equi che consentano ad ogni persona di aver parte delle risorse di questo mondo e di poter realizzare le proprie potenzialità e che nel contempo possano rispondere alle sfide che l’umanità e il pianeta si trovano ad affrontare. Il vero sviluppo non può limitarsi alla sola crescita economica ma deve favorire la promozione di ogni uomo e di tutto l’uomo.*” (Papa Francesco al Consiglio per un capitalismo inclusivo, 11/11/2019).

Si tratta di tradurre ciò che pensiamo e crediamo in fatti concreti e visibili: “*sia fatta la tua volontà, come cielo, così in terra*”.

Ecco l’impegno alla mediazione culturale che dà corpo all’umanesimo sociale espresso anche nelle encicliche “*Laudato sii*” e “*Fratelli tutti*” e i percorsi di sperimentazione dell’economia civile che, pur muovendosi nell’alveo dell’economia di mercato, valorizzano principi di fraternità, gratuità e reciprocità.

Al sistema nel suo insieme sono richieste scelte urgenti e radicali, in particolare di attenzione ai giovani e al loro futuro, di sostegno alle famiglie, alla natalità e conciliazione famiglia-lavoro, di promozione della giustizia e della pace, di protezione degli ecosistemi... Siamo chiamati a intervenire sulle politiche pubbliche che governano questi temi, ma anche nel nostro piccolo, nelle scelte concrete di ogni giorno, abbiamo la possibilità di incidere.

Non dobbiamo cercare la decrescita, la miseria, ma combatterla, per tutti.

Non ci è chiesto di spogliarci e rinunciare ai beni di cui disponiamo o possiamo disporre ma forse di essere disponibili a fare qualche sacrificio nel nostro stile di vita, che è ancora insostenibile per il pianeta e i suoi abitanti, combattendo il superfluo, la chiusura nel recinto del benessere della nostra sola famiglia e la cultura dello scarto di cose e persone.

Prendere coscienza della responsabilità e del peso che i consumatori possono esercitare sulle scelte complessive del sistema economico e dei mercati per difendere i diritti e la dignità di chi lavora e di ogni persona.

Sentire il dolore per le disuguaglianze ed esiliarle dalla nostra vita, impegnandoci ad avere attenzione per gli ultimi, per i poveri; meglio, iniziando a riconoscerne la dignità, ad averne stima e a guardare il mondo con i loro occhi.

Impegnarci a trovare occasioni per condividere: la condivisione è un altro nome della povertà evangelica.

Consumatori di beni o bene di consumo per gli altri?

I miei talenti non sono in verità miei, ma li ho ricevuti in dono da un padrone generoso che, partendo per un lungo viaggio, ha deciso di farmi dono “del suo bene” (i talenti), dimostrando una grande fiducia in me.

Se trattengo questo dono per me stesso e lo sotterro per paura che qualcuno me lo possa rubare o lo possa utilizzare anche per sé, “disinnesco” tutte le potenzialità del dono che mi è stato fatto, perché questo dono richiede di essere condiviso, proprio in quanto tale.

È nella condivisione che il dono si moltiplica, perché condividendo scopriamo qualcosa di nuovo che nasce dalla relazione con l’altro, con il quale abbiamo scelto di condividere e, spesso, scopriamo qualcosa di nuovo anche di noi stessi. E così incontriamo quell’eccedenza, quel di più che ci viene offerto e torniamo dal Padre con due talenti entrambi donati: il primo, ci è stato donato dal Padre nella sua generosità e nella fiducia che ha riposto in noi quando ce lo ha affidato; il secondo ci è stato donato nella relazione e nell’incontro con l’altro, con il quale abbiamo voluto condividere. La condivisione è il processo fecondo che nasce dai doni che abbiamo ricevuto dal Padre e che accettiamo di condividere.

Il contrario di condividere è “trattenere”, tenere per sé. Accumulare e consumare sono i verbi privilegiati della nostra cultura contemporanea, mentre altri fratelli ci guardano, privi di ciò che è essenziale per vivere.

Anche accumulare genera un’eccedenza, come condividere: solo che chi accumula tiene per sé questa eccedenza, spesso sottraendo risorse ad altri, mentre chi condivide gode dell’eccedenza insieme con altri. Se trattieni per te sei un servo “ingardo” dice Gesù (fa un po’ sorridere questo termine desueto), cioè sei schiavo della tua colpevole passività, perché hai trattenuto ciò che non ti appartiene, ciò che ti è stato affidato in dono e hai tradito la fiducia che, colui che ti aveva affidato tanto bene, aveva riposto in te.

