



Equipes Notre - Dame

LA SPIRITUALITA' NELLE DIVERSE FASI DELLA VITA

La vecchiaia

Siamo *“Pellegrini in cerca di senso”*, come recita il titolo di un bel libro di Giancarlo Bruni. Una ricerca senza fine. Infatti le varie stagioni della vita richiedono un atteggiamento di ricerca continuo perché sia la nostra vita che il contesto in cui si svolge cambiano, anche profondamente, e quindi ci pongono sempre domande nuove.

Nella stagione della vecchiaia si è consapevoli di percorrere l'ultimo tratto del cammino, caratterizzato dal diminuire delle proprie forze, dal cambiamento dell'aspetto fisico, sovente dall'apparire di piccoli o grandi malanni, insomma da sentimenti di fragilità mai provati prima. Bilanci esistenziali, gioie ed errori, il tempo si dilata, l'impegno lavorativo si è concluso, figli e nipoti stanno percorrendo autonomamente il proprio futuro. Tutto questo induce ad interrogarsi sul *“senso ultimo”* della vita ormai consumata. Vengono in mente a questo proposito le parole del grande poeta David Maria Turoldo che nella sua poesia *“Ultima lapide”* recita:

*“Sempre sul ciglio dei due abissi
tu devi camminare e non sapere quale seduzione,
se del Nulla o del Tutto,
ti abatterà.”*

Nello stesso tempo emergono nuove dimensioni di vita: la tenerezza ed una più profonda attenzione verso gli altri e verso i giorni che trascorrono. Il sentimento dell'amore, in tutte le sue dimensioni, diventa prioritario. Dare e ricevere amore come insegna il Vangelo. E' il tempo in cui cercare una nuova e più profonda dimensione del nostro essere nel mondo. San Paolo ci esorta: *“Se il mio uomo esteriore si va disfaccendo c'è il mio essere interiore che può rinnovarsi di giorno in giorno”* (2 Corinzi, 4:16). Ed il salmista ci suggerisce la preghiera: *“Insegnaci a contare i nostri giorni e giungeremo alla sapienza del cuore”* (Sal 90, 12).

Come possiamo allora alimentare la nostra spiritualità in questa tappa del nostro peregrinare? Proviamo sommestamente ad esporre la nostra esperienza che vuole essere una semplice testimonianza perché è compito di ciascuno di noi trovare e percorrere la propria strada. Sia personalmente che in coppia cerchiamo di riscoprire il grande valore del silenzio lasciando parlare il Signore

quando ne siamo capaci. La lettura del Vangelo del giorno e la preghiera con i Salmi recitati insieme ci aiutano ad affrontare il quotidiano cercando di capire alla luce della Fede il tempo presente tanto oscuro e inquietante. In questi anni abbiamo preso consapevolezza

dell'importanza di coltivare la gratitudine per la vita come dono e di saper dire grazie proprio ora che siamo vecchi. Ascoltare le parole che ci comunicano gli altri ed i messaggi del nostro mondo interiore, cercando di capirne il senso. Interrogarci su noi stessi e su come ora dopo i decenni trascorsi insieme viviamo la relazione e il nostro amore di coppia. Abbiamo scoperto l'importanza di vivere il perdono e la misericordia, attenti a nominare il Signore almeno qualche volta durante il giorno per ricordarci che è Lui la meta del nostro cammino, affidandogli tutte le persone care. Curare le relazioni affettive e le amicizie con fiducia e speranza agendo sempre come operatori di pace. Abbiamo accettato con fatica di vivere i lutti che ci hanno coinvolto nella sofferenza e nello smarrimento, affidandoci all'amore del Signore e alla luce della fede nella vita eterna. Questi eventi ci hanno stimolato nonostante la difficoltà delle perdite a riflettere e a prepararci con serenità al distacco da questa vita.

