

Arcidiocesi di Milano

Servizio per la Famiglia

ARTIGIANI DELL'AMORE

**Accompagnare le coppie
nei primi anni di matrimonio**

Strumento per la formazione degli operatori pastorali

Anno pastorale 2019-2020

Testi biblici

© 2008 Fondazione di religione

Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena, Roma

Per gentile concessione:

© Francesco, *Amoris Laetitia*, Libreria Editrice Vaticana, 2016

© Commissione Episcopale per la famiglia e la vita, *Orientamenti pastorali sulla preparazione al matrimonio e alla famiglia*, Conferenza Episcopale Italiana, 2012

Pubblicazione a uso non commerciale

PRESENTAZIONE

Negli scorsi anni pastorali 2017/18 e 2018/19 come Servizio per la Famiglia abbiamo proposto e concentrato l'attenzione ai cammini di preparazione delle coppie alla celebrazione del matrimonio cristiano. Spesso diciamo che il matrimonio è l'inizio di un cammino, salvo poi lasciare le coppie "abbandonate" fino al momento in cui si ripresenteranno alla comunità per richiedere il Battesimo per i figli.

I primi anni della vita di una coppia sono però importanti e dovrebbero essere oggetto di una attenzione particolare. Sono spesso gli anni che determinano uno "stile di vita" di coppia e familiare.

Desideriamo quindi pensare alle giovani coppie di sposi la cui cura ci viene sollecitata dall'invito premuroso che *Amoris Laetitia* esplicita nei numeri dal 217 al 230. In essi troviamo lo spunto a pensare a come far emergere e consolidare il dono che le coppie ricevono nel giorno della celebrazione del matrimonio. Con la grazia del sacramento la vita è cambiata nello spirito, ma la coppia deve poter maturare nell'accoglienza di questo dono. Quale coppia può ritenersi diversa dal giorno prima di sposarsi al giorno dopo la celebrazione delle nozze? La vita di coppia richiede un continuo mettersi in gioco: *«La missione forse più grande di un uomo e una donna nell'amore è questa. Rendersi a vicenda più uomo e più donna. Far crescere è aiutare l'altro a modellarsi nella sua propria identità. Per questo l'amore è artigianale» (AL 221).*

Nel nostro interrogarci sull'argomento abbiamo sondato, attraverso il contributo di coppie e sacerdoti impegnati nelle comunità, la realtà diocesana. Abbiamo così potuto conoscere esperienze belle e feconde. Se pensiamo, però, alle tante coppie che attraverso i percorsi di accompagnamento al matrimonio hanno incontrato le nostre comunità, siamo consapevoli che molto ancora ci sarebbe da costruire.

Nelle pagine che seguono non troverete dei materiali per "confezionare" progetti o incontri dedicati ai giovani sposi, materiali che potranno esser facilmente accessibili in altro modo. Il nostro pensiero va invece nella direzione di fornire alcuni spunti per aiutare la progettazione di chi desidera mettersi in cammino con i giovani sposi per accompagnarli e sostenerli.

Abbiamo così pensato a un sussidio che possa favorire il confronto e l'approfondimento del tema per le commissioni di pastorale familiare, e per

tutti quelli che pensano di poter avviare esperienze di accompagnamento dei giovani sposi.

In questo testo confluiscono una riflessione sui succitati numeri di *Amoris Laetitia* offerta e condivisa dal coordinamento della pastorale familiare della Diocesi, contributi di approfondimento sul tema, alcune esperienze in atto nella Diocesi.

Abbiamo inoltre inserito alcuni strumenti che potranno essere consultati e utilizzati per ipotizzare progetti e programmi.

Esprimiamo a tutti coloro che hanno contribuito alla stesura di questo sussidio un sentito ringraziamento, e a coloro che ne faranno uso un incoraggiamento per un fecondo lavoro.

*Michela e Luigi Magni, don Luciano Andriolo
e coordinamento diocesano di pastorale familiare*

USCIRONO A SEMINARE...

Accompagnare gli sposi nei primi anni di matrimonio

Contributo dei coniugi Cristina Beccali e Massimo Lancellotti*

Per dare continuità al percorso intrapreso nei due anni precedenti, occupandoci della preparazione al matrimonio, siamo invitati a riflettere nelle nostre comunità sul delicato tema dei primi anni di matrimonio.

La preparazione delle coppie è compito importante e spesso questo percorso fa parte della consuetudine delle parrocchie e delle comunità pastorali.

Ma tutto questo non basta.

Spesso capita che comunque il percorso “non sia sufficiente”, che i giovani sposi necessitino ancora di essere accompagnati. In qualche caso possiamo raccogliere un timido bisogno di proseguire, magari in forza della bella esperienza intrapresa.

Il punto di partenza del nostro operare è suggerito dal sesto capitolo di *Amoris Laetitia*, dentro il quale il Santo Padre propone alcune *prospettive pastorali*.