Non siamo chiamati a condividere solo cose materiali, come per esempio il cibo, per quanto questa condivisione sia fondamentale, soprattutto verso i fratelli più poveri.

Nella casa di Betania, Maria sceglie di condividere il tempo e la Parola con Gesù, il quale la loda per la sua scelta. Siamo chiamati a condividere, per esempio, il nostro tempo nell’ascolto degli altri. Il tempo è divenuto una risorsa preziosa persino più del denaro nella cultura attuale, tanto che molti giovani in cerca di lavoro, mettono lo smart-working prima dello stipendio nella gerarchia delle proprie priorità.

Ed è vero che il tempo è un bene prezioso nella nostra società ma se non è condiviso e donato, è comunque tempo “sotterrato”, cioè reso vano, come il talento del servo ingardo.

Abbiamo bisogno di condividere tempo con Dio, perché non preghiamo più o preghiamo poco e abbiamo bisogno di condividere tempo con i fratelli, perché non ci si ascolta più in modo vero e profondo. Perdiamo così l’opportunità di ricevere in dono tanta eccedenza e tanta ricchezza che possono scaturire dall’ascolto. Eppure, c’è, in tanti nostri fratelli, un bisogno di ascolto che è grande quanto l’oceano ma spesso non riusciamo a cogliere questo grido soffocato di aiuto, fino al giorno in cui, noi stessi, avvertiamo il bisogno profondo di essere ascoltati ma, voltandoci, non troviamo nessuno: solo gente frettolosa che si muove freneticamente; magari qualcuno ascolta con le orecchie ma fatica a partecipare con il cuore.

Abbiamo bisogno di condividere tempo con la nostra sposa, con il nostro sposo, con i nostri figli. Quante volte abbiamo detto anche noi: “non abbiamo tempo, purtroppo”; ed è vero, non abbiamo tempo, perché lo consumiamo anziché dividerlo, perché quando lo condividiamo, anche il tempo, come i pani del Vangelo, si moltiplica.

La condivisione non si improvvisa: alla condivisione ci si esercita, come si fa quando si vuole gareggiare in qualche competizione. Per condividere occorre esercitarsi a “fare spazio”, a “lasciar andare”, a “mettersi in disparte”. Abbiamo mille occasioni in ogni nostra giornata per fare esercizio di condivisione e sono sempre occasioni in cui fare un passo indietro con l’io e fare spazio al noi. È un esercizio che si deve fare anzitutto nelle piccole cose: hai fatto un lavoro importante in ufficio e quando lo mandi al tuo capo firmi: “il gruppo di lavoro”. Hai dato un contributo importante a quel progetto, ma lasci che l’e-mail la invii il tuo collega o che sia lui a presentarlo. Hai rinunciato a qualcosa cui tenevi particolarmente per accompagnare tuo figlio ad un appuntamento e quando scende dalla macchina gli dici: “grazie, abbiamo trascorso un bel tempo insieme”. L’umiltà, che è figlia della gratitudine per ciò che abbiamo ricevuto in dono, è il terreno sul quale può nascere la condivisione.

Lo sappiamo, “i conti non tornano” direte voi e per la matematica avete ragione; ma per la logica del Regno, i conti tornano e i doni condivisi si moltiplicano, insieme alla gioia di chi ha partecipato alla condivisione, senza che più si riconosca chi ha dato e chi ha ricevuto, perché nella logica del condividere “tutti mangiarono e furono saziati e portarono via dodici ceste piene”.

### DOMANDE per la COPPIA:

- Qual è lo stato di salute del nostro “condividere”: tra noi, come coppia, con i figli, con la comunità?
- Ciò che condividiamo nell’intimità, per la sua unicità, ci aiuta ad una vita più disponibile e aperta alla condivisione con altri?
- Ciò che condividiamo è il risultato della nostra convivenza per cui inesorabilmente ciò che riguarda l’uno riguarda anche l’altro, oppure è una riscoperta sempre nuova del gusto di mettere a disposizione dell’altro qualcosa di mio, anche attraverso a rinunce scelte e agite nel nascondimento (senza pubblicità)?

