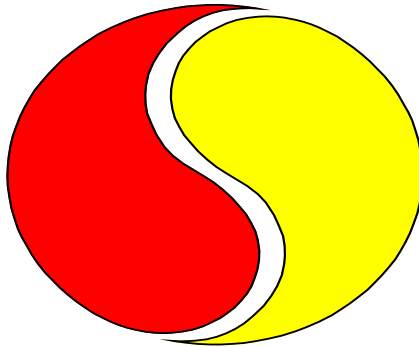


FAMIGLIE IN... FORMAZIONE
percorso per coppie di sposi



IL CONFLITTO NELLA COPPIA
Dal conflitto alla cooperazione

*“ In verità vi dico: se il chicco di grano caduto in terra
non muore, rimane solo;
se invece muore, produce molto frutto “*
(Giovanni, 12,24)

Nashrudin
[un "Bertoldo" arabo]

Nashrudin era in viaggio con la sua sposa e portava un pesante incudine.

Dopo aver camminato per un buon tratto, disse alla sposa: "Fermati che vorrei baciarti".

La sposa si rifiutò.

Disse Nashrudin:

"Senti, sto portando quest'incudine perché sono parecchio più basso di te e devo salirci sopra per poterti baciare bene; non pensi che io meriti il tuo affetto?".

"Per quel che mi riguarda, replicò la donna, trovo sciocco il tuo sacrificio e del tuo bacio ne faccio a meno. Bada invece ad accelerare il passo!".

Domanda n°2

Le cose non dette rimangono attive e influenzano il modo in cui leggiamo i successivi comportamenti dell'altro.

Conservare un archivio di torti subiti, ruminati e non verificati, ci impedisce di guardare negli occhi l'altro, appesantisce il nostro cuore con risentimenti e ci ostacola nella condivisione di vita.

Come mi sono sentito/a dopo una litigata dove io l'ho avuta vinta?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Come mi sono sentito/a dopo una litigata dove tu "hai vinto"?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Il conflitto si può gestire cercando altre vie

Potremmo incominciare a pensare nuovi modi per stare bene insieme.

A che mi serve avere ragione se poi ho a che fare con una persona frustrata, e, il più delle volte, desiderosa di vendicarsi?

Siamo così presi dalle nostre ragioni da dimenticare ciò che davamo per acquisito:

- Che il modo diverso di vedere le cose del mio partner arricchisce il mio sguardo...

- Che il modo diverso di sentire le cose del mio partner arricchisce il mio cuore...

- Che il modo diverso di agire del mio partner arricchisce le mie possibilità...

Perché non proviamo a risolverli con un po' di fantasia e complicità?

Proviamo a ripensare alla scenetta che abbiamo precedentemente rappresentato, cambiando la conclusione in modo da far emergere modalità diverse nell'affrontare una situazione di conflitto.

Prendiamoci 5' per ripensarla e poi riproponiamola...

.....
.....
.....
.....
.....

Passi... diversi

Richiamare l'esperienza di chi ha fatto della sua diversità la strada quotidiana per esprimere amore: Gesù!

Il suo vissuto ha cercato di esprimerlo attraverso immagini che possono parlare alle nostre relazioni familiari.

Mc. 13, 34 Vegliare

34 È come uno che è partito per un viaggio dopo aver lasciato la propria casa e dato il potere ai servi, a ciascuno il suo compito, e ha ordinato al portiere di vegliare. 35 Vigilate dunque, poiché non sapete quando il padrone di casa ritornerà, se alla sera o a mezzanotte o al canto del gallo o al mattino, 36 perché non giunga all'improvviso, trovandovi addormentati. 37 Quello che dico a voi, lo dico a tutti: Vegliate!''.

Lu 9,23 *Poi, a tutti, diceva: "Se qualcuno vuol venire dietro a me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce ogni giorno e mi segua.*

Rinnegare se stesso = Smettila di pensare a te stesso...

E' possibile vivere la fatica della diversità senza cadere nel ricatto?

E' possibile superare il momento di conflitto senza che ci siano perdenti o sopraffatti?

E' bello pensare alle diversità per quello che effettivamente sono: doni che ci hanno attirato all'inizio della relazione coniugale, come all'inizio di ogni nascita...

La parola di Gesù non è solo esortativa, ma diventa la possibilità di purificare il nostro amore ferito dall'orgoglio. Perché Lui ha smesso di pensare a se stesso lasciandosi inchiodare in una " veglia " che rimarrà tale fino alla fine dei tempi. Così anche noi possiamo rimanere svegli, vivendo la speranza di realizzare nella croce la nostra reciproca fedeltà.

*Ecco il superamento del conflitto: **Vegliare fin che lo sposo venga!***

.....
.....
.....
.....

Preghiamo!

Signore Gesù Cristo tu hai amato e ami ancora la tua Chiesa
tua sposa di un amore perfetto,
tu hai donato la tua vita di figlio di Dio
perché sia santa e irreprensibile nell'amore,
sotto il tuo sguardo.

Noi ti preghiamo, Signore, per le coppie divise,
per gli sposi separati e divorziati,
per i figli feriti e i figli ribelli,
accorda loro la tua pace, con Maria noi ti supplichiamo!

Rendi feconda la loro croce,
aiutali a vivere in unione con la tua passione,
la tua morte e la tua resurrezione:
consolali durante le prove, guarisci tutte le ferite del loro cuore.