Attenzione: non si sta parlando di obiettivi già raggiunti e consolidati ma di prospettive, mete a cui tendere, orizzonti da intravedere, sfondi da tenere presenti...

C'è tutto da costruire!

Il Papa infatti parla di una *sfida* della pastorale familiare!

Si tratta di un compito arduo, di non facile realizzazione.

Lo scenario che proponiamo può portarci a offrire uno sguardo da alcuni punti di vista:

* Referenti per la Pastorale familiare della Zona V – Monza

- ✓ “Chi siamo?”. Chi sono le persone che raccolgono la sfida di farsi promotrici di un'attenzione pastorale specifica, in questo campo? Cosa ci spinge a “farci in quattro” su questi argomenti?
- ✓ Chi prenderà spunto dall'esito di questo nostro lavoro? Stiamo lavorando per chi? A chi ci rivolgiamo?
- ✓ Conosciamo i destinatari? Oppure: da dove arriva la domanda di questo bisogno?
- ✓ Ci ricordiamo che *noi stessi* siamo famiglie e, nel panorama del desiderio e del bisogno di proseguire nei cammini, nulla smette di essere valido e necessario anche per noi?

Icona evangelica

L'icona evangelica che proponiamo come sfondo delle nostre riflessioni è la *parabola del seminatore* (Mt 13,3-9).

Stupisce la quantità di semi gettati dal seminatore. *Il risultato* di una semina così abbondante *può sembrare deludente*: tanto seme... tanto lavoro... piccolo il risultato... ma la piccolezza non va temuta, ciò che conta è che il frutto venga generato.

A noi spetta il compito di *uscire a seminare*, offrire molteplici opportunità, fare in modo che ogni coppia trovi la proposta più adatta a sé, senza la pretesa del raccolto abbondante!

- ✓ Siamo pronti a farci carico dell'onere dell'insuccesso?
- ✓ Leggiamo con attenzione e meditiamo su questa parabola.
 - Quale aspetto ci colpisce di più?
 - L'azione di seminare e l'abbondanza del seme?
 - Oppure la forza del seme rispetto alle diversità dei terreni su cui cade?
 - Ci rappresenta meglio qualche dettaglio del racconto oppure ci capita di trovarci a volte nell'una oppure nell'altra situazione?
 - Dove si trova il terreno da seminare?

Dice il Papa: «Il nostro compito è di cooperare nella semina, il resto è opera di Dio» (AL 200); e poi ancora: «Oggi la pastorale familiare dev'essere essenzialmente missionaria, in uscita, in prossimità, piuttosto che ridursi ad essere una fabbrica di corsi ai quali pochi assistono» (AL 230).

Che cosa significa allora “uscire a seminare”?

Il Papa utilizza quattro verbi e quindi quattro azioni precise da compiere:

- a) *Annunciare* il Vangelo nella famiglia oggi, cioè rendere noto, manifestare, diffondere, portarne il messaggio...

Quale messaggio ritengo centrale nel Vangelo?

- b) *Guidare* le famiglie, cioè condurre, essere un punto di riferimento, indicare la via...

In quale direzione condurre le famiglie?

- c) *Accompagnare* nei primi anni della vita matrimoniale, che significa andare insieme, affiancare con amicizia, farsi compagni di viaggio, proteggere...

Quali risorse mettere in campo per non lasciare sole le nuove famiglie?

- d) *Rischiare* crisi, angosce, difficoltà, ossia rendere chiaro, far ragionare e capire meglio...

Come illuminare i luoghi oscuri delle famiglie? Come farsi carico di problemi e di fatiche?

Ecco le parole del Papa che ben sintetizzano queste azioni: «La Chiesa vuole raggiungere le famiglie con umile comprensione, il suo desiderio è di accompagnare ciascuna e tutte le famiglie perché scoprano la via migliore per superare le difficoltà che incontrano sul loro cammino» (AL 200).

Quali verbi il Papa non utilizza

Possiamo fare una sorta di “esercizio”, provando a trovare alcuni verbi che, nel suo messaggio, il Papa non utilizza.

Spesso capita che essi entrino a far parte delle nostre preoccupazioni e buone intenzioni...

- *Organizzare*
- *Giudicare*
- *Insistere*

- *Predisporre*
- *Classificare*
- *Contare*

Nessuno di questi verbi è negativo, di per sé. Possiamo però ricercare un “percorso” che ci conduca a spostare l'accento nella direzione dello “sguardo nuovo”.

Possiamo passare...

- ✓ *dall'esperienza all'esempio*
- ✓ *dall'insegnare al condividere*
- ✓ *dagli intrecci di agende alla sana operosità*
- ✓ *dal selezionare al promuovere*
- ✓ *dall'offerta formativa al progetto pastorale*
- ✓ *dalle regole allo stile.*

Sì, è lo *stile* che modifica le cose. Modifica le nostre azioni nella direzione di un senso nuovo.

