

**Quaresima**

*Verso Gerusalemme = verso il dono totale*

1. ACCOGLIENZA (5')

Dopo i saluti e le necessarie attenzioni fare riferimento al lungo tempo passato dall'ultimo incontro.

Collegamento con l'incontro precedente (5')

E' bene richiamare i passaggi precedenti ... e lo scopo di questo itinerario ...

Vi invitiamo ad aprire il quaderno a pag 4 e a rispondere, ognuno per conto proprio alla domanda n° 1:

*" Siamo riusciti a trovare dei momenti per affrontare i dialoghi suggeriti? Quali aspetti abbiamo sentito importanti?*

*Quali sono i motivi che impediscono di trovare momenti per fermarci in coppia?*

Coppia per scrivere (5')

Condivisione in coppia (5')

Condivisione in gruppo (5')

2. PRESENTAZIONE DELL' ATTUALE INCONTRO ( 5')

Sta per iniziare ( o è da poco iniziato... ) il periodo quaresimale che, attraverso 5 settimane, ci farà entrare nella Settimana Santa per celebrare la Pasqua di Resurrezione di Gesù.

E' possibile arrivare a questa Settimana un po' più preparati e coscienti dei misteri che si celebrano?

" dono(Natale) che stiamo vivendo attraverso/nella nostra vita di coppia è il segno più sicuro che si sta realizzando quella promessa(Avvento) che anche a noi ha fatto il Padre ... Di qui il titolo: "Verso Gerusalemme" per indicare il senso del nostro cammino di coppia: sentiamo ancora viva la tensione di giungere al dono totale di noi stessi?'

Sempre attraverso il dialogo, in una comunicazione di coppia libera e sincera, continuiamo questo tipo di incontro focalizzando la nostra attenzione sul senso del dono, cioè a che cosa è finalizzato il nostro essere reciprocamente dono, che caratterizza la nostra vita di coppia, dove ci porterà? ..

Ecco perché abbiamo dato come titolo a questa terza tappa: "Quale direzione?". " pericolo in fondo di camminare da scapoli sposati non è mai definitiva mente superato... ecco perché ci invitiamo a verificare la nostra "direzione ... ".

Nel deserto della vita, c'è una Parola per noi!

Segniamo i passaggi di questa quarta tappa aiutandoci con un tabellone ... oppure facendo riferimento al quadro stampato nel libretto a p. 3

Quaresima quale direzione?

Il dono accolto e gustato ha bisogno di essere rigenerato (altrimenti è solo consumato) dalla Parola che un po' alla volta indicherà dove è incamminata la coppia:

verso Gerusalemme ... dove il dono accolto sarà a sua volta donato.

Il Segno: Croce

Solitudine e nudità.

La coppia guarda la croce, segno della fedeltà dell'Amore Trinitario, fonte della fedeltà della coppia.

La coppia fa preghiera, si mette in ascolto del proprio amore crocifisso. Mettiamoci in Ascolto: della nostra Relazione: continuamente rigenerata dal perdono. e della nostra Comunione: caratterizzata dalla fedeltà. Guardiamo alla Famiglia di Nazaret.

### **3. IL SEGNO CHE CARATTERIZZA QUESTO PERIODO (10')**

I segni liturgici della quaresima sono: il silenzio, la preghiera, il digiuno, il colore viola un ito all'essenzialità (altari spogli), la croce, le tentazioni, ...

Anche nella coppia la vita viene significata da segni quotidiani che realizzano ed esprimono il dono (amore di coppia).

Il dono trasforma i coniugi, li mette in cammino in dinamiche che fanno crescere e porta alla graduale consapevolezza di ciò che Dio ha loro affidato per se stessi e per tutti.

Fra i tanti segni vi chiediamo di fissare la vostra attenzione sulla croce (segno di negazione, sofferenza, fallimento. Ma anche segno di un amore totalmente donato.

Ogni matrimonio ha le sue croci piccole o grandi.

Quali sono le nostre?

Per aiutare le coppie a mettersi in relazione col segno della croce offriamo la riflessione di John Pawell e il gioco del fiammifero usato

- ➔ 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. Esperienza di coppia o breve indagine delle croci, piccole o grandi, che la coppia può vivere.

