

Pasqua

quale vita?

**1. ACCOGLIENZA (5')**

Ci ritroviamo in questo periodo particolare: dopo Pasqua, ...

Richiamare il lungo periodo quaresimale e aiutare a riflettere su come la propria famiglia ha reagito e partecipato ai vari appuntamenti liturgici, non per un controllo di come o quanto si è partecipato, quanto invece per far emergere un vissuto sul quale innestare l'incontro odierno.

Il percorso quaresimale e la *Settimana Santa* sono inseriti nel normale ritmo lavorativo per cui bisogna che venga fatta una *scelta* per parteciparvi...

Curare il ricordo dell'incontro precedente attraverso i passaggi essenziali: il segno della croce... la nostra relazione sotto la croce (perdono)...la fedeltà del crocifisso e della coppia... e arrivare a proporre la domanda n° 1 a pag. 4 del libretto:

*"C'è un pensiero relativo all'incontro precedente che desiderate condividere?"*

*Oppure:*

*"C'è un pensiero relativo alla recente festa di Pasqua, che desiderate condividere?"*

Coppia per scrivere (5')

Condivisione in coppia (5')

Condivisione in gruppo (5')

**2. PRESENTAZIONE DELL'INCONTRO (10')**

E' stata celebrata la "Pasqua di Resurrezione di Gesù di Nazaret" che il credente ormai chiama "il Signore Gesù".

Cosa dice oggi questa festa alla nostra vita di coppia e di famiglia?

Può essere utile presentare su un tabellone il percorso finora fatto:

Un percorso che ci porta "alle sorgenti della comunicazione"

1. All'inizio della nostra vicenda umana è stata posta una **promessa** che si è concretizzata nel giorno del matrimonio. (Avvento)
2. Il segno che tale promessa si sta realizzando lo vediamo nel  **dono** reciproco. (Natale)
3. Abbiamo cercato di capire "**quale strada?**" Il camminare nella via della fedeltà.(Quaresima).

Abbiamo presentato a pag. 3 del libretto alcuni riferimenti alla vita di coppia circa la festa di Pasqua, guardiamoli assieme in modo da fare il percorso proposto con maggior partecipazione.

5. Pasqua

quale vita?

Vedere la vita oltre la morte. Passione, morte e resurrezione della coppia.

**Segno: Cero acceso**

la "luce" che è stata accesa nella nostra vita di coppia: è ancora accesa?

La fedeltà e il perdono alimentano questa luce.

Abbiamo ancora la speranza e il desiderio di cercare?

**Mettiamoci in ascolto:**

**Della nostra relazione:** lasciamoci illuminare sulla qualità della nostra relazione. In ricerca... delusa... spenta... ricca di speranza.

Quali sentimenti caratterizzano in questo momento la nostra relazione?

**E della nostra comunione:** quale *luce* illumina ora la nostra comunione?

**La Famiglia di Nazaret:** Maria e Giuseppe che cercano Gesù perso a Gerusalemme.

### **3. IL SEGNO CHE CARATTERIZZA QUESTO PERIODO (15')**

Partiamo da un aneddoto proposto dalla spiritualità Sufi.

Un giorno, un amico vede il "Mullah" inginocchiato per la via e intento a cercare qualcosa. Si avvicina e gli chiede: "Mullah, che cosa cerchi?"

Ed il Mullah risponde: "Ho perduto la chiave".

Oh, Mullah, che peccato! Ti aiuterò a cercarla .

L'amico s'inginocchia e domanda: "Mullah, dove l'hai persa?".

Ed il Mullah risponde: "L'ho persa in casa".

"Allora perché la cerchi *qui fuori*?"

E il Mullah: "Perché qui c'è più luce".

E' esattamente quello che facciamo noi sovente, nella nostra vita di coppia. Crediamo che tutto ciò che si può trovare sia là fuori dove è più facile cercarlo.

Invece le uniche soluzioni per noi sono all'interno della nostra coppia. Le risposte che ci servono le abbiamo soltanto noi, pur con tutti i nostri problemi, le nostre paure, la nostra confusione, con tutto ciò che noi siamo.

Quindi occorre cercare dove è sensato farlo. Le spedizioni al di fuori dalla nostra coppia sono inutili e ci conducono in luoghi dove è facile smarrirsi. (Il che non vuol dire che non si debba chiedere aiuto)

Cerchiamo di vedere se e quali sono stati i momenti o le circostanze che ci hanno visti "cercare" una soluzione fuori dalla nostra coppia.

Dinamica: la macchia (ovvero: concentrasi sul positivo)

Presentare alla coppia un foglio bianco su cui, preventivamente, abbiamo schizzato dell'inchiostro che ha prodotto una macchia.