Siamo noi che con il nostro impegno e le nostre energie tiriamo fuori il meglio, anche dalle azioni che corrono il rischio di diventare critiche.

Si scorge un disegno “generazionale”, nel quale le famiglie collaudate o “esperte” si occupano di studiare un modo per “assistere”, accompagnare le famiglie di nuova generazione.

Anche in questo caso possiamo proporre un approccio un po' diverso, dove il tema dell'*accompagnamento “alla pari”* può essere il fattore che fa la differenza. Sì, “fratelli maggiori” che hanno a cuore la vita di nuove famiglie.

Spesso “ragioniamo di pastorale” applicandoci nella lettura dei bisogni; e questa è sicuramente una qualità necessaria nell'agire pastorale. Ma a volte nasconde un rischio: se il bisogno appare come nascosto, di difficile lettura, ci si lascia prendere da una forma di sconforto.

L'invito è quello in fondo di *alzare lo sguardo* e vedere oltre la complessità sociale del tempo, pensando in una dimensione che consenta di andare oltre la demotivazione dell'insuccesso.

La sfida in sintesi

E allora proviamo a fare sintesi e a raccogliere queste sfide:

1. Non abbandonare le coppie che si sono preparate al matrimonio.
In che modo la nostra comunità può essere un punto di riferimento per i giovani sposi?
2. Comunicare l'idea del cammino.
Quali tappe e iniziative da valorizzare?
3. Far sperimentare la bellezza e la gioia di essere inseriti in una comunità.
Quali occasioni da non perdere?
4. Aiutare a tenere accesa la luce della fede.
Quali messaggi diffondere tra le giovani famiglie? Come rischiarare le fatiche?
5. Creare e custodire relazioni autentiche.
Quali stili e valori da testimoniare e condividere?

Ecco il cammino che ci attende: «Bisogna aiutare a comprendere che il sacramento non è solo un momento che poi entra a far parte del passato e dei ricordi, perché esercita la sua influenza su tutta la vita matrimoniale, in modo permanente» (AL 215).



SPUNTI PER UN CAMMINO DELLA COPPIA NEI PRIMI ANNI DI MATRIMONIO

Contributo dei coniugi Roberta Fumagalli e Davide Ghisolfi

Quando una coppia inizia un nuovo viaggio insieme, è importante che abbia presenti alcuni aspetti che generalmente caratterizzano la relazione a due; infatti, più o meno volontariamente, si troverà a “inciampare” in alcune situazioni che tipicamente lastricano la strada della vita di coppia. Attraverso la creazione di gruppi di condivisione e confronto di neo coppie di sposi, le coppie-guida possono aiutare i più giovani a prendere coscienza di ciò che li aspetta, approfondirne gli argomenti e facilitare la comunicazione all'interno della singola coppia e tra i vari partecipanti.

Ecco alcune delle tematiche che, in modo più ricorrente, i giovani sposi potranno trovarsi ad affrontare. L'ordine in cui vengono presentate non rappresenta uno schema rigido da rispettare sequenzialmente, infatti ogni gruppo ha vita e tempi propri; sarà cura delle coppie-guida decidere insieme ai neo sposi quali siano gli argomenti più urgenti o che sentono maggiormente nelle loro corde a seconda della fase di vita che stanno attraversando. È consigliabile, infatti, essere flessibili e sapersi sintonizzare sulle frequenze dei partecipanti decidendo, di volta in volta, quale argomento trattare.

Dall'innamoramento all'amore

L'ideale di amore proposto oggi, definito neoromantico, coniuga il matrimonio all'esperienza dell'innamoramento. Oggi ci si sposa perché si è attratti dall'altro, ci piace, lo amiamo. L'innamoramento dà a ciascuno di noi la possibilità di intuire quella bellezza dell'altro che è chiamato a far venir fuori grazie alla relazione di coppia. Nella fase dell'innamoramento, dunque, si colgono in genere gli aspetti più positivi, piacevoli e spesso anche idealizzati dell'altro. Lo sposo/la sposa a rappresenta l'ideale di “principe” o “principessa” dei sogni di bambino, ci appare negli aspetti più belli e proietta

verso un futuro idilliaco. È importante conservare questa intuizione iniziale, che appare come un sogno su di sé e sull'altro, di come può essere l'amore tra un uomo e una donna, ma poi si tratta di realizzare concretamente quel sogno nella quotidianità.

Può capitare dunque di sentirsi delusi perché ci rendiamo conto che l'altro non è esattamente quello che avevamo sognato. Questa delusione è in realtà una grandissima occasione di crescita per la coppia, perché le permette di passare dalla fase di innamoramento a quella di amore maturo. Nell'amore maturo si accolgono i propri limiti e quelli dell'altro e insieme si condivide un progetto comune verso cui tendere. L'amore non è semplicemente un'emozione forte che si prova ma qualcosa che si costruisce lentamente e con un lavoro costante: è frutto di progettualità, di storia, di durata, di stima, di fiducia reciproca.

