



Equipes Notre Dame

Sessione Nazionale Equipe di nuova formazione

TRIUGGIO 24 - 25 - 26 OTTOBRE 2014

"Io sono la Via, la Verità, la Vita" (Gv. 14, 5-21)

COSA PORTIAMO CON NOI NEL CAMMINO

Quando in Equipe Italia ci siamo divisi i compiti e gli argomenti per questa sessione a noi è toccata questa parte: cosa portiamo con noi nel cammino.

Eravamo di fronte ad un bivio o tentare di preparare una relazione ordinata, comprensibileoppure.

Oppure....abbiamo scelto l'altra strada.....ci siamo detti: ma perché non proviamo a raccontare loro come ci sentiamo noi, come coppia, di fronte a questo Movimento ed alle cose che ci propone; perché non proviamo a mettere in comune quello che ci passa nel cuore? Quindi è molto probabile che rischiamo di essere non tanto ordinati nell'esposizione ma, sicuramente, saremo confusamenti sinceri.

Erano i primi mesi del 1997, eravamo ad un incontro dell'Azione Cattolica nella nostra città e durante la pausa caffè, mentre si chiacchierava del più e del meno, una nostra amica ci chiese: "A voi piacerebbe entrare nell'Equipe?" Io la guardai un po' stupito e le risposi: "E cosa diavolo è l'Equipe?" Lei mi rispose: "E' un cammino per le coppie, se volete, facciamo un'informazione tra quindici giorni a casa nostra."

Quindici giorni dopo ci ritrovammo a casa di questa coppia di amici e, con nostro stupore, ne incontrammo altre lì per lo stesso motivo.

Con sommo piacere constatammo che non ci volevano bidonare (magari vendendoci prodotti di pulizia per la casa) ma che l'occasione era molto seria e interessante.

Questo fu il nostro primo incontro con l'Equipe Notre Dame.

Tornammo a casa da quell'incontro entusiasti, sì, ma anche un po' confusi.

Chissà se abbiamo trovato un posto in cui noi due si possa serenamente vivere il nostro matrimonio dandogli un senso alla luce della nostra fede? Questo era il pensiero che ci turbinava in testa.

Alcuni mesi dopo, iniziato il pilotaggio, i dubbi che avevamo si chiarirono perchè la nostra coppia pilota cominciò a farci vivere l'esperienza del metodo END.

Abbiamo così sperimentato, nel corso degli anni, che il metodo è l'aiuto concreto che il Movimento ci offre e continua ad offrirci per la nostra vita personale e di coppia.

Tutti noi abbiamo intrapreso questo cammino END, chi prima e chi dopo, e, come tutte le volte che si incomincia a camminare, ci viene in mente una lista di cose da spuntare per capire se abbiamo preso tutto e non ci manca niente.

Camminare senza scarpe, senza felpa o impermeabile può essere molto naif ma può anche creare dei problemi.



Equipes Notre Dame

Per la nostra equipe è anche così....nella bisaccia che portiamo sulle spalle non ci stanno solo le persone a noi care che custodiamo ma, anche degli strumenti o meglio degli atteggiamenti, che se ben usati ci permettono di essere disponibili e accoglienti l'uno nei confronti dell'altro.

Il dovere di sedersi

E' un tempo strano quello in cui stiamo vivendo, siamo sempre di corsa per qualunque cosa e tutte le cose le facciamo di corsa quasi in apnea. Di corsa mangiamo, di corsa lavoriamo, di corsa ci divertiamo, di corsa scarrozziamo i figli nei loro numerosi impegni extra scolastici.

Tutti devono correre ma per arrivare dove?

Il pellegrino, invece, cammina e camminando osserva e i suoi occhi e la sua anima si riempiono del mondo.

La velocità non diventa più un mito o un modo d'essere; si dà spazio alla riflessione e all'incontro perché, camminando, incontri altri che camminano e la conoscenza reciproca fa crescere. Condividere poi la pausa ristoratrice e sedersi insieme condividendo l'essenziale che ti porti dietro fa assumere alla vita un sapore antico ma vero: il sapore delle cose essenziali, delle cose che nascono dal cuore e che ti riempiono la vita.

