



Comunità di Caresto Libertà e condizionamenti nella vita di coppia. 3

La verità vi farà liberi: i passi 'positivi' per questo cammino

* Gesù più volte ci ha parlato della liberazione, sulla quale si danno interpretazioni diverse. In genere tutti riconoscono che si parli di liberazione psicologica e spirituale; alcuni (teologia della liberazione) non esitano ad applicarla anche alla liberazione fisica e politica. Nel Vangelo secondo Giovanni al cap. 8,32 si legge: "... conoscerete la verità e la verità vi farà liberi". Poco più avanti "...se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete liberi davvero". Nel Vangelo secondo Luca 4,18 troviamo il grande annuncio di Gesù: Lo Spirito del Signore... mi ha mandato per proclamare ai prigionieri la liberazione e ai ciechi la vista; per rimettere in libertà gli oppressi.." Paolo nella seconda lettera ai Corinzi - cap. 3,17 così scrive: "Il Signore è Spirito e dove c'è lo Spirito del Signore c'è libertà". E in Galati - cap. 5,1 - "Cristo ci ha liberati perché restassimo liberi; state dunque saldi e non lasciatevi imporre il giogo della schiavitù".

Cercheremo di vedere in una luce sorprendente e strettamente collegate queste tre grandi dimensioni, applicate alla vita di coppia e di famiglia: **Verità - Libertà - Felicità**. (la verità non è contro la libertà o contro la felicità, come spesso viene da pensare, ma il contrario!)

Quale libertà? Essa ha vari aspetti, tutti importanti.

C'è una libertà fisica di cui abbiamo bisogno, che viene impedita dal carcere, dalle catene, dalle vessazioni di un padrone prepotente..**C'è una libertà politica**, che fa lottare contro quei governi che conquistano e sopprimono i diritti fondamentali della persona. Senza entrare nel dibattito, se anche queste precedenti libertà entrano o no nell'annuncio cristiano, noi prenderemo in considerazione soprattutto un altro tipo di libertà, quella - diciamo - **psicologica e spirituale**, per la quale certamente Gesù ha parlato; quella che spesso è trascurata. **Quante persone infatti pensano di essere libere e non lo sono!**

Si tratta qui di prendere in considerazione i condizionamenti psicologici come la paura, la soggezione alle mode e alle opinioni della gente, gli obiettivi sbagliati; la stessa ignoranza, l'incoscienza, l'agire sotto l'impulso delle passioni è prigionia. Gesù

dice che il peccato (nel senso più esteso) è la causa più subdola della nostra schiavitù e infelicità e che, solo riportando Dio al di sopra di tutto, la nostra persona si sentirà salva e serena.

Dai tanti passaggi elencati precedentemente emerge bene come quei condizionamenti, che sono stati descritti, impediscono la vera gioia; a causa di essi la gente sembra libera ma non lo è; sembra felice ma non lo è. Oggi soprattutto la gente appare maggiormente scontenta (sono anche le statistiche ad evidenziarlo), nonostante tutti abbiano un tenore di vita enormemente superiore a cinquanta anni fa.

Ci sentiamo maggiormente liberi quando siamo più sereni, meno turbati, meno condizionati; per questo non si dovrebbero mai fare scelte importanti o definitive in momenti di crisi, di condizionamenti, di sentimenti forti, perché non saremmo nella condizione di fare scelte davvero libere e giuste.

E' assolutamente importante passare a comportamenti fondati su verità e non su sistemi illusori. **La ricerca della Verità quindi è fondamentale per la mia/nostra felicità.**

Il regno dei cieli e' vicino

Uno dei primi annunci evangelici di Gesù è "Convertitevi perché il regno dei cieli è vicino (Mt. 4,17)". Il che contiene due verità: **la prima è che il Regno di Dio, che è verità, gioia, amore, pace, giustizia... non è semplicemente il Paradiso dell'aldilà; il Suo Regno non è lontano, non dipende da chissà quali rivoluzioni future; non dipende dagli altri o dal cambiamento della società attorno a noi, non è lontano tra le nuvole, ma è vicino a noi, è possibile, è alla nostra portata.**

Ma c'è un secondo messaggio importante: il godere questo Regno che Dio ci dona è collegato al nostro cambiamento (conversione); non al cambiamento degli altri e del mondo; non dipende soltanto da Dio (fatalismo). Se la mia serenità dipendesse dal coniuge o da mio figlio o dal mio vicino fastidioso o dal capo che mi tormenta, rischerei di essere sempre infelice, fino a quando non sarò riuscito a convertirli, cosa assai ardua; o a farli scomparire! Se invece intuisco che essa può dipendere da me, la vedo alla mia portata: sarà forse difficile ma non più impossibile; dovrò capire, sforzarmi, esercitarmi, ma è alla mia portata; è vicina.