Chiedere alle coppie cosa vedono. Lasciare lo spazio per ogni interpretazione. Sicuramente molti focalizzeranno l'attenzione sulla macchia e non sul foglio bianco. Riflettere insieme sul fatto che la macchia così piccola è stata notata da tutti, era in primo piano, mentre il bianco è diventato sfondo, indipendentemente dalle sue dimensioni.

Lo stesso concetto è ripreso dalla sapienza orientale: *"Due uomini guardano attraverso le sbarre della prigione: uno vede il fango, l'altro le stelle"*.

Vediamo quello che vogliamo vedere, il resto non ci interessa, o non vogliamo vederlo.

Aiutiamoci con la domanda n° 2 a pag. 4 del libretto:

*Cosa mi suggerisce questa esperienza se la riferisco alla nostra vita di coppia?*

Coppia per scrivere (5')

Condivisione in coppia (5')

### **4. IN ASCOLTO DELLA NOSTRA RELAZIONE (10')**

Riprendendo la dinamica della macchia: lo sfondo è lo scontato, quello che sappiamo che c'è, e proprio per questo non lo vediamo.

Allora il simbolo della luce ci aiuta a vivere l'esperienza del ricercare ciò che illumina me stesso e il mio partner, in modo che il bianco, il positivo emerga, sia in primo piano, per mettere alla luce la nostra relazione.

Giudicare l'altro e polemizzare con lui per farlo cambiare porta inevitabilmente, a lungo andare, a rancori e frustrazioni reciproche.

Quali sono gli effetti quando mettiamo in evidenza il negativo del nostro partner?

Lo facciamo sentire inadeguato, lo irritiamo, lo induciamo a difendersi e ad accusarci a sua volta.

Spesso ci nascondiamo dietro le buone intenzioni. Sottolineiamo l'errore del coniuge perché capisca, si corregga, migliori. Ma se esaminiamo la nostra esperienza sicuramente riscontriamo che le cose non vanno proprio così.

Quali sono gli effetti, quando invece mettiamo in evidenza il suo positivo? Il partner viene valorizzato, amplificato. Inoltre lo facciamo star bene, rafforziamo la sua autostima e forse sarà più positivo.

Conviene ad entrambi che l'altro stia bene. Allora sarebbe vitale aiutarlo, valorizzarlo, far emergere la sua parte migliore ed il rapporto andrà sempre meglio.

In concreto cosa fare? Non diamo per scontato quello che l'altro è, quello che l'altro fa, quello che l'altro ci dà, ma riceviamolo come dono sempre nuovo.

Riprendiamo il nostro libretto per l'esercizio n° 1 a pag.: 4

*Completa:*

*Mi ha fatto piacere...*

*Sono contento/a quando ...*

*Mi sono fidato/a ....*

*Hai fatto bene...*

*Ho notato il tuo impegno ...*

*Ho fatto con gioia quella cosa per te...*

*Mentre facevo (guardavo) ho pensato a te, a noi....*

*Per renderti felice io posso e voglio cambiare, perciò mi impegno a ...*

*So che non sarà facile, perciò ti chiedo di aiutarmi se... quando...*

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

## **5. ALCUNI SEGNI CHE ILLUMINANO LA NOSTRA COMUNIONE (5')**

Il "grazie" che non ti ho mai detto.

Consegniamo a ciascuno un fiore di carta. Vediamo di sistemare in modo giocoso qualche "Grazie" che ultimamente abbiamo dimenticato di dire.

Esercizio n° 2 a pag. 5

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

## **6. LA FAMIGLIA DI NAZARET (15')**

Maria e Giuseppe che cercano Gesù perso a Gerusalemme:

**Lu 2,41** I suoi genitori andavano ogni anno a Gerusalemme per la festa di Pasqua. **42** Quando giunse all'età di dodici anni, salirono a Gerusalemme, secondo l'usanza della festa; **43** passati i giorni della festa, mentre tornavano, il bambino Gesù rimase in Gerusalemme all'insaputa dei genitori; **44** i quali, pensando che egli fosse nella comitiva, camminarono una giornata, poi si misero a cercarlo tra i parenti e i conoscenti; **45** e, non avendolo trovato, tornarono a Gerusalemme cercandolo. **46** Tre giorni dopo lo trovarono nel tempio, seduto in mezzo ai maestri: li ascoltava e faceva loro delle domande; **47** e tutti quelli che l'udivano, si stupivano del suo senno e delle sue risposte. **48** Quando i suoi genitori lo videro, rimasero stupiti; e sua madre gli disse: «Figlio, perché ci hai fatto così? Ecco, tuo padre e io ti cercavamo, stando in gran pena». **49** Ed egli disse loro: «Perché mi cercavate? Non sapevate che io dovevo trovarmi nella casa del Padre mio?» **50** Ed essi non capirono le parole che egli aveva dette loro. **51** Poi discese con loro, andò a Nazaret, e stava loro sottomesso. Sua madre serbava tutte queste cose nel suo cuore. **52** E Gesù cresceva in sapienza, in statura e in grazia davanti a Dio e agli uomini.

