

PRIMA RIUNIONE

“L'uomo è un mendicante di Infinito, un perenne cercatore di Dio”

Leggere il testo della Lettera da pag. 5 a pag. 12 (Cap. I - Introduzione, II - Verso il centro).

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

La "diffusa esigenza di spiritualità" esprime, a ben vedere, anche il bisogno di un'educazione integrale. Se la persona non si educa nella sua completezza di anima e di corpo, non si ha personalità adulta: resta carente e incompleta, quindi fragile di fronte all'urto incessante del quotidiano. Non basta sviluppare, anche al meglio, alcune capacità personali: perché il percorso educativo sia efficace è indispensabile coltivare l'uomo nella sua totalità. Il bisogno di spiritualità, dunque, rivela anche questa intuizione, forse non sempre chiara e distinta.

1. Nella nostra vita personale e di coppia, cerchiamo di educarci e di crescere in modo "completo" mirando non solo a sviluppare alcune importanti capacità umane, psicologiche e morali ma anche a costruire l'edificio interiore, rappresentato dalla vita spirituale, che costituisce la struttura portante e la consistenza di ogni persona?

NELLA LETTERA È SCRITTO:

In una cultura che esalta ed assolutizza l'aspetto fisico, la forma e l'immagine, l'uomo non riesce a costruire se stesso e a trovare la felicità, non può formare una società veramente umana, né portare serenamente -insieme alle gioie- i pesi dell'esistenza. La ricerca della dimensione spirituale dice che l'uomo non può fondarsi sulla sabbia, ma deve edificare se stesso sulla solida roccia. **E la roccia è l'anima.**

... Il rischio è quello di rincorrere le cose da fare, tanto da esserne presi e da rimanere alla superficie degli avvenimenti, dei rapporti con gli altri, di noi stessi... senza cogliere la dimensione più intima, l'anima. Esiste per tutti il pericolo di una specie di atrofia dello spirito. Per questo *occorre tirarsi "fuori"*, o meglio entrare in noi stessi, affacciarsi a quella realtà più profonda di noi che rischia di essere poco guardata, presi da mille cose immediate. *«Non uscire da te; rientra in te; nell'uomo interiore abita la verità».* (Sant'Agostino)

È necessario ritornare a se stessi non per ripiegarsi e rinchiudersi, ma per ripartire e aprirsi.

2. Che importanza hanno, per noi, l'aspetto fisico, la "forma" e l'immagine? Fino a che punto siamo condizionati dalla cultura "mondana" dominante?

L'anima è il centro dell'uomo; coltivarla significa assumere la vita spirituale non come "altro" dalla propria vita o fuga dalla realtà, ma come "punto di forza" per rendere solida la nostra vita personale, di coppia e sociale. Un serio cammino spirituale fa ritrovare se stessi e la strada del vivere, conduce al "centro" della persona e dell'esistenza, ci permette di conoscere Dio imparando, così, a conoscere noi stessi, secondo la mistica di Santa Teresa D'Avila: "Conoscere Dio per conoscerci"; "Mai conosceremo noi stessi se non cerchiamo di conoscere Dio"; "Conosciti in Me,osciMi in te".

Avvertiamo l'urgenza, l'importanza e l'utilità di un tale cammino, per dare solidità alla nostra vita cristiana? Il cammino dell'END ci ha aiutato e ci aiuta ancora oggi a crescere nella vita spirituale? Raccontiamoci...

SECONDA RIUNIONE

“Dio si è fatto uomo affinché l’uomo potesse diventare dio secondo la Grazia”

Leggere il testo della Lettera da pag. 13 a pag. 14 (Cap. III - La vita spirituale).

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Lo specifico della fede cristiana non è avere buoni sentimenti e neppure un codice di comportamento, ma è la vita della grazia. La fede cristiana è conoscere Dio perché lo si incontra; è sapere che Dio è Qualcuno; non è fare alcune cose ma vivere riferiti, ricongiunti a Lui; è intuire che noi esistiamo perché Dio vive; è esserne affascinati, ghermiti e posseduti. Il rischio di pensare il cristianesimo come fatto morale e non innanzitutto soprannaturale, come riserva di valori - una specie di “religione civile” - e non innanzitutto come apertura al Mistero, è oggi diffuso.

Il cristiano è colui che sente l’attrattiva di Gesù perché rivela il volto di Dio, e di questo fascino vive nonostante fatiche e cadute.