Dona agli sposi il coraggio di perdonare dal profondo,
in nome tuo,
il coniuge che li ha offesi e che è a sua volta ferito:
conducili alla riconciliazione.

Sii presente in tutti con il tuo amore
e a coloro che sono uniti dal sacramento dell'alleanza
accorda la grazia di attingervi
la forza d'essere fedeli, per la salvezza della loro famiglia.

Padre amato, così ricco di misericordia,
per il legame del tuo Spirito
riunisci in Gesù, attraverso Maria,
tutte le famiglie, unite e divise,
perché un giorno tutti insieme
possano prendere parte alla tua gioia eterna.
Amen!

LAVORO PER CASA

Una coppia è tanto più vitale quanto più **sa vivere il conflitto** come occasione di confronto e mutamento della propria relazione, ma spesso c'è il timore che il conflitto distrugga la coppia stessa e **si preferisce sopravvivere nell'insoddisfazione** piuttosto che rischiare il cambiamento.

Ci sono molti modi di evitare il cambiamento ed il primo è quello di **negare l'esistenza stessa del disagio**, sostenendo che tutti hanno problemi e bisogna sapersi accontentare.

Un altro modo è **l'interruzione progressiva della comunicazione** su tutte quelle aree che potrebbero essere causa di disaccordo, ma così facendo si finisce per avere una relazione superficiale e di circostanza su argomenti sempre più ristretti fino a che la coppia, che non ha mai litigato, cessa di esistere a poco a poco.

Altrettanto inutile è **spostare il conflitto su altre questioni**, per cui si litiga sempre su tutto tranne che su ciò che entrambi riterrebbero essenziale: il loro modo di stare insieme.

Un ulteriore modo di sfuggire ad un confronto reale consiste nell'**attribuire sempre all'altro la responsabilità** di come vanno le cose e nel considerare il proprio comportamento come una conseguenza del comportamento dell'altro senza avvedersi che ne è contemporaneamente la causa: in tali discussioni sembra che si vada sempre alla ricerca di "chi ha cominciato per primo".

Occorre dunque educarsi al dialogo che è scambio autentico non solo di parole ma intimità a tutti i livelli della persona: corporeo, affettivo, spirituale, intellettuale e presuppone il rispetto di sé e dell'altro per potersi esprimere con franchezza e senza vergogna e per saper ascoltare con interesse e disponibilità ad accogliere e festeggiare la presenza dell'altro, valorizzandone l'unicità.

Se c'è qualcosa nel comportamento dell'altro che ci disturba, la cosa migliore è dirglielo invece di comportarsi in modo da farglielo capire, perché non è affatto detto che ciò avvenga.

(Educare all'amore di Roberto Lorenzini)

“...perché mai, per molti, fosse così difficile amare...”

John Pawell racconta una conversazione avuta con un amico psichiatra, al quale chiese perché mai, per molti, fosse così difficile amare.

Lo psichiatra sorrise convenendo che siamo fatti per amare, così come siamo fatti per crescere nel fisico. Ma proprio come certe malattie possono bloccare la nostra crescita corporea, così esiste un ostacolo preciso che ci impedisce di crescere nell'amore.

Poi chiese:

- Non hai mai avuto mal di denti?

-Sì – rispose Pawell.

- A chi pensavi, mentre i tuoi denti ti dolevano?

- Solo a me stesso.

- Ecco la risposta – concluse lo psichiatra - il dolore attira tutta l'attenzione su di sé, su di noi.

Un dolore fisico, un errore, un fallimento, un'angoscia o un rimorso, sono tutte sofferenze e ci privano della nostra capacità di amare, di rimetterci in relazione.

Purtroppo è più facile dare la colpa all'altro, piuttosto che guardarsi dentro e raccontare come ci si sente.

Ricordate quando si diceva: *non esiste la fortuna in amore, tutto dipende dal dialogo che c'è tra noi?*

Allora una coppia è affiatata non perché non litiga mai, ma litiga, però poi si confronta, si chiarisce, si perdona, prega insieme....

L'amore del dono

Prego per voi, perché possiate conservare nei vostri cuori la gioia di amare Dio, la gioia dell'amore e della bontà, e di condividere questa gioia con tutti quelli con i quali vi trovate, con le persone che lavorano

al vostro fianco, davanti a tutti i membri della vostra stessa famiglia.

Quello che importa non è la quantità del dono, bensì l'intensità dell'amore con cui lo diamo.

C'è qualcosa in più di cui vi posso parlare: della mia esperienza con i Poveri più poveri.

Devo ancora trovare la prima donna Povera disposta ad abortire.

Senza dubbio darà alla luce suo figlio.

È possibile che abbandoni la sua creatura sulla strada, ma non sarà lei a eliminare suo figlio.

È un qualcosa che dobbiamo imparare dai Poveri: la grandezza del loro amore per il figlio.

Preghiamo.

Chiediamo a nostro Signore che non si allontani dal nostro fianco nel momento della tentazione.

Perché allo stesso modo in cui fu tentato Gesù, il diavolo tenterà anche noi.

Non dobbiamo aver paura, perché Dio è amore.

Se Dio ci ama, dal momento che lui è Padre amoroso, non smetterà di aiutarci.

Quando ci rendiamo conto di aver commesso un errore, andiamo da lui e diciamogli: « Dio mio, mi spiace! Sono pentito! ».

Madre Teresa di Calcutta