Stare seduto: è la posizione di chi insegna o di chi presiede, ma è anche la posizione di chi ascolta con attenzione recettiva e docile. Così Gesù fanciullo, al Tempio, era seduto in mezzo ai dottori e ascoltava; così Maria era seduta ai piedi del Signore e ne ascoltava la sua parola.

Ecco perché la posizione seduta viene usata anche dalla liturgia quando si tratta di ascoltare, cioè durante la proclamazione delle letture e la recita o il canto del salmo responsoriale.

Stare seduto: non significa perciò la posizione di chi riposa disimpegnato, ma di colui che si impegna nella riflessione e nell'ascolto. Così le letture dell'Antico e del Nuovo Testamento e la loro spiegazione diventano occasione di personale meditazione. Per aiutare l'ascolto e la meditazione dopo l'omelia, ma anche in altri momenti della celebrazione liturgica, vi sono delle "pause di silenzio": è un momento molto importante, è un tempo per creare una zona di vuoto nel quale l'anima possa ritrovare se stessa.

Sedersi quindi per darsi del tempo, sedersi per aspettarsi e, insieme, per riprendere il cammino; sedersi dandosi fiducia, sedersi concedendosi benevolenza, sedersi con sincerità consapevoli che l'altro ti concede il cuore, sedersi accettando il rimprovero non fine a se stesso ma come stimolo per migliorare, sedersi al posto dell'altro perché solo così vedi la vita in forma completa da tutte le visuali, sedersi perché ristorarsi in due è proprio bello.



Equipes Notre Dame

Ricordo quella volta in cui non avevo voglia di mettermi a parlare, di scoprimi, ero arrivato da una giornata “storta” sotto tutti i punti di vista e mi sentivo stanco e forse anche un po’ depresso ho incominciato il dovere di sedersi costretto da te ed è finita ovviamente in discussione e lite.

La sensazione che avevo era quella di non essere capito, mi mancava l’aria e avevo solo voglia di leggere un libro e di essere lasciato in pace.

Probabilmente stavo lanciando dei segnali, ti chiedevo di metterti nei miei panni e di avere un po’ di comprensione.

Ma, ovviamente, non sempre i segnali che noi lanciamo, e che ci sembrano fulgidi e chiari, sono invece comprensibili per chi li riceve e può darsi che li interpreti nel modo sbagliato.

Certo è che, molte volte, non siamo riusciti a liberare il cuore da preconcetti l’uno nei confronti dell’altro e questo ha contribuito a far sorgere incomprensioni.

A volte non siamo andati oltre il pensare che l’altro/a è prevedibile e non cambia. Non siamo riusciti a lasciarci stupire.

Altre volte invece lo stare ad ascoltarci con lo stato d’animo di accoglienza e attenzione ci ha fatto veramente percepire la presenza di Dio in quel preciso momento in mezzo a noi perché non ci sembrava possibile, ripensandoci dopo, di essere riusciti a dirci tante cose, anche difficili da esplicitare, senza grossi problemi.

Abbiamo maturato la consapevolezza che, per noi, sedersi vuol dire camminare alla stessa velocità.

La preghiera

Quanta fatica nel trovare una modalità di preghiera di coppia che sappia convivere con il nostro modo personale di affrontare la spiritualità ed il silenzio dell’ascolto, perché siamo diversi, perché le sensibilità a volte si scontrano.

E’ un continuo prendersi e lasciarsi su questo sentiero della nostra spiritualità.

Il sentiero alle volte sembra facile, quasi una strada asfaltata, senza buche; sono le volte in cui siamo in armonia e troviamo le stesse parole, le stesse sensazioni, le stesse emozioni per proclamare il suo nome e per ringraziarlo.

Altre volte il sentiero è più tortuoso, più difficile, nel percorrerlo si ansima di più; sono le volte in cui permettiamo alle tentazioni di avere il sopravvento.

Già le tentazioni, le nostre le possiamo elencare: pigrizia, superbia nel ritenerci bastevoli a noi stessi, sfiducia nella presenza di Dio nella nostra vita, e poi perché c’è sempre qualcosa da fare appena ti si offre l’occasione di fare silenzio o, forse, perché molte volte chiediamo a Dio quello che noi riteniamo utile e importante per la nostra vita; salvo poi scoprire che la sua strada e le sue priorità su di noi sono altre e si dipanano in maniera diversa da come noi vorremmo.



Equipes Notre Dame

Vogliamo avere il controllo su di Lui forti del fatto che nella nostra società tutto deve essere programmato e controllato.