1. Che cosa è per me la «vita della Grazia»? Come la vivo?

L’incontro con Cristo mi fa conoscere il senso dell’esistenza? Mi fa capire cosa devo fare? Mi insegna a saper distinguere il bene dal male? Mi fa scoprire la via della felicità?

Mi racconto

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Ne consegue, da parte dell’uomo, il compito della vita spirituale: «Camminate secondo lo Spirito... se pertanto viviamo dello Spirito, camminiamo anche secondo lo Spirito»²¹.

Dall’acqua del Battesimo l’uomo riceve nell’anima il Volto di Gesù; ma nel corso dell’esistenza terrena egli deve far risplendere questa originaria bellezza vivendo con gli stessi sentimenti di Cristo: imparando a pensare con il pensiero di Lui e ad amare con il suo cuore. *Questo cammino di conformazione spirituale e ascetica a Gesù, anzi di appartenenza radicale a Lui, è la vita spirituale.*

2. Conformarsi a Cristo significa assomigliare a Lui, vivere come Lui.

Nella mia vita personale, di coppia e familiare riesco a vivere secondo i “sentimenti” di Cristo? O, invece, nel mio modo di vivere prevalgono i “sentimenti” del “mondo”? Nella vita ordinaria, durante la giornata, sono abituato a chiedermi: «In questa circostanza come si comporterebbe Gesù al posto mio? Che cosa penserebbe? Che cosa direbbe?.. ».

Riesco a mettere me stesso in secondo piano e collocare, invece, Gesù al posto mio, di modo che sia Lui il protagonista della mia esistenza e non io?

TERZA RIUNIONE

“Lampada ai miei passi è la Tua Parola”

Leggere il testo della Lettera da pag. 15 a pag. 19
(Cap. IV - Le sorgenti della vita spirituale, 1. La Parola di Dio).

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

(...) Immergersi nelle Scritture Sante, affidarsi con semplicità e costanza alla Parola del Signore, è la prima sorgente della vita spirituale. Dal Vangelo infatti emerge il volto di Gesù: le sue parole, i silenzi, i gesti, i sentimenti, il suo rapporto con il Padre. (...) «Dovremmo nutrirci della Parola di Dio bramandola come il bambino cerca il latte di sua madre».

Accostare ogni giorno un brano evangelico richiede un po' di fede e di buona volontà. È come esporsi alla luce per diventare luminosi, è nutrire l'anima, è mettersi alla scuola di Gesù, il Figlio eterno di Dio. Attraverso le mani invisibili dello Spirito Santo, la Parola modella il nostro spirito e gli imprime i sentimenti di Cristo. Il Vangelo, "frequentato" ogni giorno, diventerà la nostra casa accogliente anche se esso è impegnativo perché mette a nudo l'anima. (...) Per accostare con verità e frutto le Sacre Scritture è necessario credere che esse «contengono la Parola di Dio e, perché ispirate, sono veramente Parola di Dio». Il Vangelo non è un libro fra i libri. È la parola del Verbo di Dio fatto vita da contemplare e da raccontare. (...)

È avvincente la testimonianza dell'agnostico André Gide: «Non perché mi sia stato detto che tu eri il Figlio di Dio ascolto la tua parola; ma la tua parola è bella al di sopra di ogni parola umana e da ciò riconosco che sei il Figlio di Dio»!

1. **Leggo, medito e ascolto la Parola di Dio? Quando e con quale frequenza? Quali sono gli ostacoli che mi impediscono di farlo con più continuità?**

La Parola che leggo, medito ed ascolto che cosa mi suscita?

Mi interpella personalmente, mette in discussione e cambia la mia vita o mi provoca soltanto un'emozione momentanea lasciandomi sostanzialmente uguale a prima?

Risuona nella quotidianità della mia vita, della nostra coppia, della nostra famiglia?

NELLA LETTERA È SCRITTO:

(...) Perché la fede diventi adulta, non si può prescindere dalla conoscenza progressiva di tutte le verità della fede cattolica, altrimenti diventa un sentimento senza contenuti. È qui da ricordare la grande ignoranza che dilaga a proposito delle verità della nostra religione: purtroppo anche delle più basilari.

2. **Affinché la nostra fede sia robusta e solida e non sia solamente “un (vago) sentimento senza contenuti” è importante conoscerne tutte le verità.**

Conosco la dottrina della fede che ci viene trasmessa dai documenti e dal magistero della Chiesa? Ritengo che una maggiore conoscenza potrebbe essere utile al mio cammino di fede e alla mia formazione umana? Come e perché?

