



**“DOVERE DI SEDERSI”  
IN ASCOLTO DELLA PAROLA  
Dal Vangelo di Luca (24, 13-35)**

*<sup>13</sup>Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, <sup>14</sup>e conversavano di tutto quello che era accaduto. <sup>15</sup>Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. <sup>16</sup>Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo. <sup>17</sup>Ed egli disse loro: «Che sono questi discorsi che state facendo fra voi durante il cammino?». Si fermarono, col volto triste; <sup>18</sup>uno di loro, di nome Clèopa, gli disse: «Tu solo sei così forestiero in Gerusalemme da non sapere ciò che vi è accaduto in questi giorni?». <sup>19</sup>Domandò: «Che cosa?». Gli risposero: «Tutto ciò che riguarda Gesù Nazareno, che fu profeta potente*

*in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; <sup>20</sup>come i sommi sacerdoti e i nostri capi lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e poi l'hanno crocifisso. <sup>21</sup>Noi speravamo che fosse lui a liberare Israele; con tutto ciò son passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. <sup>22</sup>Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; recatesi al mattino al sepolcro <sup>23</sup>e non avendo trovato il suo corpo, son venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. <sup>24</sup>Alcuni dei nostri sono andati al sepolcro e hanno trovato come avevan detto le donne, ma lui non l'hanno visto».*

*<sup>25</sup>Ed egli disse loro: «Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti! <sup>26</sup>Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». <sup>27</sup>E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. <sup>28</sup>Quando furon vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. <sup>29</sup>Ma essi insistettero: «Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino». Egli entrò per rimanere con loro. <sup>30</sup>Quando fu a tavola*

*con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. <sup>31</sup>Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. <sup>32</sup>Ed essi si dissero l'un l'altro: «Non ci ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?». <sup>33</sup>E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, <sup>34</sup>i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone». <sup>35</sup>Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.*

– lasciandoci ispirare dalla parola ascoltata e dagli spunti di riflessione suggeriti questa mattina dalla relazione di mons. Guido Marini ci prepariamo a vivere il nostro momento in coppia.

Riportiamo di seguito gli **scritti di PADRE CAFFARELL** sulla **“Pratica del Dovere di Sedersi”** pensando che possano aiutarci a vivere questo momento in coppia. Ci fa riflettere e al tempo stesso ci stupisce pensare che risalgono al 1945 eppure sempre attuali. Buona lettura!

*... Siamo nel 1945 e padre Caffarel anima già da qualche anno dei gruppi di coppie che diverranno le Equipes Notre Dame. Si rende conto delle difficoltà che incontrano marito e moglie a comunicare, soprattutto sul piano spirituale. Come favorire questa comunicazione assolutamente vitale in una coppia? La scintilla si accende un giorno, leggendo s. Luca. Scrive un biglietto: "Un dovere sconosciuto"*

*...Cristo, nel cap. 14 di san Luca, invita i suoi ascoltatori alla pratica Del dovere di sedersi. Oggi, nel secolo delle velocità vertiginose, è più opportuno che mai consigliare questo dovere sconosciuto...*

*[...] Prima di intraprendere la costruzione della vostra famiglia, avete confrontato i vostri punti di vista, pesato le vostre risorse, materiali e spirituali, elaborato un piano. Ma quando siete al lavoro, non dimenticate sovente di sedervi per esaminare insieme il lavoro compiuto, ritrovare l'ideale intravisto, consultare il Mastro d'opera.*

*Conosco le obiezioni e le difficoltà, ma so anche che la casa crollerà un giorno se non si sorveglia la struttura.*

*[...] Per evitare la routine, vi è un altro mezzo con il quale voglio intrattenervi un po' più lungamente. Prendete la vostra agenda e come vi iscrivetate un concerto o una visita da amici, così segnate un appuntamento con voi stessi, sia ben inteso che queste due e tre ore sono tabù... diciamo sacre, è più cristiano! Siccome non ammettereste alcuna ragione che vi facesse annullare una serata in città o disdire un pranzo con amici da voi, così nessuna ragione vi faccia disdire questo appuntamento preso con voi stessi.*

*Come utilizzare queste ore? Innanzi tutto decidete che non avete fretta: lasciate la riva, andate in alto mare, occorre in ogni caso cambiare ambiente e dimenticare le preoccupazioni. Leggete insieme un capitolo scelto di un libro messo da parte per queste ore privilegiate.*

*In seguito - o innanzitutto - pregate per un lungo momento. Che ciascuno, se possibile, faccia ad alta voce una preghiera personale e spontanea; questa forma di preghiera, senza sminuire le altre, avvicina miracolosamente i cuori.*

*In seguito entrate nella pace del Signore, ditevi l'un l'altro quei pensieri, quelle confidenze che non è facile e sovente non augurabile fare nel cuore delle giornate attive e rumorose e che sarebbe pertanto pericoloso rinchiudere nel segreto del cuore, perché, lo sapete bene, vi sono dei silenzi nemici dell'amore. Ma non fermatevi a voi stessi né ai problemi del momento fate un pellegrinaggio alle sorgenti del vostro amore, riconsiderate l'ideale intravisto quando voi avete preso la strada insieme, con passo allegro. Rinnovate il vostro fervore, poi ritornate al presente, confrontate ideali e realtà, fate l'esame di coscienza della coppia - non dico il vostro esame di coscienza personale - prendete le risoluzioni pratiche e opportune, per guarire, consolidare, ringiovanire, aerare, aprire la coppia.*

*Portate a questo esame lucidità e sincerità; risalite alle cause del male diagnosticato. Perché non consacrereste anche solo qualche istante a meditare su ciascuno dei vostri figli, domandando al Signore di mettere il suo occhio nel vostro cuore secondo la sua promessa, al fine di vederli e di amarli come Lui, per condurli secondo le sue intenzioni. Infine, e*

*soprattutto, domandatevi se Dio è il primo servito presso di voi.*

*[...] Non avete più nulla da dire? Tacete insieme, potrebbe non essere il momento più adatto. Ricordatevi in effetti questo detto di Maeterlinck: "Non ci conosciamo ancora, non abbiamo ancora osato tacere insieme"*

*Padre Caffarel 1945*

## **IN ASCOLTO DEL CANTO**

*"Io ti prendo come mia sposa"*

*Baglioni*



<https://www.youtube.com/watch?v=j7noT-7xb6M>

### **- Momento di riflessione in coppia -**

- Che cosa mi ha fatto innamorare di te? La primissima cosa?
- Quando nella nostra vita di coppia ci siamo sentiti più in sintonia tra noi? Cosa ci ha aiutato?
- Quale gioia o quale dolore sono stati i protagonisti?

- E il Signore? Quando lo abbiamo sentito maggiormente vicino a noi?

*(per i CS: nel nostro cammino di sacerdoti/religiosi, religiose).*

**Vi chiediamo infine di preparare insieme la vostra “presentazione” all'equipe di formazione del pomeriggio:**

oltre alle consuete informazioni personali (nomi, provenienza, figli, anni di matrimonio, attività, anni di partecipazione al movimento, servizi svolti, etc..) ognuno condividerà il **SI'** del proprio matrimonio (*o della propria ordinazione/professione*) e il **SI'** della propria equipe espresso nel “FESTONE” che arricchisce questa nostra sessione.

**Concludiamo il nostro momento in coppia rinnovando le promesse di matrimonio:**

Io... accolgo te ... come mia/mio sposa/sposo.

Con la grazia di Cristo prometto di esserti fedele sempre, nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia, e di amarti e onorarti tutti i giorni della mia vita.