Che significa "convertitevi.."?

Sono diffuse in proposito convinzioni bizzarre o anacronistiche: che cioè la conversione predicata da Cristo richieda il diventare spirituali e..(quasi) non più di questo mondo; entrare in un convento... o cose simili; smettere di fare quello che si fa ordinariamente per pensare a Dio, moltiplicare le preghiere ecc.. Un giorno il vescovo volle partecipare al ritiro dei ragazzi che si preparavano alla Cresima e a un certo punto della sua esortazione domandò: "Volete voi diventare santi?". Si aspettava una scontata risposta affermativa; ma i ragazzi erano turbati, e già qualcuno sembrava dire di no; finché uno più coraggioso rispose: "A noi non piace andare in un convento e diventare prete o frate" Si capì bene come mancasse una educazione alla spiritualità laicale e matrimoniale.

A noi famiglie non viene chiesto di lasciare il mondo (la vita di famiglia, il lavoro, le attività sociali varie..) ma di viverci dentro con animo luminoso e limpido. **Il cambiamento richiesto non sta nel variare ciò che facciamo e che siamo tenuti a fare quotidianamente, ma nel migliorarne i modi e lo stile.**

Cambiare chi o che cosa?

Di fronte a una situazione matrimoniale difficile o in crisi viene facilmente di pensare al cambiamento fuori di noi: "Non eravamo le persone giuste per vivere insieme; abbiamo incompatibilità di carattere; è un dato oggettivo; abbiamo sbagliato a sceglierci ed è necessario perciò lasciarci e cercare una persona più giusta altrove".

Quasi sempre ciò di cui dobbiamo liberarci invece non è la persona né la relazione che abbiamo con essa, ma dobbiamo revisionare (ciascuno dei due dovrebbe farlo!) il nostro modo di ragionare, di relazionarci, di comportarci. Sono questi modi di ragionare e di agire, che continuano a generare relazioni sbagliate; queste dunque vanno revisionati (cambiati), per poi procedere alla conquista di un modo migliore di pensare e agire... **Anche qui il cambiamento non è fuori di me/ di noi ma dentro noi stessi.**

E' chiaro che questo difficilmente può essere effettuato da uno solo dei due. **Il matrimonio non è un volontariato, ma una alleanza, una coppia, una relazione che necessariamente coinvolge entrambi.** Talvolta l'iniziativa può partire da uno dei due, il quale però cercherà necessariamente di coinvolgere anche l'altro ed è così che ci si aiuta a vicenda. Non devo pensare come un 'single', pur bravo e perfetto: "Io voglio comportarmi bene, io voglio mettere Dio al primo posto, io per parte mia ho fatto pace; a me sembra di aver fatto tanti passi di conversione...". Questa trasformazione positiva (se è vera) dovrà essere (pur con fatica) concretizzata dentro la vita della tua coppia e famiglia.

C'è un equivoco che può sorgere. Il "cambiare se stessi" non significa che uno debba rassegnarsi o darla vinta all'altro o smettere di cercare la verità e la giustizia. No, Gesù ci ha invitato a cambiare il mondo attorno a noi, non ci ha insegnato solo una via interiore, alla maniera di certe filosofie orientali, disinteressandoci di ciò che vive accanto a noi.

Quindi possiamo e dobbiamo impegnarci a costruire il bene attorno a noi. Ma questo esige innanzitutto un lavoro interiore per avere nella mente e nel programma una idea giusta: sarebbe deleterio infatti sacrificare la propria vita per una causa sbagliata! **Già solo questo ci dice l'importanza del 'convertitevi e credete al Vangelo'. (Mc.1,15)**

Ma, soprattutto nelle relazioni interpersonali, come quelle della vita di coppia, si apre un campo vasto di azione; tutto il nostro impegno non può essere limitato al cambiamento degli altri. Infatti molto spesso abbiamo come la sensazione di non riuscire a cambiare nulla: il vicino resta lo stesso, nonostante i molti nostri interventi; il coniuge resta uguale, nonostante tante discussioni fatte; nostro figlio non vuol proprio cambiare ecc...