Maschile e femminile. Diversità e complementarità nella coppia

Gli uomini e le donne sono diversi per molte caratteristiche: pensano diversamente e di conseguenza agiscono anche in modi spesso incomprensibili all'altro sesso, che attribuisce a comportamenti simili significati che possono addirittura apparire opposti. Uomini e donne parlano cioè "linguaggi" differenti. Generalizzando, all'uomo piace sentirsi esperto e apprezzato per quello che fa, di fronte a un problema predilige l'azione immediata e risolutiva, ma spesso ha bisogno di solitudine; le donne, invece, più comunemente, vogliono sentirsi amate, si aspettano di ricevere i complimenti e vogliono condividere con altri (in particolare col partner) le proprie sensazioni e i propri pensieri. A fronte di queste diversità, comunicare può risultare difficile. Ma se si impara a conoscersi, evidenziando le peculiarità di ciascuno, parlare la "lingua" del nostro interlocutore di sesso opposto può diventare più semplice.

Il rapporto con le famiglie d'origine

Tra le maggiori cause di conflitto tra i coniugi oggi troviamo il rapporto con le famiglie d'origine, quindi è un aspetto a cui bisogna prestare molta attenzione. Quando ci si sposa con una persona, si accoglie anche il suo

passato, la sua storia, la sua famiglia d'origine. È indubbio che il mio essere figlio/a condiziona il mio essere coniuge e il mio essere genitore. È un equilibrio delicato, da coltivare. Dentro di me porto, in negativo e in positivo, l'influenza della mia famiglia d'origine, ma noi due, coppia, possiamo costruire una "nuova" famiglia tenendo a bada l'influenza del nostro passato.

È necessario innanzitutto prendere coscienza delle caratteristiche "ereditate" dalla propria storia personale e familiare, condividerle con il proprio partner e decidere cosa tenere di quelle esperienze passate e cosa si desidera non replicare. Gli scambi, spesso intensi, tra la giovane famiglia e le famiglie d'origine possono avere dei punti di forza (supporto, vicinanza, aiuto) ma al tempo stesso nascondere insidie che, alla lunga, possono incidere sulla qualità delle relazioni dei neo sposi (intrusioni, senso di obbligatorietà o costrizione verso i propri genitori, inadeguatezza, insicurezza). È dunque importante aiutare i neo sposi a delimitare i confini del rapporto coniugale in modo da sentirsi capaci, in grado e legittimati a costruire la propria famiglia secondo i criteri che loro hanno scelto e che ritengono utili al proprio progetto sponsale.

Il dialogo e il conflitto nella coppia

Presi dal fare quotidiano, rischiamo che il parlarci diventi solo un semplice passaggio di informazioni, invece il dialogo comporta confrontarsi su qualcosa, poter dire la mia, ascoltare i sentimenti, le emozioni che l'altro mi trasmette attraverso le parole e i gesti. Non è semplice, a volte, trovare il tempo materiale per dialogare, ma è possibile trovare risposte creative e originali adatte a ciascun momento importante in modo che a ogni dialogo si sappia trovare un tempo adeguato. Dialogare significa *ascoltare, parlare, domandare e rispondere*.

Se si desidera dialogare davvero, si deve saper ascoltare. O meglio: imparare ad ascoltare. Perché s'impara a parlare molto presto, ma l'ascolto viene col tempo. Del resto si dice che se il buon Dio ci ha formati con due orecchie e una bocca, dovremmo ascoltare il doppio di quanto parliamo! Spesso le conversazioni rischiano di trasformarsi in litigi con accuse reciproche. È sempre meglio formulare domande per comprendere a fondo la situazione piuttosto che dare già per scontate le intenzioni dell'altro. Questo è un

rischio frequente in cui incorrono le coppie, che porta inevitabilmente a “generalizzazioni” («sei sempre così», «non fai mai quello che ti chiedo») che etichettano l'altro senza dargli possibilità di rispondere per farsi capire. A volte il silenzio diventa il modo di affrontare le divergenze. Il silenzio nella coppia può essere il sintomo di una relazione giunta al capolinea.

Oltre al silenzio carico di ostilità o di indifferenza c'è però anche il silenzio pieno di ammirazione e carico di passione tipico degli innamorati.

Una ricerca attesta che gli indicatori che permettono di predire il successo di una coppia non sono tanto le caratteristiche positive di partenza dei due membri della coppia, ma la loro capacità di risolvere e affrontare le divergenze (saper confliggere bene).