Il percorso di oggi si è giocato su due verbi: Perdere... e cercare.

Cerco ciò che mi spiace aver perso.

Ci sono cose/persona che abbiamo perso, ma che non cerchiamo più.

Il dolore/delusione: che la persona amata con ci cerchi più.

La Pasqua ha riaperto la luce: Gesù è il segno che il Padre ci cerca sempre.

Due sposi cercano... il loro figlio... ricerca angosciata e lunga...

Contempliamo questa ricerca esaminando la risposta del figlio...lo hanno cercato fuori dalla loro vita...

La ricerca del figlio: la ricerca del proprio amore perduto?!

La risposta di Gesù può dare luce nuova a questa domanda? I momenti belli del passato non possono ritornare, possiamo invece "ritrovare" momenti belli attraverso il vissuto della vita che abbiamo davanti. L'angoscia non ha impedito alla coppia di Nazaret di cercare...

La gioia del "ritrovamento" ha aperto nuovi motivi di riflessione e di ricerca (cfr v.51).

- *Può essere utile verificare come si esprime il nostro dialogare quotidiano:  
" In ogni dialogo si è in tre: io l'altro e la verità trascendente il dialogo " (Talmud): Il dialogo vero fa che ad ogni istante preferiamo gli altri a noi stessi, e la verità agli altri.*
- *L'ascolto del cuore può aiutarci a cercare nella libertà ... in fondo la vita di coppia é la ricerca di due libertà che, nella diversità, ricercano quell'unità promessa dall'amore trinitario.*
- *"Il Dio che ci ha creati, ci ha dato l'uso della parola affinché scopriamo scambievolmente la volontà dei nostri cuori " (S. Basilio)*

La Luce viene da Chi brucia d'amore per me...

## **7. UNA LETTERA D'AMORE.**

Un altro "segno" che può illuminare la nostra relazione lo possiamo esprimere attraverso la lettera d'amore che vi invitiamo da esprimervi prendendo lo spunto dalla ricerca di questa tappa.

Vi proponiamo alcune utili indicazioni per non ferirvi:

- Iniziate la lettera con Caro/cara ... Oppure Amato/amata...
- Concentratevi sul vostro lui/lei pensando ad una sua dote positiva, una qualità vista di recente.
- Rispondete alla domanda/sollecitazione posta soffermandovi sui sentimenti che vengono suscitati e sui bisogni e valori a cui fanno riferimento.
- Esprimete il sentimento più forte provato di fronte al fatto (gioia, paura, rabbia, tristezza, disagio, ... ).
- Tenete al centro della vostra mente il vostro coniuge.
- Scrivete la lettera per confidarvi come al miglior amico.
- Non considerate la lettera uno strumento per ottenere qualcosa o per chiedere un suo cambiamento.
- La lettera deve parlare di voi, è una possibilità unica di aprire il vostro cuore all'altro in un atteggiamento di donazione che favorisce l'apertura del cuore del vostro coniuge.
- Concludete la lettera con un'espressione d'affetto e con un proponimento, un progetto (non una pretesa!).

Attenzioni per la condivisione di coppia ... nella lettura

- Disponetevi con il cuore in atteggiamento di massima attenzione e disponibilità verso l'altro.
- Siate vicini fisicamente e non disturbati o distratti da qualsiasi fonte esterna (TV, altri familiari, amici, ).
- Scambiatevi le lettere e leggetele da soli in silenzio.
- Leggete due volte la lettera:
  - la prima volta per capire ciò che ha scritto;
  - la seconda per ascoltare il suo cuore, per cogliere il suo stato d'animo e i suoi bisogni.

Prendete in mano il vostro libretto a pag. 5 dove troverete la seguente domanda:

*“ C'è stato un vissuto nel quale hai sentito la presenza del tuo partner come luce per una **ricerca** che ti stava a cuore?”.*

Per scrivere (10')

Condivisione in coppia (10')

Condivisione in gruppo (10')

**8. INDICAZIONI CONCLUSIVE E SALUTI (3')**

Sollecitare l'uso del libretto ritagliandoci momenti nei quali la coppia riflette e condivide il proprio vissuto.

Ricordare la data del prossimo incontro.