

**Sessione Nazionale Equipe di nuova  
formazione**

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

**Sassone (ROMA) 1/3 maggio 2015**

**COSA PORTIAMO CON NOI NEL CAMMINO**

Da tempo accarezziamo il sogno di percorrere almeno un tratto del cammino di Santiago. Ci piace camminare, anche se abbiamo poco tempo per farlo. Il lavoro di entrambi, i figli, i genitori anziani che hanno bisogno del nostro aiuto, il servizio, ci prendono tanto tempo. Così mentre il nostro pellegrinaggio a Compostela è continuamente rimandato a tempi migliori, ogni mattina quando ci svegliamo, dopo aver ringraziato il Signore per aver aperto gli occhi su un nuovo giorno, ci prepariamo al nostro quotidiano cammino incontro al mondo, cercando di vivere con consapevolezza la nostra vocazione di sposi, la nostra chiamata, il nostro progetto d'amore. Su questa strada non sempre riusciamo ad essere in perfetta sintonia. Ci incontriamo e ci scontriamo, procediamo fianco a fianco, ma anche separatamente. Non tutto è facile e scontato, anzi niente lo è, nella vita della nostra coppia. Siamo molto diversi, e il cammino in Equipe ci aiuta a procedere insieme o a ritrovarci velocemente quando ci perdiamo di vista. Il nostro matrimonio è un progetto di coppia che Dio ha pensato per noi, e che noi giorno dopo giorno siamo chiamati a scoprire. Il sentiero non è sempre facile ed in piano, anzi non lo è quasi mai. Spesso è ripido e scosceso e richiede un particolare impegno.

Immaginiamo di partire per questo cammino, come se dovessimo veramente partire per Santiago. Cosa prendiamo per il viaggio, cosa portiamo con noi nel cammino?

Innanzitutto prendiamo uno zaino piccolo, o una bisaccia da pellegrino. Non abbiamo bisogno di molte cose. E' meglio essere quanto più leggeri possibile. --

-----  
Negli anni abbiamo imparato a liberarci da tanti condizionamenti, da tante cose inutili che la società consumistica ci aveva abituato a ritenere indispensabili, abbiamo imparato a consumare meno, ma meglio. Il nostro fare la spesa non risponde soltanto più solo al nostro bisogno di alimentarci o

vestirci, ma è diventato un impegno etico perché cerchiamo di acquistare quanto più è possibile solo prodotti ottenuti nel rispetto dell'uomo e dell'ambiente. Ma questa è un'altra storia, e non è questo il momento di parlarne. La cosa importante è che il nostro zaino sia leggero, perché vogliamo metterci dentro solo l'essenziale, perché ci siamo liberati di quello che ci appesantisce e ci rende schiavi, perché non abbiamo proprietà da difendere, perché la nostra leggerezza e consapevolezza ci permettono di entrare nella storia della creazione come piccoli e umili cooperanti per un futuro migliore.

Innanzitutto per camminare meglio ci occorre un bastone, un pezzo di legno che prenderemo in prestito dalla stessa natura, come simbolo della fede, che ci aiuta a mantenere l'equilibrio nel nostro andare, distribuendo il peso del corpo non solo ed esclusivamente sulle nostre gambe. E' utile una bussola che ci aiuti ad orientarci verso il nostro punto fisso, il nostro Nord che è Gesù, quel compagno di viaggio che ci ha preceduto per salvarci e indicarci la strada da seguire e che non smette mai di accompagnarci mostrandoci il sentiero da percorrere, se solo riusciamo ad ascoltarlo.

Siamo immersi in una quotidianità di impegni, lavoro, distrazioni; e il grande rischio è quello di dimenticare che abbiamo bisogno di fermarci un attimo, di stare in silenzio per ascoltare Gesù, di prenderci cura della nostra fede. Noi per farlo abbiamo scelto il movimento dell'END, non solo perché è uno dei pochissimi che si occupa della spiritualità coniugale, ma anche perché siamo entrambi figli di equipiers. E quindi abbiamo pensato che quel metodo, che ci sembrava aver dato buoni frutti ai nostri genitori, forse poteva essere adatto anche a noi.

Subito dopo il nostro matrimonio abbiamo accettato questo invito e ci siamo gradualmente avvicinati al metodo, a quei punti concreti d'impegno che il movimento ci propone per prenderci cura della nostra relazione con Dio, con e attraverso il coniuge e il prossimo.