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Anche le parole degli uomini possono aiutare: se non sono chiacchiere. Tra le molte parole che dilagano è necessario discernere per individuare quelle dense di significato, di saggezza; che aiutano a camminare nelle vie della verità e del mistero; che illuminano per conoscere se stessi.

Sappiamo che la parola umana è veicolo di verità e di comunicazione; ma può diventare strumento di menzogna, di raggio, di violenza.

3. Nella nostra vita quotidiana cerchiamo e vogliamo la parola, di cui a volte non sappiamo fare a meno. Spesso la desideriamo, ce ne sentiamo in deficit, ci manca sempre l' "ultima", ne abbiamo sempre più voglia.

La parola è rigenerante nell'intimità della coppia, preziosa nel consiglio e nella confidenza di un amico; è fluida mentre ci guardiamo con occhi sinceri e ci ascoltiamo a vicenda, diventa un'arma micidiale o "silenzio" rancoroso e "punitivo" nell'incomprensione reciproca. La parola umana è bellezza se facilita la nostra relazione, se ci consente di conoscerci, se ci fa crescere ed entrare in maggiore comunione; sappiamo, però, che la parola umana "può diventare (consapevolmente o inconsapevolmente) strumento di menzogna, di raggio e di violenza".

Mi racconto.

QUARTA RIUNIONE

“La preghiera e i sacramenti ci introducono tra le braccia del Risorto”

Leggere il testo della Lettera da pag. 19 a pag. 24
(Cap. III, 2. La Preghiera, 2.1 Eucaristia, 2.2 Riconciliazione).

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Il cammino di vita spirituale richiede *ogni giorno un piccolo tempo dedicato alla preghiera personale* (...)non dobbiamo lasciarci impressionare dalla semplicità e a volte dalla povertà della nostra preghiera. La cosa più importante e decisiva è credere che attraverso questi momenti di orazione, piccoli ma quotidiani, lo Spirito Santo forma la nostra anima e la configura al volto di Gesù.

1. **Dedichi un tempo della tua giornata alla preghiera? Nel corso della giornata riesci a mantenere aperto il rapporto e il dialogo con il Signore?
Pensi che la preghiera possa aiutarti a vivere meglio?
Pensate che la preghiera in coppia possa aiutarvi a vivere in pienezza il vostro matrimonio e la vostra famiglia anche come realtà pienamente umana?**

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Ma la preghiera delle preghiere, il gesto dei gesti, è la Santa Messa, il sacrificio divino «fonte e apice di tutta la vita cristiana»

2. **Dopo tanti anni di vita cristiana, quando penso alla Messa, la prima reazione interiore è relativa alla memoria di un dovere domenicale -forse anche motivato- o ad un appuntamento, forse gradito, forse atteso, forse desiderato?**

QUINTA RIUNIONE

“Non siamo stati noi ad amare Dio, ma è Lui che ha amato noi”

Leggere il testo della Lettera da pag. 24 a pag. 31 (Cap. IV, 3. La Carità).

Prima di scrivere il tema di studio vi invitiamo a recitare in coppia l'inno alla Carità di S. Paolo, 1Co 13,1-13

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Camminare nella vita spirituale significa lasciarsi amare da Gesù *“che è il volto umano di DIO”*. [...] Dio non è, dunque, un'entità, un'energia cosmica, ma è un *“Tu”*, è il Padre che si coinvolge con la vita dei suoi figli fino a condividere e riscattare la sofferenza e la morte. Per questo *“Dio è amore”* come afferma san Giovanni. Ma l'essere amati - aspirazione e bisogno esaltante di ogni uomo - è terribilmente serio e impegnativo! Richiede un esodo interiore continuo, un esporsi all'amore dell'Altro che è Dio. Richiede di rinunciare a se stessi, diventare docili all'Amore e alle sue esigenze per rispondere con il nostro amore.

1. Creando la persona umana a propria immagine e somiglianza Dio ha inscritto nel cuore di ognuno di noi la capacità dell'amore e della comunione. L'uomo ha un bisogno vitale di amare e di essere amato, si può dire che: «lo esisto in quanto vivo immerso nell'amore». Essere amato significa anche *“farsi”* amare, non nel senso di acquisire dei meriti ma di permettere all'altro di entrare nel nostro cuore e nella nostra vita; *“esporsi”*, con docilità e fiducia, all'amore dell'altro.

Nella nostra vita spirituale, dunque, la cosa più importante è farsi amare da Dio.

Ci *“esponiamo”* all'amore di Dio?

Ci facciamo *“rapire”* dal suo amore?

Pensiamo che questo atteggiamento di *“consegna”* all'altro, di abbandono fiducioso e docile all'amore sia importante anche nella nostra vita affettiva? Perché?