Le fondamenta del rapporto di coppia

È importante far riflettere le giovani coppie su quali siano le fondamenta della loro unione: quali caratteristiche fondanti ha il loro rapporto? Quali sono i valori e gli ideali a cui fanno riferimento? Quali gli aspetti imprescindibili a cui non rinuncerebbero mai nel loro rapporto? Quale progetto di vita intendono costruire? Riflettendo su queste tematiche, relative alla sfera etica e valoriale delle persone, è possibile approfondire, esplicitare e condividere ciò che davvero conta nella vita a due, per costruire una casa solida e resistente alle intemperie a cui la vita ci sottopone. «Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbatterono su quella casa, ma essa non cadde, perché era fondata sulla roccia» (*Mt* 7,25).

I “tradimenti” verso la coppia

Tradire ha tantissime accezioni: lasciando sullo sfondo il tradimento classico, quello in cui il partner ti sostituisce con un altro/a lui/lei, esistono altre forme di “tradimento” che non vengono considerate tali, ma che corrispondono al violare la parola data. Certi tradimenti non hanno bisogno di amanti. Si tratta di tutta una serie di occupazioni “buone” per loro natura e che quindi vengono più difficilmente considerate delle intrusioni o aspetti negativi per la vita coniugale, ma di fatto tolgono il primato alla cura del

legame di coppia. È importante mettere in guardia i giovani sposi da questi possibili “tradimenti”. Alcuni di questi “amanti” potrebbero essere:

- *il lavoro*: quando da “lavoro per vivere” diventa “vivo per lavorare”. Il lavoro evidentemente è necessario per vivere, ma se diventa il centro della propria vita, occupando tutto il tempo, le energie e le risorse che uno possiede rischia di mettere a dura prova la relazione di coppia e familiare;
- *la carriera*: il desiderio di realizzarsi nella professione è sacrosanto, ma bisogna stare attenti che, per raggiungere alcuni obiettivi *esterni*, non si finisca poi per avere dei rimpianti su ciò che si è perso all'*interno* della famiglia;
- *il volontariato*: anche qualcosa di così nobile come l'impegno sociale o politico, se diventa prioritario rispetto a sapersi ritagliare tempi e spazi di vita privata nella coppia, può diventare una minaccia alla relazione coniugale;
- *gli amici*: ci sono coppie che non sanno stare sole, hanno sempre bisogno di trovarsi con altri per sentirsi appagate e complete, in nome del principio di essere “aperte” e non chiudersi al mondo. Questo può essere un campanello d'allarme di mancanza di comunicazione e intimità;
- *la guida spirituale*: anche la consulenza di un sacerdote o di una guida spirituale troppo presente può essere qualcosa di disfunzionale. Se uno dei partner si confronta più con la guida spirituale che col proprio compagno, se all'interno della coppia non si sanno prendere decisioni se non sono prima vagliate e avallate dal sacerdote di riferimento e così via, significa che un soggetto esterno ha troppo “potere” sulla vita di coppia;
- *le famiglie d'origine*: quando contano di più il consenso, l'approvazione, il consiglio dei propri familiari piuttosto che il confronto col partner, questo può essere un campanello d'allarme per la solidità della relazione (ma a questo tema, come detto sopra, merita di essere dedicato un intero incontro);
- *i figli*: anche l'arrivo di un figlio può rappresentare un evento che mette a rischio la vita di coppia. Soprattutto nel primo anno di vita del neonato, i partner, e soprattutto la neo mamma, sono impegnati anima e corpo a prendersi cura della propria creatura col rischio di dimenticarsi che il primogenito di ogni coppia è la coppia stessa, e necessita anch'essa di cure, manutenzione, alimento per non spegnersi. Anche quando i figli crescono, se diventano l'unico pensiero comune alla coppia, i coniugi

rischiano man mano di allontanarsi fino a ritrovarsi degli estranei e, diventati adulti i figli, non troveranno più uno scopo per stare insieme.

Tutte queste cose non sono di per sé negative, fanno parte della vita, ma diventano pericolose quando scalzano il/la consorte nella graduatoria delle priorità. Se l'altro sente di non essere la persona più importante nella vita matrimoniale, allora questo può generare problemi e incomprensioni.

La gestione del tempo

Di fronte alla frenesia della società contemporanea, dedicare un incontro a ragionare su come si utilizza il tempo, su come viene scandita la settimana, può aiutare a rendersi conto di quali siano le priorità che si danno alla propria vita. Tutti ci lamentiamo di non avere tempo per fare questo e quello, ma molto spesso non ci rendiamo conto di quanto tempo sprechiamo per cose che in realtà non sono così vitali. Quante ore dedichiamo al lavoro? Quante alle relazioni significative? E al giusto riposo? Può diventare un'occasione per riflettere anche sull'importanza del rispetto della domenica come giornata di riposo e giornata del Signore.