---

Immaginiamo proprio che questi punti facciano parte del nostro piccolo ed essenziale bagaglio. Cosa ci sarà all'interno del nostro zaino?

Sicuramente una borraccia con l'acqua, sorgente di vita. Come la Parola di Dio che tu ogni mattina mi leggi.

E' diventato un impegno quotidiano trovare cinque minuti la mattina per leggere la Parola del giorno, e lo stimolante commento di Don Oreste Benzi, prima di separarci per iniziare ognuno la sua giornata, nella veste di figlio/figlia, di padre/madre, di Fratello/sorella di tutti coloro che ogni giorno incontriamo, e con cui ci relazioniamo. Sono tutti doni che la vita ci offre e, se abbiamo il coraggio di vivere la parola che ogni giorno leggiamo, anche noi possiamo diventare dono per gli altri.

Rapportarci con la Parola ci consente di dissetarci in profondità, di attingere alla fonte, per percorrere con maggiore consapevolezza questa via dell'amore, senza lasciarci tentare da una vita un po' più facile e un po' più superficiale.

La Parola di Dio ci dona occhi sempre nuovi e ci indica nuovi sentieri e nuove strade in questo viaggio della vita ricordandoci sempre parole quali la precarietà, la leggerezza, l'essenzialità, la fiducia, l'accoglienza, la disponibilità a sorprendersi, la consapevolezza di esseri amati, la capacità di gioire, la possibilità di ricominciare, la libertà di amare.

Se della Parola possiamo dissetarci, per nutrirci non abbiamo bisogno che di Eucaristia e di preghiera.

“L'uomo, per realizzarsi, necessita più di preghiera che di pane.”

“Il pane è necessario, però, la preghiera, la relazione con Dio, il tempo di mettersi semplicemente davanti al Signore, “a sua disposizione” come dice padre Caffarel... questo è la sorgente di tutto. Se Dio è “la sorgente dell'amore,” la preghiera è l'essenziale. Il matrimonio rischia di appassire se non si nutre di preghiera.”

Tutto il nostro essere tende a Dio e lo Spirito che agisce in noi ci guida verso l'ascolto del Padre.

---

Non è stato facile per noi iniziare a pregare insieme. Un po' per pigrizia, un po' perché non riuscivamo a trovare un momento durante il giorno in cui farlo

Anche noi eravamo più inclini a cercare il Signore insieme nei momenti di maggiore difficoltà in famiglia o sul lavoro, quando ci sembrava di essere oberati dagli impegni da non riuscire a trovare il tempo necessario per far fronte a tutto.

E' vero che il Signore non è un bancomat che dispensa soluzioni, come dice un nostro amico sacerdote, ma noi abbiamo sempre confidato in lui, nella divina provvidenza, e non siamo mai rimasti delusi.

Nei nostri vari travagli, non ci siamo mai stancati di chiedere aiuto al Signore.

Ci siamo affidati a Lui completamente e Lui non ci ha mai fatti sentire soli. In tutte le situazioni, anche in quelle che ci sembravano più difficili, la Sua mano provvidenziale ci ha offerto la soluzione o la persona che ci avrebbe aiutato a trovarla.

I modi di pregare sono tanti e ogni coppia trova il suo personale.

Noi attualmente preghiamo la sera, quando andiamo a letto recitando il magnificat e se non ci addormentiamo nel frattempo, lasciando che la preghiera nasca spontanea dal cuore, pregando l'uno per l'altro, con la mano nella mano dell'altro. I corpi e i cuori vicini, la preghiera si fa amore e l'amore si fa preghiera.

Maggiori difficoltà ora incontriamo nella preghiera familiare. E' difficile coinvolgere i figli oggi in età adolescenziale, e in fase di allontanamento dalla Chiesa, nella preghiera come invece facevamo quando erano piccoli.

Mettevamo a letto i tre bambini, già verso le otto e mezzo per avere un po' di tempo per noi e per recuperare un po' di quiete prima di andare a dormire. Insieme a loro, dopo una breve invocazione all'Angelo Custode, pregavamo in modo spontaneo. Questo ci dava la possibilità di ripensare alla giornata trascorsa e di presentarci davanti al Signore per ringraziarlo, per interrogarlo, per chiedere il Suo aiuto per qualcuno o qualcosa, tutti insieme.