E poi ci sono situazioni dove non è proprio possibile tornare alla situazione precedente, come dopo un lutto, una separazione matrimoniale, un crack finanziario ecc.. Allora che si fa? ci si arrende? Ci si dispera? Si grida "E' tutto finito?".

Qui ci rendiamo conto di quanto sia ricco di speranza questo messaggio, perché scopriamo che c'è ancora qualcosa, anzi molto da fare.

La madre di R. (separata perché è stata lasciata da suo marito), è fortemente avvilita e non si dà pace: "Come è potuto succedere proprio a noi! Siamo cattolici praticanti, ci teniamo così tanto alla famiglia; abbiamo educato nostra figlia nel migliore dei modi! Perché Dio ci abbandona così?! Non mi va più di uscire e incontrare parenti e amici che forse pensano male di me". Tutta la preoccupazione di quella madre è concentrata nel cercare le colpe; in sé, nella figlia, in quel 'delinquente' del marito, in questa società, in questo mondo sbagliato.. (ma allora ha sbagliato anche Dio!).

Quando avviene un lutto molto coinvolgente, o una separazione o un importante evento doloroso, facilmente sbocciano queste domande: "Cosa abbiamo fatto di male per meritarcì questo? Perché a me, perché proprio a me? Perché?". Queste interrogazioni filosofiche sui perché e sulla giustizia o ingiustizia di Dio e della Vita, in genere non hanno risposte convincenti.

Occorre passare ad altre domande o ricerche che possono avere una risposta convincente, anche se non facile: "Come possiamo venire fuori da questa tragedia? Come uscire dal pozzo in cui sono precipitato?". Queste ci rendono coscienti della situazione e ci convincono a reagire e coinvolgerci attivamente; mentre le prime domande portano il nostro pensiero a cercare in altri i responsabili della dolorosa situazione o a fare delle filosofie.

Mettere al primo posto Dio e la sua giustizia.

Mettere Dio al di sopra di tutto, aspettarsi la salvezza prima di tutto da Dio e non da altre sorgenti: questo in sintesi è convertirsi; ciò non vuol dire fatalismo, cioè lasciare che Dio faccia tutto e noi siamo solo ad aspettare che Egli faccia il miracolo.

Non si deve strumentalizzare Dio come se Egli fosse lì a fare certamente quello che pensiamo noi. Anche nei confronti di Dio si possono formulare aspettative e pretese: Infatti anche Gesù alla seconda 'tentazione del diavolo' rispose "Sta scritto: non tentare il Signore tuo Dio" (Mt 4,7)

Se è vero che Dio è il promotore e l'ispiratore, noi però siamo le sue membra; quasi fosse l'anima e noi il corpo. In altre parole noi dobbiamo fare certamente la nostra parte; ma è necessario che la nostra azione sia ispirata bene, illuminata bene; altrimenti l'azione può diventare negativa invece che positiva.

Mettere Dio al primo posto non è semplicemente avere la parola 'Dio' sempre sulla bocca o nel credere teorico che Egli esiste da qualche parte nei cieli...

I grandi santi avevano sintetizzato così: occorre credere e agire per parte nostra come se tutto dipendesse da noi; e contemporaneamente, credere e affidarsi a Dio come se tutto dipendesse da Lui.

Come facciamo a sapere qual è la volontà di Dio e che cosa è la vera giustizia? L'ispirazione di che cosa sia giusto o ingiusto non può venirci dall'opinione pubblica, da 'cosa dice la gente'; o dallo stare assolutamente lontano dai problemi...

Mettere Dio al primo posto è considerare i valori divini come i valori più importanti. Al primo posto l'Amore (e non semplicemente le passioni), la ricerca della Verità (cioè ciò che è davvero giusto, vero, bello, onorevole, valido, buono; e non semplicemente quello che mi conviene), la vera gioia (che è diversa dai piaceri), la pace (che è diversa dal mettersi in disparte a farsi i fatti propri); mettere al primo posto la volontà di Dio (che si ricerca attraverso l'ascolto della sua Parola, leggendo e meditando la Sacra Scrittura, attraverso la preghiera e la meditazione; con l'aiuto dei documenti della Chiesa, grazie alla ricerca, lo studio, il silenzio, il consiglio di persone sagge; mettere al primo posto la buona relazione e intesa di coppia (e non soltanto la convinzione che "io ho fatto la mia parte"))...