La sessualità coniugale

La forma più intima e profonda di comunicazione tra sposi è quella sessuale. Con delicatezza e senza violare la privacy di ciascuna coppia, è possibile avviare una riflessione e un confronto sul significato del rapporto sessuale nella vita sponsale. Si può parlare del significato del rapporto sessuale di coppia nella sua accezione più completa, cioè focalizzandosi non solo sull'atto in se stesso ma anche sugli aspetti che lo precedono, lo preparano fino al suo pieno compimento. Il rapporto sessuale è il risultato di una continua ricerca di equilibrio tra desiderio, pensiero, piacere e volontà. È un dono prezioso che facciamo all'altro e a noi stessi, è il modo per manifestarsi l'un l'altro l'amore reciproco.

L'atto sessuale completa e dà armonia al rapporto coniugale e può assumere aspetti e significati differenti negli uomini e nelle donne. L'unica maniera umana di compiere l'atto sessuale secondo il cuore è l'amore. Presenta

vari aspetti: unirsi per manifestarsi l'un l'altro amore reciproco; unirsi per la gioia di procurare piacere al partner; unirsi per confortare e consolare il coniuge; unirsi per rincuorare se stessi con la certezza della presenza intima di un essere amato e amante; unirsi per il desiderio di generare un figlio.

La coppia in preghiera

La preghiera è uno dei momenti di massima intimità tra due sposi e tra la coppia e il Signore. La preghiera coniugale si esprime soprattutto quando i due sposi sono insieme oppure, anche soli, quando ognuno di loro due ha ben presente l'altro. La preghiera coniugale può essere lunga o corta; come un atto d'amore essa non ha tempo. È bello che la coppia trovi nell'arco della giornata un momento per sé, per stare uno di fronte all'altro e insieme di fronte a Dio, per mettere nelle sue mani la vita personale e di famiglia, perché il Signore – come alle nozze di Cana – trasformi quella parte della loro relazione in vino, segno della gioia e della comunione piena.

Stima e fiducia reciproca

Dal punto di vista relazionale, essere capaci di stare senza l'altro significa accettare che la vita propria e quella altrui non si esaurisca nella coppia, nella consapevolezza che ci sono aree della vita del partner che sono "altro" (il suo passato, il suo lavoro, i suoi amici, i suoi libri) e che non mi appartengono, ma che possono essere accettate se si regala all'altro la libertà di avere spazi di crescita e di cambiamento anche fuori dalla coppia. È importante trovare il giusto equilibrio tra libertà e legame, sperimentare la serenità, la gratitudine e la meraviglia di una relazione che ha imparato a svincolarsi dalle briglie e muove i suoi passi nella libertà e nella responsabilità. La strada dell'equilibrio tra libertà e legame è la meta ambiziosa da ricercare, che racchiude in sé entrambi i significati, che non sono antipodici, ma anzi si potenziano l'un l'altro. Coltivare e lasciar coltivare spazi personali è una fondamentale misura preventiva del disagio di coppia, in quanto chiede a ognuno di imparare a rinunciare al bisogno di possesso e di controllo sull'altro.

La fiducia nasce:

- dalla *conoscenza dell'altro* nelle sue qualità e nei suoi limiti;
- dalla *stima dell'altro*: so che può rispondere alle mie aspettative e dove non ce la fa posso aiutarlo/a;
- dalla *condivisione di valori*: non temerò che alla prima occasione tu commetta qualcosa che possa ferirmi o deludere la fiducia che ho riposto in te, perché tu faresti la stessa scelta che farei io;
- dal credere nel nostro *comune progetto d'amore*.

Con queste premesse, è possibile costruire un rapporto che sia “per sempre”, cioè impegnarsi con tutte le proprie forze, pensieri, energie, per far sì che il rapporto di coppia funzioni e sia durativo.

L'arrivo del primo figlio: da coppia a genitori

Una coppia che decide di avere un figlio si trova in quella fase critica del ciclo vitale in cui si deve costruire lo “spazio fisico e mentale” per un terzo: un impegnativo passaggio dalla diade alla triade. La nascita del primo figlio è un momento in cui è facile perdersi di vista come coppia. Questo avviene perché i neo genitori si trovano dentro a qualcosa di più grande, di molto importante che li coinvolge totalmente a livello emotivo. Questo avviene in modo differente nell'uomo e nella donna.