Questo è stato l'unico periodo in cui siamo riusciti a pregare come famiglia.

---

Ma lo zaino si svuota presto. Il pane e l'acqua si esauriscono se non ci approvvigioniamo; abbiamo la necessità di riempire le borracce e rifornirci di pane.

C'è bisogno di trovare un luogo in cui sostare, per approvvigionarsi, per ricaricarsi. Un luogo solitario e appartato in cui la nostra relazione con Dio non sia sacrificata ai tempi stretti e ai ritmi vorticosi delle nostre giornate.

Il ritiro spirituale: un fine settimana per staccare la spina, entrare nel silenzio, ascoltare la Parola, riflettere, pregare e stare insieme.

Abbiamo bisogno di prenderci il tempo per incontrare, lontani dalla fretta e dalla quotidianità, il volto di Dio.

Un momento per riposare noi e Dio insieme, per guardarci negli occhi, per incrociare il nostro e il suo sguardo e per fermarsi su di esso, finalmente...

Quante volte siamo arrivati ai nostri ritiri stanchi, stressati, carichi di problemi e incerti fino all'ultimo minuto perché qualche contrattempo poteva impedirvi di partecipare... ma, una volta lì, ci siamo lasciati il mondo alle spalle e abbiamo deciso di immergerci in quella realtà sospesa tra terra e cielo in cui l'incontro con il Signore ci ha trasformati, ci ha riappacificati con noi stessi, tra noi e con la nostra quotidianità.

Siamo tornati a casa carichi, ma sereni, un po' più consapevoli delle nostre possibilità, un po' più disponibili, forse anche a qualche nuovo progetto, ...per riprendere il cammino.

Una guida turistica può essere il tema di studio. Già, abbiamo bisogno di approfondire le nostre conoscenze rispetto ai territori che visitiamo. Abbiamo bisogno di farlo insieme, per poter scegliere quale sia il percorso più adatto al cammino di fecondità a cui siamo chiamati.

Siamo chiamati a farci dono l'uno per l'altro e insieme a farci dono per gli altri e questa vocazione alla fecondità ha bisogno di uno sforzo costante di approfondimento e di confronto. Ognuno di noi, ogni coppia cerca di discernere qual è la sua strada per mettersi al servizio del mondo, rispondendo ai bisogni di coloro che il Signore ci fa incontrare durante il cammino.

---

Ma torniamo al nostro cammino. E' impensabile che si possa procedere nel cammino senza stabilire delle soste. Ci sono momenti in cui occorre fermarsi, uscire da se stessi, per guardare dall'alto il sentiero percorso e da percorrere. Spesso nelle nostre vite, convulse ed impegnate, dimentichiamo di fermarci, o evitiamo di fermarci. Sembra che questa nostra società ci imponga un continuo impegno, un ritmo serrato, a cui non ci si possa sottrarre, invece, già il vangelo di san Luca (vv.28 – 32), invita i suoi ascoltatori a praticare il "dovere di sedersi": Chi di voi, volendo costruire una torre, non si siede prima a calcolarne la spesa; se ha i mezzi per portarla a compimento" per evitare che, se getta le fondamenta e non può finire il lavoro, tutti coloro che vedono

comincino a deriderlo, dicendo: "costui ha iniziato a costruire, ma non è stato capace di finire il lavoro.

Il dovere di sedersi diventa quindi una sosta necessaria. Non ci spaventi l'uso del termine dovere, che sembra un'imposizione fuori luogo o fuori tempo in una società che ha rinunciato a qualsiasi forma di regola. E' invece un modo per assumersi delle responsabilità morali, nei confronti di se stesso, nei confronti dell'altro e degli altri attraverso l'incontro con l'altro, in una forma profonda di relazione che vive e trova nutrimento nella preghiera.

Alcuni, soprattutto le coppie più giovani o le coppie dei fidanzati dei corsi che abbiamo animato si stupiscono quando gli raccontiamo che per mantenere il dialogo nella coppia noi abbiamo bisogno di programmare un appuntamento mensile. L'esperienza però ci insegna che ci sono fattori sia interni alla coppia (le differenze che emergono sempre di più, l'abitudine, qualche disaccordo, la stanchezza) che esterni (i ritmi di vita, il lavoro, i parenti stessi) che possono impedire la comunicazione o di fatto limitarla ad un livello superficiale.