### DOMANDE per il GRUPPO

- Facciamo brainstorming su tutto ciò che, nella ordinarietà delle nostre giornate, ci aiuta a condividere in modo autentico concentrandoci a rilevare piccoli atteggiamenti, azioni, attenzioni concrete.
- Crediamo che oggi, nel nostro tempo, nella concretezza del nostro vissuto, la condivisione sia una via essenziale alla logica dell’amore proposta da Gesù? Abbiamo fiducia nella possibilità concreta di condividere?
- Ricerchiamo nella nostra vita personale e comunitaria, qualche situazione, episodio, vissuto nel quale abbiamo sperimentato l’eccedenza che ci è stata donata nella condivisione, un sovrappiù che è risultato evidente e ci ha dato gioia nel cuore.

famiglia, come consumatori finali, a pensare a tutto l’impegno umano e a quanti lavoratori (spesso sfruttati) hanno consentito la produzione degli alimenti che arrivano sulla nostra tavola o degli altri beni di cui disponiamo ed essendo consapevoli delle tante situazioni di ingiustizia che richiedono redenzione (dal lavoro nero, alla schiavitù, al lavoro minorile).

### La vigilanza per una scelta decisiva

Avere o essere? Ci farebbe bene analizzare su quale versante abbiamo orientato finora la nostra vita e quella della nostra famiglia, se verso la chiusura nell’ego, il possesso, la conservazione di beni materiali, l’apparire (un bel recipiente, ma rigido, chiuso e sterile), oppure verso la ricchezza di vita interiore e spirituale, in continua trasformazione, aperta alle istanze sociali e alla generazione di nuova vita (un recipiente aperto, che si ingrandisce mentre lo si riempie, tanto da non essere mai pieno) come ci suggeriva Erich Fromm. Ogni giorno siamo chiamati a scegliere, e per questo dobbiamo essere preparati e conservare un atteggiamento di vigilanza.

Siamo costantemente davanti a un’alternativa: “*non potete servire Dio e il denaro*” (Lc. 16,13).

Si tratta di soffermarci a pensare cosa sia necessario per impostare la vita, accumulare, conservare ciò che davvero vale, nel presente e nel futuro, così come fanno il costruttore di torri o il re in partenza per la guerra (“*si siede prima a calcolare ... a esaminare*” Lc. 14,28-33) o le vergini sagge (“*presero anche l’olio nei loro vasi*” Mt. 25,1-13).

Nella scala delle priorità, tra previdenza umana e provvidenza divina, “*Maria ha scelto la parte migliore*” (Lc. 10,38-42).

### La scelta della sobrietà

“*Quelli che comprano, vivano come se non possedessero*” (I Cor. 7,29-31): ciò che possediamo non è davvero nostro. Ci è stato dato per il bene di tutti. Allora dobbiamo abituarci e abituare i figli a vivere con sobrietà, coltivare la consapevolezza nelle scelte, evitare gli eccessi, lo speco, saper ringraziare per ciò che abbiamo e che dà serenità alla nostra famiglia, promuovere giustizia sociale, tutelare i beni comuni e il pianeta...

Gesù ci esorta: “*non accumulate per voi tesori sulla terra... perché, dov’è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore*” (Mt. 6, 19-21), ci insegna a pregare il Padre: “non abbandonarci alla tentazione, ma liberaci dal male”, soprattutto dal considerare che si possa vivere di solo pane, e ci invia senza “protezioni” (“*Non procuratevi oro né argento, né denaro nelle vostre cinture, né sacca da viaggio, né due tuniche, né sandali, né bastone...*” Mt. 10, 7-10).

Ma la sobrietà, oltre che uno stile, deve essere la manifestazione esteriore di una condizione dello spirito.

### Vivere nell’amore

S. Teresa d’Avila scriveva: “*Chi ha Dio non manca di nulla: solo Dio basta!*”

Dobbiamo vigilare sulle nostre scelte quotidiane... e fare una scelta chiara per Gesù. Solo donando possiedo, solo perdendomi, riconoscendomi figlio, mi posso ritrovare, capire chi sono.

Edith Stein ne seguì l’esempio con scelte eroiche: “*La via di purificazione che conduce sull’alto*



**Consumi e sostenibilità**

Lavoro – guadagno – pago – pretendo è espressione tipica del “milanese imbruttito”, ma, a dispetto degli studi sui livelli di reddito che possano assicurare la felicità, bisogna riflettere su cosa significhi essere felici in un mondo in cui i beni sono incanalati unidirezionalmente verso i mercati più ricchi a discapito dei più poveri, le risorse naturali sono in rapido esaurimento e l’insostenibilità si misura anche in termini sociali, relazionali e spirituali.

Siamo gli unici esseri viventi che accumulano al di là delle proprie esigenze: l’Overshoot day (la data di esaurimento delle risorse naturali per l’anno in corso, in relazione ai consumi di ogni nazione: 15 maggio per l’Italia) ce lo ricorda ogni anno.