Potremo anche sbagliare nell'individuare il vero bene, ma se c'è questa tensione e questa ricerca sincera, ci accorgeremo presto e ci correggeremo e saremo più attenti in futuro. Ogni piccolo passo che facciamo per ristabilire questa gerarchia dei valori, è un passo in avanti sulla via della serenità e della vera gioia.

Cambia te stesso

* Spesso la superficialità non ci fa vedere la realtà che è in movimento. Quel marito (o moglie) non è più attento al suo matrimonio come nei primi anni; non si preoccupa più di conquistare il suo coniuge; la sua famiglia sembra a posto non ha bisogno della sua cura e attenzione; dà per scontato tante cose; poi si accorge che le persone attorno a lui sono cambiate (i figli che cambiano, gli amici, il coniuge stesso...) e lui non si è accorto; aveva gli occhi ma non vedeva, aveva orecchi ma non sapeva ascoltare. Lui stesso stava cambiando, ma era distratto da altri impegni. Dove sta l'errore? Nella incapacità sua di cambiare mentalità, adeguandosi ai veri attuali problemi e affrontando la vera vita che gli sta davanti.

* Di fronte a un problema familiare o coniugale è più facile all'uno o all'altro dire "E' abbastanza chiaro che tutto questo dipende da lei - dipende da lui. Se lui/lei modificasse quegli aspetti del carattere, se fosse diverso...". Un approccio così facilmente degenera in critica, pretesa, conflitto. Non è certo un approccio d'amore, ma di imposizione che purtroppo non risolve. Si pensa cioè che la fatica del cambiamento debba essere fatta dall'altro.

Quale potrebbe essere l'approccio migliore? Io che dico: "C'è questo problema: che cosa posso fare io per risolverlo?". E l'altro che dice "Come posso fare la mia parte per affrontare e risolvere questa difficoltà". E ognuno nel dialogo mette la propria parte. Si ottengono più risultati puntando su questo metodo (basato sulla conversione di sé in coppia), piuttosto che stare lì a tentare di spiegare all'altro ciò che l'altro deve fare!!

* **I cambiamenti ci coinvolgono tutti**; è sciocco dire che a noi non capiteranno mai. Occorre essere flessibili di fronte ai cambiamenti: anzi sarebbe stato meglio che ci

fossimo accorti prima o che avessimo cominciato prima ad adeguarci al cambiamento; avremmo saputo rispondere meglio alla situazione e mantenuto una posizione meno svantaggiosa.

In genere facciamo fatica ad accettare il cambiamento, soprattutto se esso è grosso e sconvolgente; abbiamo paura di ciò che è diverso: sembra che ci derubi quello che abbiamo (rifiuto della realtà!). Preferiamo talvolta restare aggrappati alla situazione che non c'è più nella vana attesa di un miracolo o nell'arrabbiarci o maledire il destino, o pensando di vendicarci..

Perché fare lo sforzo di migliorare e allargare la propria coscienza è un lavoro che costa molto impegno. E' molto più comodo dormire indisturbati, piagnucolare sul proprio derelitto destino, non agire mai per modificarlo, spettegolare sull'uno e sull'altro, ammalarsi continuamente per attirare l'attenzione su di sé. E così perdiamo tempo e occasioni per aggrapparci al treno che è arrivato e che sta partendo...

Abbiamo un grande desiderio di libertà e felicità, eppure tanti sembrano degli esseri che si trascinano appresso un bagaglio enorme, un pesantissimo carico di oggetti inutili che rallentano il cammino. Possiamo decidere ora, in questo momento, di lasciare tutto ciò che è inutile e proseguire incredibilmente più leggeri.

LAVORO PERSONALE E DI COPPIA

Siamo sicuri che non sia sufficiente una giornata nebbiosa a metterci di cattivo umore e portarci a dimenticare i buoni propositi?

Di fronte alle difficoltà e agli imprevisti ci succede di bloccarci sulle domande: Ma perché proprio a noi? Saremo sfigati? Qualcuno ci ha fatto delle 'fatture'?

Ci mettono paura i cambiamenti?

Cosa faresti se non avessi paura? Quando superi le tue paure ti senti libero?

Di fronte a una difficoltà e problema, quale atteggiamento in noi è prevalente:

A.Mi viene di dare la colpa all'altro e chiedergli di fare qualcosa o di fare la sua parte;

B.Cerco e trovo un tempo in cui interrogarci ambedue "Cosa IO posso fare per .."?