In una coppia che non trova il tempo di fermarsi per riflettere, la fretta e la superficialità si impossessano dei momenti comuni e di tutta la vita familiare... Bisogna quindi, sentire questa responsabilità alla sosta, e a questo tipo di sosta, se si ha veramente intenzione di continuare a viaggiare insieme.

---

E' la pigrizia, e più spesso la paura di vangare il terreno per scoprirmi in profondità, che mi mettono in difficoltà e mi portano a rimandare quanto più possibile questo invito, non lo nascondo. A volte mi innervosisce vederti intenta a preparare questo momento con cura. Sono stanco, vorrei che tu mi lasciassi in pace sul divano a riposare dopo una giornata di lavoro, ma so quanto tu ci tieni e cedo in modo quasi rassegnato. La lettura di un brano del Vangelo e la preghiera spontanea mi rasserenano. Non inizio mai a parlare per primo e le tue parole spesso hanno il sapore amaro del rimprovero. Ma il cuore pian piano si apre all'accoglienza, andiamo oltre il sipario del pregiudizio e del giudizio, del dare tutto per scontato, per sciogliere vecchi e recenti nodi, osare parole mai dette e scoprire così scenari nuovi. Quello che mi sembrava uno scoglio difficile da superare diventa occasione di gioia profonda. Questo raccontarsi i nostri sentimenti reciproci alla presenza del Signore, questo modo di affrontare anche i nostri problemi in un clima di preghiera è uno strumento fondamentale per il nostro matrimonio. Il nostro essere coppia cristiana trova veramente anche realizzazione in questo momento, e la nostra fede si accresce

grazie anche a questo dialogo profondo tra noi due e Cristo, di noi due in Cristo.

Il discernimento a cui ci abitua il tema di studio e il dialogo profondo a cui ci invita il dovere di sedersi ci aiutano ad individuare la nostra regola di vita.

Le caratteristiche del cammino da fare ci suggeriscono una serie di regole a cui dobbiamo attenerci per poterlo affrontare nel miglior modo possibile.

Occorrono scarpe comode e abbigliamento adeguato alla stagione, occorre che tu e io siamo sincronizzati sullo stesso passo. Abbiamo bisogno di programmare quanta strada vogliamo percorrere in un giorno. E' auspicabile che teniamo un'andatura costante perché i tratti percorsi di corsa non ci consentirebbero poi di continuare a mantenere il passo a quel ritmo, e così via.

Strada facendo insomma, abbiamo bisogno di precisare le regole che ci aiutino nel cammino a cui il Signore ci ha chiamato. Abbiamo bisogno di individuare la nostra regola di vita, quell' obiettivo su cui impegnarsi personalmente per migliorare nella nostra relazione con Dio, con l'altro o con gli altri.

Ma come possiamo individuare questi obiettivi? Come possiamo individuare la regola adatta a noi? Il discernimento in coppia, o in equipe, anche attraverso la collaborazione del CS ci aiuta a trovare una regola di vita che sia commisurata alle nostre possibilità e dunque fattibile...Ci aiuta ad individuare i limiti che possiamo tentare di superare, un talento da sviluppare, quel piccolo passo che possiamo fare per andare incontro all'altro e alle sue esigenze se veramente vogliamo farci dono per lui.

E, una volta fissati, abbiamo bisogno di verificare periodicamente questi obiettivi, ma la compartecipazione sulla regola di vita non è mai facile.

Nella nostra equipe il CS consiglia anche una regola di vita di coppia, soprattutto alle coppie che hanno ancora difficoltà a far propri i punti concreti d'impegno. Così fare le preghiere in coppia, o impegnarsi a non saltare il dovere di sedersi diventano regole di vita, e non è raro che la formula funzioni.

E' difficile per noi individuare ogni mese una regola di vita che non finisca nel dimenticatoio nel giro di qualche giorno. Così da quest'anno ci siamo ripromessi di scrivercela. Non è facile neanche così ... Dall'inizio dell'anno abbiamo sempre la stessa e nessuno dei due ha fatto significativi progressi. Però continuiamo a provarci. Siamo fiduciosi di poter riuscire, continuando ad insistere.