Ma le strade del Signore non sono le nostre strade perché Lui raddrizza le curve del nostro tortuoso sentiero.

Spesso, quindi, la nostra vita di coppia nella preghiera si divide tra l'essere un giorno Marta e l'altro Maria, come nell'episodio evangelico che tutti conosciamo, un giorno ci abbeveriamo alla sua Parola e l'altro ancora siamo indaffarati e il tempo sembra non basti mai; ma stiamo scoprendo che, quando riusciamo ad essere costanti nella preghiera vediamo la vita sotto un altro aspetto e riusciamo a dare un significato e un senso diverso agli avvenimenti quotidiani nostri e delle persone che ci circondano.

La fatica c'è ancora ma ora sappiamo che ci stiamo aspettando l'un l'altro.

Affidarsi alla Provvidenza per poter percepire le "questioni della vita" con l'occhio di Dio.

I gabbiani, nella foto che avete trovato in camera, hanno bisogno delle ali per volare.

A un uomo per volare deve bastare la preghiera, quella sale sopra le nuvole e piogge, sopra soffitti e alberi.

La nostra ala è la preghiera, con questo dono, noi possiamo volare sostenendoci all'ala di Dio.

Il ritiro

Partecipare al ritiro ogni anno è un momento particolarmente importante per la nostra fede, per dare nuovo slancio, per ricominciare con motivazioni più salde la nostra vita quotidiana, i nostri impegni, i nostri rapporti.

Il rapporto con Dio vissuto nella tranquillità di un luogo adatto allo scopo è veramente un momento di rigenerazione. Spesso siamo arrivati a questo appuntamento con il fiatone per gli impegni e le vicende della vita che richiedevano la nostra presenza. Ma è proprio in questi momenti che il silenzio, la riflessione e la preghiera ci hanno aiutati a ridimensionare i problemi, a dare un giusto peso agli impegni, a dare serenità e ad affidarci maggiormente al Signore.

La difficoltà spesso è quella di lasciarsi interrogare dalla Parola di Dio, di fare spazio nel nostro cuore abbandonando i pensieri relativi alle preoccupazioni della vita quotidiana, ai problemi più o meno grandi della nostra vita.

Il rischio è stato a volte quello di non sapersi abbandonare a Dio, di non saper fare silenzio profondo e poi quello di non riuscire a comunicarci i nostri sentimenti, i nostri pensieri scaturiti dalla riflessione e dalla preghiera.

Non è sempre automatico arrivare a comunicare in profondità. E' necessario fare uno sforzo per aprirci e per lasciare che l'altro faccia altrettanto. I percorsi di fede sono diversi e non sempre coincidono.



Equipes Notre Dame

Molte volte mi sono chiesto se non invidiavo i monaci e il loro stile di vita, la loro quotidianità scandita da una liturgia antica a misura d'uomo; al confronto spesso la mia vita è un po' incasinata soprattutto quando devi gestire numerosi impegni oltre alla normale vita lavorativa.

Tutti pretendono da te: concentrazione, impegno, disponibilità, reazione pronta e immediata e soprattutto delle risposte e arrivi al termine della giornata frastornato.

Che senso ha "ritirarsi" in un posto per pregare, riflettere, ascoltare una lectio quando ci sono tante cose da fare e magari quello è un week-end di sole e ci starebbe proprio bene una passeggiata in montagna o una gita in campagna con gli amici?

Sicuramente sono domande lecite, qualche volta me le sono poste (mica sono perfetto!!!); però mi sono anche detto che, come nella nostra coppia ci sediamo per conoscerci e per crescere insieme, perché la stessa cosa non la potevo fare con Dio? Perché io e Lui non potevamo sederci vicino e ascoltarci a vicenda?

Di colpo, allora, ti ritrovi in un luogo in cui il silenzio ti circonda e sei costretto a parlare con te stesso a lasciare che il sussurro di Dio entri dentro di te. Allora ringrazi per questi momenti di preghiera.

La regola di vita

Regole, disciplina, propositi: sembra quasi un addestramento e noi siamo giovani cadetti pronti a marciare. Ma non è meglio la piena e totale libertà di poter fare e decidere quello che voglio? Così si vive oggi in questa società, basta entrare in un social network qualsiasi per scoprire che la voglia di essere padroni di se stessi e la determinazione nel dire tutto e il contrario di tutto la faccia da padrona.