La neo mamma si sente emotivamente e materialmente coinvolta a tempo pieno nell'accudimento del bambino, tanto che la nuova coppia che viene a costituirsi come prioritaria è appunto quella mamma-figlio. Il neo papà spesso si sente isolato e a lui è chiesto di compensare, contenere e sostenere le fatiche e i timori della neo mamma in questo periodo. D'altro canto, la donna ha avuto nove mesi per prepararsi, anche attraverso il proprio corpo, ad accogliere il nuovo nato, invece l'uomo, in genere, si rende conto di essere diventato padre solo quando il figlio viene portato a casa dall'ospedale. L'arrivo di un figlio, poi, mette in campo anche tanti significati relativi alle attese, alle aspettative che si proiettano sul nascituro, che oggi è sempre più scelto, desiderato, voluto, quindi caricato della responsabilità di realizzare il sogno sperato dai suoi genitori. Il figlio trasforma ognuno di noi in padri e madri, fa assumere nuovi ruoli, crea

una riconnessione tra presente, passato e futuro, sollecitando l'affiorare prezioso di parti di sé precedentemente mai emerse: chi è mio/a figlio/a? Che genitore sono? Che figlio/figlia sono stato/a?

La nascita di un figlio, inoltre, costringe la famiglia a un cambiamento nell'organizzazione familiare, che a volte mette a dura prova le neo coppie.

La generatività di coppia (oltre i figli biologici)

La coppia generativa è quella capace di andare oltre se stessa. La relazione tra due persone non deve basarsi unicamente sulla risposta a bisogni reciproci, ma deve essere capace di donarsi. L'esito della generatività, a differenza della semplice soddisfazione, segnala una capacità della coppia di uscire dall'autoreferenzialità e di divenire risorsa non solo per la famiglia, ma per la società nel suo insieme. Quando ci addormentiamo sulla routine, rischiamo di impolverarci dimenticando di ascoltare desideri profondi che chiedono di esprimersi ed essere liberati. Dall'ascolto di un desiderio nasce il concepire e far nascere qualcosa oltre la coppia, che potrà germogliare e crescere: un figlio (proprio o adottato), ma anche un'idea, un progetto, un impegno sociale o politico.

Prepararsi ad attraversare le crisi

Semplificando un po', possiamo raggruppare le ragioni delle crisi di coppia in quattro tipologie differenti.

- *Il tradimento del patto* che i due hanno deciso al tempo della formazione e del consolidamento della loro unione. Ogni coppia infatti ha degli accordi, espliciti e impliciti, che ne sostengono l'unità e proiettano verso il futuro.
- *L'insufficiente distanza dalle famiglie d'origine*. È necessario affermare il primato della relazione amorosa e paritaria col partner, che non scalza la dimensione originaria costituitasi coi genitori, ma la trasforma in sostegno a favore della coppia stessa: molte persone faticano a sciogliersi sufficientemente dalle proprie famiglie d'origine mantenendo legami impropri ed eccessivi che danneggiano la relazione coniugale.

- *La crescita disomogenea dei partner nel tempo.* Le persone cambiano nel tempo. Evolvere è umano e avviene anche nella coppia. La crisi può verificarsi quando il cambiamento riguarda solo uno dei due, mentre l'altro è rimasto indietro. Ciò che più sostiene il cammino evolutivo di una coppia è proprio la sua capacità di trasformarsi, adattarsi e modellarsi a seconda dell'evolvere del tempo, ma il movimento deve coinvolgere entrambi. Se uno dei membri della coppia si muove e l'altro resta immobile, la loro relazione ne soffre.
- *Avvenimenti imprevisti e insopportabili.* Un malessere può derivare da eventi eccezionali, stressanti e imprevisti che possono colpire la coppia e il suo progetto di vita: la nascita di un bambino portatore di handicap, una grave malattia invalidante che colpisce uno dei partner, una serie ravvicinata di lutti di difficile elaborazione, un tracollo finanziario o la perdita del posto di lavoro.

L'amore è un lungo viaggio, nel muoversi trova pienezza. La staticità è nemica dell'amore. Le relazioni durature, lunghe decine di anni, sono quelle capaci di trasformarsi e modellarsi col passare del tempo, senza rimanere legate a un passato immortalato in una vecchia immagine che non ammette di vedere un futuro in evoluzione.

L'essere in cammino potrà farci incontrare a volte degli ostacoli, delle difficoltà... ma solo la flessibilità, il cambiamento, la ricerca di un nuovo equilibrio permetteranno di superare piccoli e grandi ostacoli che la vita inevitabilmente prima o poi presenta.

«Le prove non sono il segno che bisogna chiudere l'avventura, ma spesso sono il segno che essa sta diventando interessante» (Christiane Singer).

ESPERIENZE



“NON C’È DUE SENZA TE”

Percorso per giovani coppie alla luce della Parola di Dio

Parrocchie di Novate Milanese – Zona 4

L'idea di pensare ad alcuni incontri da proporre alle giovani coppie, sposate da poco tempo o vicine alla fatidica data delle nozze, ci è venuta alcuni anni fa. Come coppie-guida nei percorsi parrocchiali di accompagnamento ai fidanzati che chiedono di ricevere il sacramento del matrimonio cristiano, ci siamo presto rese conto che, terminato questo tratto di strada, i neo sposi venivano poi lasciati soli ad affrontare la vita a due senza un reale supporto della comunità cristiana che li aveva preparati a questo importante passo della loro vita.