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Alle sorgenti della vita spirituale, troviamo dunque anche la via della carità fraterna, il desiderio di fare della nostra vita un dono per gli altri. È la “regola d'oro”, il grande “segreto”: vuoi diventare adulto nello spirito, maturo nel cuore, forte nella fede? Sull'esempio di Cristo che si dona a tutti fino al sacrificio, fai di te stesso, dei tuoi talenti, della tua vita, un dono di servizio ai fratelli: in famiglia, al lavoro, con gli amici, con chi ha bisogno. Forse non diventerai ricco e famoso ma, noto al cuore di Dio, sarai felice.

2. Gesù stesso, nel Vangelo, insistentemente ci chiama al servizio *“della carità fraterna”*; S. Giacomo, da parte sua, dice che la fede, senza le opere, è morta.

Riusciamo a vedere negli altri il volto di Cristo? Come?

Sappiamo fare del servizio uno stile di vita piuttosto che una manifestazione *“sentimentalistica”* e di *“parata”*?

SESTA RIUNIONE.

“Essere figli di Dio è una grazia, ma vivere da figli è una responsabilità”

Leggere il testo della Lettera da pag. 31 a pag. 38

(Cap. IV, 4. L'ascesi - 5. Alcuni punti dell'ascesi)

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

L'ascesi cristiana, però, non ha nulla a che vedere con l'affermazione di sé, non è una forma di “volontarismo” chiuso e orgoglioso che fa dipendere il progresso spirituale direttamente dallo sforzo individuale secondo una visione pelagiana. Ma neppure è una sorta di “quietismo”, che considera inutile e incoerente lo sforzo spirituale del discepolo.

1. Per conformare la nostra vita a quella di Gesù e diventare, così, suoi amici autentici, dobbiamo lasciare agire in noi lo Spirito Santo; “elearci” in modo da “disporci” all'azione viva e trasformante dello Spirito di Dio -primo e principale protagonista della nostra vita spirituale- con impegno e libertà. Un serio e proficuo cammino di ascesi comporta: SFORZO, METODO, RINUNCIA, PERSEVERANZA nel voler realizzare PICCOLE COSE mediante PICCOLI PASSI.

Rispetto a questo percorso, a che punto è la tua vita spirituale?

Pensi che per te sia un cammino possibile anche se difficile, oppure impossibile?

Spiega perché.

NELLA LETTERA È SCRITTO:

L'asceta cristiano non è colui che sfida se stesso per affermarsi agli occhi propri o altrui; egli è alla ricerca di un progresso spirituale, della sua unificazione interiore in Cristo. È fiducioso ma non ingenuo: sa che nel suo cuore si scontrano il desiderio del bene e le inclinazioni disordinate; è consapevole dei suoi istinti e della debolezza della volontà; fa purtroppo l'esperienza del peccato; è alla ricerca della sua libertà perché sa che, in un certo senso, liberi non si nasce, si diventa. Per questo è necessario un lungo e faticoso esercizio.

2. Pensi che un'autentica e seria vita spirituale, diretta ad “elevarti” per farti vivere con libertà alla presenza del Signore, possa diventare anche un'ottima “palestra di vita” utile per conoscere te stesso, favorire la tua crescita personale e realizzare la tua piena affermazione umana? Un tale cammino spirituale, come può aiutarti ad orientare e a vivere meglio la vita concreta (*affetti, sentimenti, modi di pensare, modi di agire, relazioni, lavoro, scelte politiche, scelte economiche, impegni ecclesiali ecc. ecc.*) personale e di coppia?

SETTIMA RIUNIONE

“Non si può avere Dio come Padre se non si ha la Chiesa come Madre”

Leggere il testo della Lettera da pag. 39 a pag. 43 (Cap. V, Nel grembo della Chiesa)

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Per il cristiano non esiste autentica e completa vita spirituale se non “in famiglia”, cioè *nella e con la Chiesa*. Quanto più progredisce il rapporto con Cristo, tanto più siamo rimandati alla Comunità Cristiana. (...) In qualche modo si cresce sempre insieme: anche l'eremita è “con” gli altri fratelli nella fede, perché fa riferimento alla Chiesa e perché partecipa alla ricchezza del Corpo Ecclesiale. Il bene di uno, infatti, si riflette positivamente su tutti. È la grande realtà che la Tradizione chiama *“comunione dei santi”!*

1. Il Cristiano attinge dalla Chiesa il necessario per il proprio cammino spirituale e, come figlio, porta alla comunità ecclesiale il suo contributo per il bene di tutti. Si forma così, con l'aiuto e la presenza viva dello Spirito Santo di Dio, una “corrente” di Grazia che è fonte di comunione e di santificazione.