Eppure.....eppure la nostra anima ha bisogno di una guida, ha bisogno di un percorso da seguire. I naviganti e gli esploratori sanno che lo strumento essenziale per poter proseguire il cammino è la bussola; indica sempre il nord cosicché tracciare una rotta diventa meno complicato perché hai un punto di riferimento.

E' proprio per non perdere di vista il nord che ci serviamo della regola di vita che ci aiuta a combattere le nostre resistenze, le nostre mancanze, la nostra pigrizia, il nostro egoismo.

Il nostro nord è la disponibilità, l'attenzione all'altro e alle sue esigenze.

Quindi quali cose modificare in noi per raggiungerlo? In questo periodo storico della nostra vita vuol dire in particolare l'accettare scambievolmente, con benevolenza le nostre stanchezze, le nostre debolezze, le nostre dimenticanze (ad esempio sulle cose da fare); impegnarci a ripartire dai nostri punti deboli aspettandoci l'un con l'altro.....magari qualche volta anche scherzandoci su.

Porci quindi degli obiettivi con la regola di vita, facendo attenzione a non farli venire meno, è un tentativo quotidiano nella nostra vita di coppia.

Nella nostra equipe facciamo un po' fatica a fare la compartecipazione sulla regola di vita.



Equipes Notre Dame

Molto spesso evitiamo di parlarne perchè ci mette in crisi, perché è un impegno che spesso non vogliamo prenderci.

Dire però che si vorrebbe cambiare qualcosa in cui si è carenti o "sbagliati" senza però poi fare nulla di concreto per cambiare è parlare al vento. La costanza nel cercare di mutare atteggiamenti, modi di vedere errati è una modalità che aiuta concretamente a cambiare verso alla nostra vita.

La compartecipazione

È fare il punto in équipe del proprio cammino di singolo e di coppia percorso durante il mese ed è essa stessa un mezzo di crescita della spiritualità coniugale attraverso il rapporto con gli altri. È inoltre un'esperienza di conversione comunitaria; ciò significa che ci deve essere un cammino di coppia ed anche un cammino come équipe.

E' una "revisione" del nostro cammino di fede e dei nostri tentativi per essere fedeli alla Parola di Dio attraverso la preghiera, la regola di vita, il dovere di sedersi, la partecipazione ad un ritiro.

Ragionando per assurdo potremmo dire che la compartecipazione è come la famosa commedia di Eduardo de Filippo " Gli esami non finiscono mai" .

Perché forse proprio di questo si tratta, o no?

Non è che tutti i mesi dobbiamo essere esaminati dalla nostra equipe di base che, in qualità di giuria, ci assegna un punteggio?

Possiamo permetterci il lusso di continuare a dire che va tutto bene (e quindi barare un po') mentre invece stiamo faticando a trovare il giusto equilibrio tra la frenesia della vita e, ad esempio, il bisogno di "fare silenzio" e ascoltare la Parola di Dio?

Per noi compartecipare, vuol dire raccontare con semplicità a qualcuno lo stato dell'arte della tua vita e della tua coppia; fare quindi il punto degli obiettivi che ti eri posto e della strada stessa che stai percorrendo per raggiungerli.

Tecnicamente basterebbe limitarsi a dire: questo mese c'è lo fatta, questo mese non c'è lo fatta . Chiuso il discorso.

Pensiamo, però, che la posta in gioco sia altra e cioè la nostra capacità di rendere la nostra equipe di base, come dice Caffarel, una scuola di carità cioè un luogo in cui non solo i successi ma, soprattutto le debolezze, diventino stimolo di crescita e di capacità di accoglienza gli uni verso gli altri.



Equipes Notre Dame

Ci siamo resi conto molte volte, in questi anni di vita d'equipe, di quanto sia necessaria una buona dose di umiltà nell'ammettere le nostre difficoltà e nell'accettare, anzi godere dei progressi di un'altra coppia che invece è riuscita dove noi faticiamo.

I tentativi riusciti di un'altra coppia sono lo stimolo per noi nel perseverare nell'impegno, consapevoli che può essere perseguito.