#### **Non risolvere i conflitti significa affogarci dentro**

La dinamica del fiammifero (o come fare per essere spesso frustrati)

Ho in mano una scatola di fiammiferi. La apro, ne prendo uno e lo accendo, ma poiché non voglio buttarlo via, lo rimetto nella scatola.

Che cosa succederà ogni volta che frugo nella scatola per tirar fuori un fiammifero? Il più delle volte tiro fuori il fiammifero usato ...

Nella nostra relazione, cosa rappresenta il fiammifero usato, bruciato?

Può significare una cosa non risolta, non chiarita, un conflitto lasciato sospeso, non perdonato, il far finta di niente, quando sappiamo invece che ci sarebbe da parlare, da confrontarsi ...

E' possibile che in altre successive situazioni frustranti emerga, si ripresenti, salti fuori.

Per questo sarebbero necessari momenti chiarificatori, che ci evitano di imbatteci, anche senza volere, in quel fiammifero usato, in quel nodo di sentimenti non risolti.

Il risentimento è: nutrito da delusioni vissute attraverso una moltitudine di piccoli particolari più o meno insignificanti: parole, sguardi, espressioni, gesti sono vissuti come lievito che fa fermentare, ingigantire, una mancanza, un'insufficienza, una svalutazione iscritta da molto negli schemi relazionali dell'uno o dell'altra.

Purtroppo, la delusione di imbatteci in quel fiammifero bruciato, non mi scoraggia a persistere in questo comportamento. Quello che non chiariamo diventa un muro tra noi. Per le persone che non amano, i muri sono più sicuri dei ponti.

Vi invitiamo a prendere il mano il nostro quaderno a pago 4 e a fare l'esercizio n° 2:

*Se potessi cancellare un momento del nostro rapporto, quale sarebbe? (Non andate a pescare nel passato remoto, ma in qualcosa di più vicino)*

*Coppia per scrivere (5')*

Se lo ricordo ancora significa che esso brucia ancora dentro di me. E' stato un periodo, un momento difficile, sofferto, del nostro rapporto.

Ora vi verranno consegnate due striscioline di cartoncino, riassumete la risposta nella parte centrale della striscia consegnata, contrassegnata con 1.

Ogni matrimonio ha anche i suoi punti di luce, momenti di intimità profonda, episodi di gioia intensa condivisa.

Domanda 2: *Se potessi rivivere un momento del nostro rapporto, quale sceglieresti? Riassumere scrivendo la risposta sulla seconda striscia.*

*Coppia per scrivere (5')*

Ora sistemate la 1 in orizzontale e sovrapponetevi la 2, ma in verticale.

Ecco la CROCE: sofferenza distruttiva e rinascita, solitudine e crescita, rifiuto e perdono, umanità e redenzione. La croce di per sé è solo sofferenza umiliata ... può far nascere positività solo per l'esperienza che ne ha fatto Gesù. "dono che Gesù vive nel sacrificio eucaristico (segno della croce) in modo così totale dà al nostro amore, bloccato dal peccato, la possibilità di rigenerarsi nell'esperienza del perdono.

N.B.: L'asta verticale della croce non copre, non nasconde, non cancella quello che abbiamo scritto nella parte orizzontale, ma lo può trasformare.

Rispondiamo ora alla domanda n° 3 a pag. 4

*"Che cosa mi fa capire questa dinamica? Quale insegnamento posso trarne per la nostra coppia? "*

*Coppia per scrivere (5')*

*Condivisione in coppia (5')*

*Condivisione in gruppo (5')*

#### **4. LA NOSTRA RELAZIONE SOTTO LA CROCE (5')**

Come si può passare dall' io ferito ad un "altro", noi? A un "noi" recuperato? Quale ruolo ha il perdono per vivere tale passaggio?

Il perdono è una forma specifica di revisione del passato in cui la coppia ripercorrendo le esperienze passate, vi rinvia sofferenze che non possono essere occultate.