Personalmente e come coppia facciamo esperienza di questa unione/comunione con la Chiesa e nella Chiesa?

L'END, piccola Chiesa, ci aiuta ad essere parte viva della nostra comunità parrocchiale, della Chiesa diocesana e di quella universale?

Ci sforziamo di vivere immersi nella corrente di Grazia che attraversa la Chiesa: Sposa di Cristo, nostra Madre e Maestra?

NELLA LETTERA È SCRITTO:

Ovunque c'è bisogno di annunciare coraggiosamente il Signore. Nessuno si deve intimidire o pensare di non essere in grado. Ogni credente è chiamato ad essere un “segno” di Gesù nel suo ambiente, con semplicità e fierezza. Mantenere un certo “stile” nel linguaggio, nei gesti, nei comportamenti - uno stile coerente con la nobiltà spirituale del Vangelo - , partecipare regolarmente alla Messa festiva invitando anche gli altri, pregare, celebrare la confessione, dire una buona parola, offrire un aiuto ... significa annunciare Gesù, significa attuare la missionarietà a cui ogni cristiano è chiamato in forza della fede.

2. La nostra missione di cristiani non è solo parlare di Cristo ma anche di farlo “vedere” mediante la testimonianza di vita. Noi, coppia cristiana, *“siamo in équipe per essere testimoni di una felicità ancorata al Vangelo, del sacramento del matrimonio annunciato a tutti e per diffondere la spiritualità coniugale alle giovani generazioni. Testimoniare la Buona Novella del matrimonio sacramentale a tutto il mondo e in modo particolare ai giovani. Le END vogliono far scoprire che la coppia è amata da Dio e si dona a Dio. (Lettera da Lourdes a tutte le coppie delle END, X raduno internazionale delle Equipes Notre Dame, 16-21 Settembre 2006).*

Abbiamo consapevolezza di tutto ciò e siamo, quindi, testimoni del Vangelo o, invece, siamo ripiegati su noi stessi in atteggiamenti di auto sufficienza, di auto commiserazione o di auto compiacimento che ci impediscono di aprirci agli altri e di essere missionari del Vangelo?

OTTAVA RIUNIONE

“Fate tutto quello che vi dirà” (Gv. 2,5). Ecce, Fiat, Amen.

Leggere il testo della Lettera da pag. 44 a pag. 47 (Cap. VI, Maria maestra di vita spirituale)

DOMANDE PER LA RIFLESSIONE PERSONALE E DI COPPIA

NELLA LETTERA È SCRITTO:

«Maria serbava tutte queste cose meditandole nel suo cuore» (Lc. 2,19) Maria diventa anche così nostro modello per il cammino spirituale, indicandoci i tre atteggiamenti di fondo che l'evangelista riporta:

- La Madre di Gesù non disperde nulla di quanto avviene attorno al Figlio: (...) raccoglie ogni frammento di ciò che riguarda Cristo. Nulla deve andare perduto.
- Lo spirito di Maria è (...) il luogo della riflessione, (...) desiderio e ricerca della volontà di Dio, preghiera.
- Il cuore è la sintesi di intelligenza, volontà, amore, azione: (appunto) la vita dell'uomo.

1. Nella nostra vita più o meno frenetica, più o meno “mondana”, tutti corriamo il rischio di disperdere quanto il Signore ci dona di beni, situazioni, incontri, affetti, richiami interiori, occasioni di fede e di preghiera. Nel Diario di un curato di campagna Bernanos, in conclusione, dice che: «Tutto è Grazia».

Viviamo la vita in profondità, ricercando la volontà di Dio e con la consapevolezza che tutto è dono o, con superficialità e a volte senza rendercene conto, viviamo dimentichi della Sua presenza nella nostra vita disperdendo la Grazia di Dio che sempre si manifesta a noi nei modi e nei tempi più disparati?

NELLA LETTERA È SCRITTO:

L'esempio della Santa vergine va oltre. (...) Maria (...) non si assenta dalla storia; al contrario vi entra e l'abbraccia con maggiore passione proprio perché la vede con lo sguardo fine dello spirito e la ama con cuore ardente.

2. Come Maria, la Piena di Grazia, ha fatto nei confronti della cugina Elisabetta e degli sposi di Cana, noi sappiamo aprirci al mondo per fare la volontà di Dio e costruire il bene?