Per questo ci soccorre ancora la poesia di David Maria Turollo:

*“Dio della vita,
sei tu che nasci,
che continui a nascere
in ogni vita.*

Voce per chi muore ora:

*perché non muore,
non muore nessuno:
niente e nessuno muore
perché Tu sei.*

Tu sei

e tutto vive,

è il Tutto in te che vive:

anche la morte!

Pierangela e Valentino Castellani

PS. Siamo sposati da 60 anni, abbiamo tre figli e sei nipoti, ai quali aggiungerne uno che a due mesi è volato in cielo ed una bimba che sta per arrivare in questi giorni. Siamo in equipe da 60 anni.



Equipes Notre - Dame

La maturità

La spiritualità nella nostra coppia ha avuto inizio quando abbiamo deciso di condividere la nostra vita.

Il primo sentimento che abbiamo sperimentato è stato quello della difficoltà. Mauro veniva da una formazione spirituale legata alla pedagogia di don Milani e alla spiritualità “biblica” di Bose, frequentata negli anni '80; Lidia, invece, aveva maturato una spiritualità carismatica

attraverso il gruppo di preghiera del Rinnovamento nello Spirito. Questa differenza si traduceva, in modo molto concreto, in una tensione nell'uso e nell'ascolto della Parola di Dio.

La svolta è arrivata quando abbiamo scelto di condividere un cammino all'interno di una comunità che univa due “pilastri”: spiritualità ignaziana e spiritualità carismatica. La Provvidenza ci ha condotto proprio dove la nostra coppia aveva bisogno e dove, per noi, era il meglio.

Nel tempo abbiamo compreso e vissuto alcuni punti che riconosciamo come importanti e veri:

- Condividere la spiritualità - cioè il proprio rapporto con Dio e la fede - è difficile; allo stesso tempo è profondamente intimo ed è un luogo privilegiato d'incontro con Gesù, che sostiene e rinnova il nostro “stare assieme”.
- Non avviene in modo spontaneo: è una scelta. Per esperienza di entrambi, la tentazione ricorrente è quella di rimandare, di lasciar perdere, di non dare continuità.
- I frutti che riceviamo sono profondi: cresce l'unità dentro le nostre diversità. Non è soltanto un dono umano; ci conduce verso una comunione più vera e un amore più fedele. Lo definiamo, in un certo senso, “di resurrezione”, perché ci aiuta a risorgere dai nostri egoismi.

La nostra spiritualità, come crediamo per ogni persona, resta personale; e come la vita fisica anche la vita spirituale conosce alti e bassi. Essere in coppia, però, ci aiuta e ci sostiene sia nei momenti felici sia in quelli difficili, dai quali nessuno è esente. È un cammino che, con l'età e con l'esperienza, cambia e matura, proprio come maturano i legami profondi.

Pregare insieme è essenziale e, proprio perché lo è, la tentazione è spesso quella di “non avere tempo” o di “non averne voglia” (lo “spirito cattivo”, per usare le parole di sant'Ignazio, nel combattimento spirituale).

Oggi possiamo testimoniare che la nostra spiritualità è diventata un bisogno intimo: cercare insieme un senso e un amore sempre più profondo.

La nostra preghiera di coppia non è sempre regolare; tuttavia cerchiamo di ascoltare la Parola che attraversa il cuore più che la sola ragione e le nostre lucubrazioni.

Usiamo molto, insieme, la preghiera di affidamento: per le persone, per le situazioni, e per decisioni importanti ed eccezionali, ma anche per scelte quotidiane che incidono sulla vita di ogni giorno.

Affidarsi insieme significa riconoscere che non abbiamo tutte le soluzioni né tutte le risorse, e che non vogliamo camminare da soli. Significa lasciarci salvare dal nostro egoismo e imparare a vivere in una pace vera e in una comunione che solo Gesù può donare.

Significa anche lasciarsi abbracciare dalla Speranza e vincere le disperazioni, piccole e grandi, che nascono lungo il cammino.