---

Non è un cammino facile, quello in cui ci siamo impegnati. E La nostra e la vostra fortuna è quella di non essere soli.

E' bello ritrovarsi ogni mese con i nostri compagni di cammino. La nostra amicizia veramente non potrebbe resistere senza quest'appuntamento mensile anche perché noi siamo coppie che abitiamo in tre piccoli paesi vicini e non avremmo altre occasioni per vederci durante il mese. Il nostro cammino non potrebbe progredire senza l'aiuto e il sostegno vicendevole degli altri membri del gruppo compreso il nostro meraviglioso CS, un padre francescano che pur essendo stato trasferito in un convento a più di 80 km di distanza da noi, continua a far parte della nostra equipe, partecipando regolarmente a tutti gli incontri.

La nostra riunione non inizia con il pasto. Alcune coppie hanno i bambini ancora piccoli, e quindi concludiamo con una cena insieme a loro. Iniziamo direttamente con la preghiera e questo crea quel clima di fraterna accoglienza e condivisione in Cristo che ci permette di sentirci liberi di mettere in comune le nostre vite e di fare il punto sul nostro cammino spirituale.

Già la messa in comune, questo luogo di socializzazione in cui mettere in comune le nostre gioie, i nostri dolori, le nostre difficoltà quotidiane. È un posto speciale in cui ci si sente liberi di raccontarsi perché si ha totale fiducia nel gruppo, ma anche un luogo in cui imparare ad ascoltare, ad accogliere situazioni dolorose, che riguardano le coppie o le loro famiglie. Quanti bei momenti abbiamo condiviso in questi anni, nelle tre equipe in cui siamo stati. Prima a Neviano nel nostro piccolo paese, poi a Bolzano, dove ci eravamo trasferiti per motivi di lavoro, ed infine quando siamo rientrati, nella Aradeo 3... e quante situazioni dolorose e pesanti. Ogni volta che ci incontriamo, la condivisione diventa suddivisione dei pesi e moltiplicazione delle gioie, in una formula magicamente vincente, che ci permette di tornare a casa tutti un po' più leggeri, più sereni, più gioiosi di come siamo arrivati alla riunione.

E poi c'è la compartecipazione: geniale strumento di crescita perché ci dà la possibilità di fare una sorta di revisione mensile per capire quanto ci siamo impegnati nel nostro sforzo di progredire nella nostra vita spirituale, attraverso i punti concreti di impegno che il metodo ci propone. E' un momento importantissimo nella vita di un'equipe. Una compartecipazione non fatta o fatta male rischia di annacquare la sostanza dell'equipe, di ridurre l'incontro a

un ritrovo tra amici, che si raccontano la loro vita, ma non sentono la necessità di andare oltre.

La compartecipazione è un momento di conversione comunitaria in cui ci si prende a carico a vicenda per ciò che riguarda la vita spirituale di ogni coppia. E' un momento di verità utile soltanto se siamo capaci di far cadere le nostre maschere e mostriamo in tutta sincerità i nostri limiti o condividiamo i nostri progressi. Non ci sentiamo giudicati, ma incoraggiati dai progressi degli altri in quello in cui noi incontriamo maggiori difficoltà, e allo stesso tempo magari riusciamo a essere di stimolo per una coppia che non ha ancora trovato un momento per pregare o non riesce ancora a fare il dovere di sedersi. Ci sosteniamo in un esercizio di carità che incoraggia all'impegno, alla verità, alla gioia, e soprattutto aiuta a non scoraggiarsi perché il cammino non è semplice ma è comunque alla portata di tutti.

Anche se all'inizio può sembrarci tutto troppo impegnativo, pian piano il metodo diventa uno stile di vita e la preghiera, il dovere di sedersi, e tutto il resto, non ci pesano perché non sono più i compiti da fare per la riunione successiva, ma momenti importanti che arricchiscono la nostra vita, accompagnando le nostre giornate, e suggerendoci indicazioni preziose per trovare il cammino.

E' stato bello percorrere questo pezzo di cammino insieme a voi, incrociare i nostri sentieri, ma soprattutto vuotare il contenuto del nostro zaino per dare e ridare senso a ciò che ci portiamo appresso, che è ciò che ci permette di continuare ad andare, giorno dopo giorno, incontro a quel progetto d'amore che Dio ha pensato per noi.