Ricordiamo le parole di Gesù sulla croce: ... perdonali! Anche nel momento più tragico e doloroso, Gesù non ha mai perso di vista il dolore dell'umanità.

E' opportuno fermarsi, ascoltare e ospitare il dolore dell'altro, per evitare di rimuginare il proprio.

E' giusto tentare di ricostruire insieme le esperienze vissute riconoscendo le colpe inflitte e subite.

Ma è sufficiente? Cosa vuol dire "ricostruire insieme le esperienze vissute"? Se non riconoscere la presenza di una fedeltà che diventa fonte della nostra fedeltà?

Senza il confronto con il vissuto, così come l'altro lo interpreta, si rafforza la contrapposizione tra l'orgoglio di chi si sente vincitore e la lamentazione o la sete di vendetta di chi si sente vinto. Occorre prima creare le condizioni di disponibilità interiore, in modo che la parola o il gesto di riconciliazione non siano interpretati male.

Non si può cambiare ciò che è accaduto, ma si può trasformarne il significato, liberandolo dal peso della colpevolezza che paralizza i rapporti. I limiti di ciascuno possono divenire occasione per sollecitare ad un rinnovato abbraccio, che copra con la tenerezza la fragilità di entrambi. Si può passare dall' io ferito ad un altro noi, ad un nuovo noi.

Nell'economia della relazione il perdono è la cosa migliore.

In realtà non esiste tra coniugi un vincente e un perdente, ma si vince insieme o si perde insieme. Infatti, se vinci, non hai vinto, perché poi hai a che fare con un perdente triste, avvilito, negativo, o pieno di rabbia e desideroso di vendetta: nell'uno o nell'altro caso la convivenza è difficile.

A questo punto le scelte sono poche: o si tira avanti così, o ci si separa, o ci si perdona. Questo può significare:

- non buttare all'aria anni di gioiosa convivenza;
- ridarsi una nuova opportunità, per ricominciare su basi più consapevoli e mature il proprio stare insieme;
- rendersi entrambi responsabili della riuscita della convivenza. Tenerci per mano anche sotto la croce.

Vi invitiamo a fare l'esercizio n° 4 a pag. 5:

*Ripensando alla settimana scorsa, ti chiedo perdono per ... Ripensando alla settimana scorsa, ti ringrazio per ...*

*Coppia per scrivere (5')  
Condivisione in coppia (5')  
Condivisione in gruppo (5')*

### **5. UNA COMUNIONE VISSUTA NELLA FEDELTA' (5')**

La croce, segno della fedeltà del Padre, può diventare segno anche della nostra fedeltà? Anche se è una caratteristica umana in disuso, irrisa, disprezzata?

Ma tutte le grandi conquiste si ottengono con la fedeltà: nello sport, nella ricerca scientifica, nelle arti, ... nell'amore.

L'amore diventa così segno del dono gratuito, senza riserve, senza misura, che faccio per primo, per sempre.

**AMORE REDENTIVO**, spiegare il significato della parola.

(Parola dentro la storia del popolo ebreo. In una situazione di fallimento, la persona più vicina ne assumeva le conseguenze pagando e riscattando di persona in modo da offrire un nuovo futuro alla persona fallita/rovinata.)

La coppia può sperimentarsi in una vera e reciproca azione educativa, redentiva, che consiste nel suscitare nell'altro la capacità di accogliersi e di riconoscere i propri doni, perché solo questa consapevolezza, può aiutare il coniuge a riparare (fasciare) l'amore ferito dell'altro/a. Ciò è, in ultima analisi, un darsi vita reciprocamente.

E' possibile vedere in ciò la presenza dell'amore redentivo del Crocifisso!

La CROCE non è segno di passività o di rassegnazione, ma il segno di una volontà che vuole ridare all'uomo la sua dignità. Gesù non ha amato la sofferenza: "Sono venuto a dare la vita e a darla in abbondanza», non ha cercato la Croce: "Mi uccideranno, ma io risorgerò". Gesù ha amato la creatura umana.

Così la coppia non ama i conflitti (croce), ma riconoscendoli e superandoli può ritrovare se stessa, guarire reciprocamente le ferite con il perdono e ritornare a vivere.