Oggi questo affidamento riguarda in modo particolare le preoccupazioni legate all'educazione e alla guida dei figli, in un'età decisiva per la loro vita: le scuole superiori, l'università, e la responsabilità di accompagnarli nell'uso delle nuove tecnologie che noi alla loro età non abbiamo conosciuto e che spesso ci trovano impreparati. Ci affidiamo anche per aiutarli ad affrontare le difficoltà della vita e, nello stesso tempo, per affrontare le responsabilità di una vita adulta, in un contesto in cui l'incertezza è dominante.

Preghiamo per vivere nella fiducia anche la malattia, quando questa si presenta nella nostra vita. L'uno porta nella preghiera le sofferenze dell'altro e, in qualche modo, nutre fiducia e speranza anche per l'altro che sta faticando di più.

Questo è il cammino che abbiamo vissuto e che continuiamo a vivere e che porta ad esclamare:

“Non rallegratevi però perché i demoni si sottomettono a voi; rallegratevi piuttosto perché i vostri nomi sono scritti nei cieli” (Lc 10,20)

Lidia e Mauro Cussotto

PS : Siamo sposati da 24 anni, tre figli di 22 anni (3° anno Università), 19 anni (5° superiore), 15 anni (1° superiore); siamo in Equipe da 10 anni



Equipes Notre - Dame

La giovinezza

Ciao a tutti,

quando, a sorpresa, ci è stato chiesto di portare una testimonianza sulla nostra spiritualità di coppia ci siamo guardati e abbiamo capito che poteva essere una bella occasione per fermarci e riflettere su come viviamo, e vorremmo continuare a vivere, insieme la Fede nella nostra vita quotidiana.

Ma prima uno sguardo al passato: entrambi proveniamo da due famiglie cattoliche praticanti e quindi il nostro rapporto individuale con Dio nasce già nell'infanzia grazie alla testimonianza delle nostre famiglie e alle comunità parrocchiali di appartenenza. Inoltre, sia da bambini-ragazzi che da giovani adulti, entrambi abbiamo coltivato la nostra Fede anche nell'ambito Scout, dove abbiamo avuto modo di accrescere il nostro Credo sia singolarmente sia nel contesto comunitario.

Successivamente per noi è stato fondamentale il percorso di preparazione al sacramento del matrimonio che ci ha resi più consapevoli. Per noi la spiritualità di coppia è un cammino fatto in due, che va oltre lo stare insieme o il volersi bene: è condividere la profonda certezza che Dio ha un disegno per noi e che il nostro amore è specchio di quello che lui nutre per noi. È la consapevolezza che Dio non è solo accanto alla nostra relazione ma è dentro la nostra relazione, sia nei momenti di difficoltà, quando comunicare è più faticoso, sia nei momenti di gioia. Crediamo inoltre che il percorso spirituale di coppia cresca soprattutto con i piccoli gesti: una preghiera detta insieme, il tempo dedicato a Dio, la partecipazione alla celebrazione della Messa, il rinnovare ogni giorno la voglia di camminare nella stessa direzione, anche quando non abbiamo lo stesso passo. Pregare insieme non ci viene sempre spontaneo, ma quando lo facciamo sentiamo che cambia il modo di guardarci, che il cuore si fa più largo e leggero e questo ci aiuta ad affrontare anche gli imprevisti, con più calma e fiducia.

Ciò detto siamo una coppia in cammino, con alti e bassi, consapevoli che abbiamo ancora tanta strada da fare nella nostra crescita come famiglia e come testimoni di Cristo, ma con la certezza di non essere soli in questo percorso. Vogliamo affrontare quello che verrà con la gioia di sapere che quando il nostro amore è affidato a Dio non può che crescere e rafforzarsi ogni giorno.

Sara e Francesco

Sara e Francesco Cabutto , capi scout Alba&Roero 1 ,sposati da 2 anni e 4 mesi