Abbiamo anche capito, in questi anni di equipe, come sia stato importante dare ad ogni coppia il giusto tempo di maturazione (ovviamente non dal punto di vista ortofrutticolo); cioè renderci conto che le sensibilità e le storie di ognuno di noi erano diverse e che queste diversità facevano vivere in modo diverso ad esempio il discorso sulla preghiera; permettere, e dare il tempo a tutti, di "compartecipare" nella diversità un unico cammino è stata una bella esperienza che ci ha unito molto.

Non siamo però così ingenui da ritenerci bravi o migliori di altri; il fallimento e la delusione possono essere dietro l'angolo, molte volte noi abbiamo sbagliato, abbiamo permesso alla nostra pigrizia di trovare delle scuse, sempre molto appropriate, per non compartecipare più perché la serata si era dilungata troppo con il tema di studio oppure perché la messa in comune aveva portato via molto tempo, oppure....tanti altri motivi!

Ecco perché la nostra equipe si è impoverita, non sapevamo più a che punto eravamo nel nostro cammino.

Le difficoltà in equipe si percepiscono subito ma se ci si ferma, ci si interpella, si riflette, si prega poi si può ricominciare.

Noi lo stiamo facendo da 16 anni.

La messa in comune

"Nelle riunioni mensili, una parte dovrà essere riservata (ad esempio durante il pasto) alla messa in comune delle preoccupazioni familiari, professionali, sociali, dei successi e degli insuccessi, delle scoperte, pene e gioie".

"La comunità fraterna, che un'équipe cerca di realizzare, si costruisce attraverso lo scambio aperto e profondo di tutto ciò che costituisce la trama quotidiana della vita delle singole coppie e del sacerdote"

"un aiuto per discernere quanto Dio ci chiede nelle situazioni concrete".

Quindi la messa in comune è raccontare, come detto prima, cosa si è vissuto concretamente nel mese appena trascorso e quali risonanze hanno causato gli avvenimenti nella nostra vita personale e di coppia esplicitando i sentimenti vissuti e i collegamenti con la nostra vita di fede. La messa in



Equipes Notre Dame

comune ci consente di creare in noi un'unità tra la Parola che ci interpella e la nostra vita che diventa risposta.

Questi 16 anni di equipe non sono sempre stati rose e fiori per le nostre messe in comune. Bè, sicuramente le emozioni e i sentimenti che ti danno i figli, se già grandi, alle volte l'hanno fatta da padrone per tutti noi e un po' lo fanno anche ora.

Ma siamo stati colpiti, nella nostra anima, quando due coppie dell'equipe hanno messo in comune, ci hanno resi partecipi, delle loro situazioni; le "questioni della vita" hanno attraversato anche loro: la malattia di una nostra coequipieres e la separazione della sorella di un altro nostro coequipieres si sono prese lo spazio di più di un incontro. Ed era proprio dura ascoltare senza commentare, partecipare senza giudicare, offrire spazio sacrificando il tuo, permettere loro di sfogarsi, di far affiorare il dolore, la delusione e l'ansia.

Permettere ad altri di sconvolgere la trama quotidiana della tua vita non è facile perché per quanto buono tu sia giunge sempre il momento in cui dici "basta ora voglio parlare io".

Ma la carità è paziente, la carità è benigna e alla fine tutte le nostre "questioni della vita" vengono riassunte nell'amore vicendevole che abbiamo gli uni verso gli altri e così mese dopo mese anno dopo anno cresciamo insieme.

I compleanni dei figli sono stati un momento gioioso di festa; i loro primi turbamenti amorosi sono stati condivisi, con ansia, da tutti (ovviamente tutti facevamo il tifo per loro!!!); le soddisfazioni professionali di ognuno di noi; le singole passioni che ognuno di noi coltiva sono spesso momento di presa in giro e di divertimento (soprattutto l'allevamento di canarini che, qualcuno coltiva, è sempre momento di grande stupore...e pensare che vincono anche le gare!!!).

Condividere anche le cose belle della vita contribuisce a rendere la vita d'equipe una piccola e allegra comunità di persone.

Vi confidiamo un segreto, ma non ditelo a nessuno: ogni tanto, in qualche situazione abbiamo sacrificato il metodo e non siamo stati molto ortodossi, abbiamo preferito dare molto spazio alle persone accogliendo la loro vita.....o è grazie al metodo END che abbiamo saputo accoglierle?

Marcella e Sergio Gentile