La croce, attraverso il perdono, diventa segno del dono!

Riprendiamo il nostro quaderno per fare l'esercizio n° 5 a pag 6

*"Nelle esperienze ricordate dalle frasi sottoindicate dove ho sentito maggiormente significativa la mia fedeltà e quella del partner?":*

- *sopportare il negativo dell'altro;*
- *accogliere la diversità come provocazione per crescere e per aprirmi a progetti nuovi (sono centrato ancora su di me);*
- *sospendere il giudizio sull'altro per cogliere il positivo al di là del negativo;*
- *amare il progetto di Dio su di te, aiutarti a realizzarlo (accoglierti come sei non come vorrei o a mia misura, cioè con la tenerezza di Dio).*

*Coppia per scrivere (5')  
Condivisione in coppia (5')  
Condivisione in gruppo (5')*

## **6. GUARDIAMO ALLA FAMIGLIA DI NAZARET (10')**

### **Dal cap. 19 del vangelo secondo Giovanni**

*25 Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria di Clèofa e Maria di Màgda/a. 26 Gesù allora, vedendo la madre e lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: «Donna, ecco il tuo figlio!».*

*27 Poi disse al discepolo: «Ecco la tua madre!». E da quel momento il discepolo la prese nella sua casa. 28 Dopo questo, Gesù, sapendo che ogni cosa era stata ormai compiuta, disse per adempiere la Scrittura: «Ho sete». 29 Vi era lì un vaso pieno d'aceto; posero perciò una spugna imbevuta di aceto in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. 30 E dopo aver ricevuto l'aceto, Gesù disse: «Tutto è compiuto!». E, chinato il capo, spirò.*

25 Stavano ... la coppia è in piedi di fronte alla propria relazione crocifissa ... o c'è solo uno dei due? Maria, la fedeltà della famiglia di Nazaret, sola ai piedi della croce.

L'uomo e la donna, come Maria, contemplanò, nel dolore, il loro amore crocifisso.

26 Gesù allora, vedendo ... 10 sguardo dell'Amore fedele

" ... ecco il tuo figlio ... ecco la tua madre" Dall'Amore Trinitario crocifisso si apre un nuovo futuro per Maria: il senso della sua maternità ... anche per Giovanni, circa il suo essere figlio ... e proprio in una situazione di non ritorno (il fallimento della morte)

Gesù, l'amore crocifisso, vede e prende l'iniziativa, ridonando a Maria, alla coppia, la possibilità di ritrovare paternità e maternità nuovi, nuova sponsalità, nuovo rapporto filiale. Così la relazione viene rigenerata a tutti i livelli.

Questa dinamica può -essere vissuta nell'esperienza della coppia?

30 E dopo aver ricevuto l'aceto, Gesù disse: «Tutto è compiuto!». Non è solo una madre dolorosa col figlio agonizzante ... sulla croce tutto arriva a compimento: nuova umanità nata dalla fedeltà di Dio, il Padre di Gesù.

Non è lo sguardo soddisfatto di chi ha concluso un buon affare o ha raggiunto un buon risultato, ma è la coscienza di aver amato fino in fondo ( ... fino alla fine!)

Tra Gesù - Maria - il discepolo si instaura una comunità di vita, di esistenza "reale". L'evento della croce rivela non solo una donna dolorosa e un figlio agonizzante, ma anche la sposa che mette al mondo con lo sposo un essere nuovo, una nuova umanità ...  
COME?

- La nuova stirpe che Gesù e Maria mettono al mondo è generata nella fede Una fede che ascolta ... e mette in atto ...
- La nuova stirpe: una comunità di figli e di figlie, fratelli ... frutto di un concepimento e di un parto dolorosi.

Sotto la croce: Maria e i coniugi

- Il Crocifisso consegna Maria al coniugi ... perché la famiglia, (Chiesa), continui a generare, a essere feconda.

- Il Crocifisso consegna i coniugi a Maria ... perché è la madre dell'amore fatto carne.

Condivisione in gruppo (5')

## **7. INDICAZIONI CONCLUSIVE E SALUTI (3')**

