



**Equipes Notre Dame**

**Regione Sud Est  
Settore Puglia A**



## **LA VITA E LA DANZA**

La vita insieme a volte è come un tango. La sala affollata, le luci, la musica. Tu mi inviti e nell'abbraccio i nostri passi disegnano figure.

Siamo le stesse due persone che un momento fa stavano sedute, vicine ma separate a un tavolo.

Per chi ci guarda adesso, nel ballo, formiamo un tutt'uno, una realtà nuova che nasce dal nostro incontro, dalla sintonia dei movimenti e non è semplicemente la somma di noi due, ma qualcosa di più e di diverso.

È la coppia. L'insieme di noi due. Fili invisibili ci legano l'uno all'altro, de-finiscono il "noi" rispetto all'io, al tu e agli altri intorno.

Senza bisogno di parole, balliamo e i tuoi passi richiamano i miei. Mi porti, io rispondo.

Così è nella vita insieme: le mie parole, i miei comportamenti, i miei sentimenti, tutto sollecita la tua risposta, che a sua volta conduce alla mia, in una circolarità che non ha fine.

Sempre in contatto, cerchiamo l'equilibrio e l'intesa che ci tengono uniti e ci fanno continuare a ballare anche quando la musica cambia o c'è troppa gente in pista.

Se qualcuno ci spinge o perdiamo il tempo, sappiamo ritrovare passi e armonia.

Allo stesso modo difendiamo la nostra unione dagli ostacoli, dagli imprevisti della quotidianità.



## **Equipes Notre Dame**

**Regione Sud Est  
Settore Puglia A**

Cerchiamo di non farci invadere dagli altri, per mantenere la nostra dimensione e il nostro spazio.

Anche se tante coppie ballano insieme sulla stessa pista e con la stessa musica, nessuno lo fa allo stesso identico modo: soprattutto chi balla da tanto tempo ci appare più fluido ed esperto. Conosce tanti passi e ne impara facilmente di nuovi. È capace di improvvisare e compone a modo suo figure e percorsi, in un affiatamento che si fa sempre più intenso.

Lo stesso è nella vita: ci adattiamo ai cambiamenti, ci modelliamo diversamente a seconda del bisogno, per rimanere insieme. L'esperienza ci insegna e ci rende più esperti.

Così ogni coppia ha la sua forma. La riconosciamo per il suo stile, per una sorta di impronta che lascia. È come se ci fosse un confine invisibile che ci delinea e ci distingue dagli altri. Di solito non ne siamo molto consapevoli, lo diamo quasi per presupposto o scontato quando diciamo: «Noi siamo una coppia che...», «Per noi quello che conta è...», «Da noi si fa così...». Custodisce ciò che siamo, protegge il nostro spazio vitale, come una pelle, una siepe intorno al giardino di casa. Vale per ciascuno individualmente, ma anche per noi due insieme.

Possiamo tracciare una specie di carta geografica del territorio delimitato da questo confine di coppia e di ciò che contiene, una sorta di carta di identità che ci aiuta a riconoscerci e a descrivere chi siamo insieme. Proprio come in una mappa, per prima cosa vi rintracceremo i punti cardinali: sono i nostri valori, quelli che ci orientano, che guidano le nostre scelte e i nostri comportamenti. Dicono che cosa conta, quali sono le questioni fondamentali, i modelli di riferimento, gli insegnamenti da seguire secondo noi.

Accanto ai valori c'è il nostro modo di prenderci cura di noi, di sostenerci, di essere attenti l'uno all'altro e di proteggerci. Come mi occupo di te? Come ti mostro che mi stai a cuore?

In questa geografia della nostra identità non manca la sfera dell'intimità, dei sogni e dei sentimenti...

Più l'intesa è solida, più ci sentiamo saldi e coesi. Il mondo esterno raramente ci intralcia e non si insinua tra noi.

Tutto ciò descrive chi siamo come coppia, la nostra identità appunto. Si tratta di una mappa che per noi è così ovvia, che spesso rimaniamo sorpresi quando ci rendiamo conto che è solo nostra e non "normale" per tutti. In realtà è proprio ciò che riguarda noi due e poi la nostra famiglia. Gli altri sono diversi e il loro confine custodisce altri accordi e valori, sogni, desideri, modi di fare e comportarsi. Questa rappresentazione di chi siamo e non siamo, di che cosa racchiude la nostra unione, è molto importante per la stabilità e la sopravvivenza del nostro rapporto. Esserne sempre più consapevoli ci aiuta, perché non sempre tutto è ben definito e accordato.

«Il ballo non è una questione di passi, ma di quello che mettiamo tra un passo e l'altro»

(P. Dulain).



**Equipes Notre Dame**

**Regione Sud Est  
Settore Puglia A**

Molti soffrono per le crepe prodotte qua e là, per le dissonanze, per i ritmi diversi con cui si procede, per le invadenze che rubano spazio o allontanano.

Eppure il confine del nostro legame non sopravvive da solo, richiede attenzione continua, una sorta di manutenzione. Ha bisogno di una cura che si esprime in scelte, gesti, azioni concrete per tutelarlo, di vigilanza, perché altre persone e interessi non occupino spazi vitali, di tempi dedicati solo a noi e di sincero confronto, per riconfermare gli accordi e rafforzare il legame.

Infine, dal momento che riguarda un noi che è vivo, la forma che ci definisce non è qualcosa che si dà una volta per tutte, ma si riconfigura dinamicamente, per accompagnare le sfide e i cambiamenti della nostra vita. Proprio come la pelle, che si rinnova, mantenendosi morbida e flessibile o la siepe, che dobbiamo potare perché non si trasformi in un cespuglio informe, così la nostra forma evolve per contenere sempre più ciò che siamo e che, a volte, nemmeno noi sappiamo.

«Vi auguro di crearvi molto coraggio dentro di voi, lungo tutto il percorso della vita, perché come diceva un ultra-centenario, finché c'è vita, la festa non è finita!» (L. Pilolli), la musica cambia e la coppia continua a danzare.

**Riflettiamo insieme su quanto sperimentato nell'attività, sul brano letto, alla luce anche del servizio di Coppia Responsabile a cui siamo stati chiamati.**