In questo contesto siamo chiamati a riconoscere e ad insegnare la differenza tra necessario e superfluo, tra bisogni e desideri e a dare nuovo, concreto valore all’invocazione “*dacci oggi il nostro pane quotidiano*”, il necessario per ogni giorno, non di più, e per l’intera fraternità umana, con fiducia nella sua provvidenza: “*non affannatevi per ciò che mangerete... guardate gli uccelli del cielo... il Padre vostro celeste li nutre*” (Mt.6,25-34).

**Consumi e spreco**

“*Un sistema economico privo di preoccupazioni etiche non conduce a un ordine sociale più giusto ma porta invece a una cultura ‘usa e getta’ dei consumi e dei rifiuti*” (Papa Francesco al Consiglio per un capitalismo inclusivo, 11/11/2019), che può coinvolgere, soprattutto nelle aree più povere del mondo ma anche nelle nostre società occidentali, perfino le persone.

Dall’orgoglio di poter disporre di tanti beni per la nostra famiglia, a cosa mettiamo senza tanto senso critico nel carrello della spesa, all’uso superficiale ed egoistico dei soldi, del tempo, dell’ambiente, delle persone... il passo è breve.

Gli sprechi nel mondo, favoriti dall’eccesso e dall’accumulo di alcuni, sono inaccettabili: se le risorse naturali fossero equamente distribuite e non ci fossero sprechi, con la produzione agricola mondiale attuale potrebbero nutrirsi 12 miliardi di esseri umani; invece, oggi più di 2 miliardi vivono in stato di insicurezza alimentare.

Come nella parabola di Lazzaro e il ricco, lasciamo che briciole più o meno grandi delle nostre tavole vadano sprecate, evitiamo di accorgerci dei poveri alla nostra porta e così facendo non cerchiamo il Regno e la sua giustizia, ma solo la nostra soddisfazione (Lc. 16,19-31). L’indifferenza è figlia della cultura dello scarto.

**Le persone dietro le cose**

Abbiamo davanti agli occhi le disuguaglianze che giustificano e mantengono la povertà nel mondo, eppure “*Dio ha dato la terra a tutto il genere umano, perché essa sostenti tutti i suoi membri, senza escludere né privilegiare nessuno*” (Papa Giovanni Paolo II, Centesimus annus, 1991).

“*Padre nostro... rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori*”: abbiamo ricevuto in dono un bene prezioso che dobbiamo travasare sui nostri fratelli, riconoscendone le esigenze e rispettandoli (“*Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro*” Mt. 7, 12).

Anche noi quotidianamente possiamo contribuire ad incrinare il sistema di ingiustizia globalizzata che nega la dignità di tante persone. Come cominciare? Ad es. abituandoci in

**PREGHIAMO INSIEME:**

*Signore Gesù, mia vita, mio tutto,  
tu mi chiedi di dare gratuitamente  
quanto gratuitamente mi hai donato.*

*Aiutami a condividere con gli altri i doni ricevuti  
nello spirito del dialogo e dell'accoglienza reciproca...*

*mi affido a te perché sia vigile e responsabile  
nella lettura dei segni del tempo  
e testimoni il primato del Padre nel mio lavoro quotidiano  
e nei rapporti familiari e sociali.*

*Amen*

*(Carlo Maria Martini)*

# CONSUMO

## Un dono di speranza



*“Spesso, troppo spesso, ci sediamo a tavola senza ringraziare, senza accorgerci di chi ci sta accanto, senza sentirci parte di una intera umanità. Ci sediamo in modo meccanico e prepotente, quasi per dire: “voglio riempirmi la pancia”. Dimentichiamo che la tavola è il luogo dove riprendo in mano la vita, con la sua fame e la sua sete profonda di senso, bellezza, affetto, giustizia. Non mi alzerò “sazio” se avrò voluto soltanto riempirmi la pancia. Perché la nostra fame e la nostra sete è più grande del cibo. “non di solo pane vive l’uomo”. Egli vive di relazioni, di sogni ideali, ma soprattutto di fiducia. Fiducia nella bontà della vita, nella importanza degli altri, della necessità di giustizia, dell’affidabilità di Dio. A meno di tanto, l’uomo si riduce a un pozzo senza fondo e la sua vita diventa un famelico e disperato tentativo di riempirsi, senza rispetto per la terra, senza rispetto per gli altri. Divorare, consumare, possedere, usare, buttare. Senza apprezzare, senza incontrare. Concentrati sugli oggetti, che non bastano mai per “riempire”. Perché presi dall’illusione che “gli oggetti potrebbero riempirci, salvarci”. E, pertanto, siamo ossessivamente alla ricerca di un nuovo oggetto. Da consumare, nella speranza che sia quello giusto, quello che ci “salva”. Ecco il meccanismo perverso del consumismo. A tavola sentiamo una mancanza, una fame. Educiamoci a non credere che il cibo o altri oggetti sazieranno tale fame. È più profonda. È fame di senso, e fame dell’altro, e fame dell’Alto.”*

*(Il pane, il vino e la bellezza” di Derio Oliviero – ed. San Paolo 2023 pag.50)*

### Il rapporto tra lavoro e risorse

Il lavoro ha valore come luogo di incontro tra la vocazione personale e la dimensione sociale, mezzo di realizzazione della dignità della persona, contributo alla comunità e al mondo e, nel contempo, grazie a un’equa remunerazione, assicura i mezzi di sussistenza, anche per rendere possibile la fondazione di una famiglia. Ne deriva un possesso di beni, un “*diritto di proprietà privata*”. (Papa Giovanni Paolo II, *Laborem exercens*, 1981; Papa Francesco ai Dirigenti e delegati CGIL 19/12/2022).

Tutto ciò non è in antitesi con la vita secondo lo Spirito, anzi, purché il lavoro mantenga un legame forte al suo fine di collaborare alla creazione e il diritto alla proprietà sia sempre subordinato alla destinazione universale dei beni (Costituzione conciliare *Gaudium et spes*, 1965, e successive encicliche sociali).

Lo stesso Gesù ha trascorso gran parte della sua vita terrena lavorando e traendo da questo sostentamento. “*Chi non vuol lavorare neppure mangi*” (2Ts. 3,7-12): è solo nell’impegno quotidiano, sereno e operoso, che ci si prepara all’incontro con Cristo. È solo nella fedeltà alla storia presente che si può accogliere il Regno futuro.

### Le categorie economiche correlate a produzione e consumo

L’errore fondamentale degli “ismi” economici (economismo, materialismo, che ne è una diretta derivazione pratica, capitalismo, liberalismo) è ridurre il lavoro umano e l’uomo stesso alla sola dimensione e finalità economica.

Anche noi viviamo in questa eredità, che tra l’altro definisce il significato del lavoro, del denaro e le loro molteplici implicazioni (economiche, culturali, etiche, sociali, politiche) e respiriamo un sentire comune per cui la persona ha un valore proporzionale alla sua capacità lavorativa e/o alla sua capacità di acquisto e l’esistenza rischia di consumarsi solo in un’alternanza di produzione e consumo (come vuole il “mercato”) in cui noi rivestiamo, a seconda dei giorni e degli orari, uno o l’altro ruolo.

Il consumismo lusinga quotidianamente le nostre famiglie con l’illusione che i beni materiali siano capaci di appagare i bisogni dell’uomo e possano riempire il vuoto, che spesso è vuoto di senso e di rapporti profondamente umani, ma ci lascia perennemente insoddisfatti. Il progresso e la tecnologia ci insegnano cosa fare, come fare, ma non sappiamo più perché. Siamo su un piano inclinato e rischiamo, impercettibilmente, di trascurare e compromettere il vero senso della vita e il suo valore sacro.

*“Quale vantaggio avrà un uomo se guadagnerà (possiederà) il mondo intero, ma perderà la propria vita?” (Mt. 16,24-27); “Anche se uno è nell’abbondanza, la sua vita non dipende da ciò che egli possiede...Dirò a me stesso: Anima mia, hai a disposizione molti beni, per molti anni; riposati, mangia, bevi e divertiti! Ma Dio gli disse: Stolto, questa notte stessa ti sarà richiesta la tua vita” (Lc. 12,13-21). Così nei giorni di Noè o di Lot: “mangiavano, bevevano, prendevano moglie, prendevano marito ... e venne il diluvio...; compravano, vendevano... ma piove fuoco e zolfo” (Lc. 17,26-37).*

Non riduciamoci a categorie economiche. “*L’essere umano, creato a immagine e somiglianza di Dio, prima di essere un cercatore di beni è un cercatore di senso: ecco perché il primo capitale di ogni società è quello spirituale, perché è quello che ci dà le ragioni per alzarci ogni giorno e andare al lavoro e genera quella gioia di vivere necessaria anche all’economia.*” (Papa Francesco, “*Economy of Francesco*”, Assisi, 24/09/2022)