In effetti, di solito, le giovani famiglie vengono ricontattate dalle parrocchie solo quando nasce un figlio, al quale si desidera far ricevere il sacramento del battesimo.

Nel mezzo tra questi due importanti momenti della vita di un cristiano (il matrimonio e il battesimo dei figli) spesso c'è il nulla; o comunque, qualunque adesione a eventuali momenti formativi è lasciata alla libera iniziativa di ciascuno, senza una proposta strutturata, precisa e mirata per i giovani sposi.

La nostra esperienza di coppie, oramai coniugate da diversi anni, ci ha mostrato come sia invece necessario *prendersi cura del legame di coppia*, accudendolo, dedicandogli tempo ed energie come fosse una *creatura* da far nascere, crescere e curare. Ogni legame d'amore è generativo di qualcosa di bello e vitale, capace di manifestare questa bellezza in tutto ciò che fa. Ma, come non si nasce genitori e lo si diventa pian piano, mettendoci impegno e fatica, così anche essere una coppia solida e felice richiede *un costante lavoro di manutenzione*; a volte si procede anche per tentativi ed errori, altre volte si raccolgono soddisfazioni e gioie, l'importante è essere sempre in movimento, non dare nulla per scontato ed essere aperti al cambiamento. La staticità è nemica dell'amore.

Per coltivare questo legame a due è necessario, dunque, non rinchiuersi nella propria coppia ma sapersi confrontare con altre persone che possano così completare e arricchire la propria visione di vita insieme. Per questo abbiamo pensato di creare delle occasioni d'incontro per le giovani coppie, in cui *affrontare alcune tematiche che più facilmente possano riguardare i neo sposi e favorire il confronto tra di esse*, accompagnate da sposi, come noi, più rodati nel percorso della vita matrimoniale.

La nostra proposta prevede *un incontro al mese*, durante una serata della settimana in cui si riesce a rallentare il ritmo frenetico della vita quotidiana (nel nostro caso il venerdì o la domenica sera). La durata degli incontri è mediamente di circa tre ore e mezzo/quattro ore abbondanti. È importante concedersi un tempo rilassato e diluito in modo che la fretta non prenda il sopravvento. È ideato come un momento che la coppia si concede per pensare a se stessa, alle proprie dinamiche, ai propri vissuti, piacevoli o di fatica; un'oasi di riposo dove ristorarsi e riprendere energie.

La serata inizia sempre con una *cena in condivisione* (si può portare del cibo da condividere oppure ordinare delle pizze da asporto), importante per creare un clima di cordialità e conoscenza reciproca. Per alcune coppie questo momento è l'occasione per fare nuove conoscenze, stringere nuove relazioni, instaurare rapporti di amicizia o, più genericamente, ricominciare a sentirsi parte di una comunità cristiana più allargata, dalla quale magari sono rimaste lontane diversi anni. Questo momento è anche un'occasione per coppie che magari si sono trasferite da paesi differenti e che ora si sentono un po' spaesate e necessitano di conoscere persone che le facciano sentire accolte (ci riferiamo ad esempio a coppie che, spesso per motivi lavorativi, si sono trasferite nel Nord Italia lasciando la famiglia d'origine nelle regioni native; oppure coppie che dopo il matrimonio hanno cambiato il luogo dove vivono per l'acquisto di una nuova casa).

Terminata la cena, *inizia l'incontro vero e proprio*. Le coppie-guida preparano la serata documentandosi sull'argomento prescelto, utilizzando testi di vario genere che trattano della vita di coppia. Approfondimenti nascono anche dal confronto tra le varie coppie-guida che condividono esperienze personali o riportate da altre coppie conosciute, cercando in tal modo di *calare il più possibile concetti teorici estrapolati da testi letterari nella vita concreta*. Nel nostro caso, le coppie-guida sono tre: non essere soli facilita la preparazione del materiale per gli incontri, moltiplica i punti di

vista, permette un'attenzione mirata a ciascuna delle coppie di partecipanti, arricchisce il confronto valorizzando le competenze e le peculiarità di ognuno in un'ottica di complementarità.

L'incontro comincia sempre con *un'attività ludico-creativa* (arte, immagini, movimento, giochi, attività partecipative in coppia o in sottogruppi) che serve a introdurre la tematica e a far lavorare sul tema scelto con una modalità piacevole e coinvolgente. L'utilizzo della simbologia permette di raggiungere zone altrimenti inaccessibili alla mente conscia, andando oltre le parole e il razionale, facilitando così l'espressione più intima di sé. Attraverso giochi, lavori manuali, musica, immagini si affrontano alcune tematiche della vita di coppia in forma piacevole, senza trascurarne l'aspetto di profondità.

L'attività introduttiva permette alla singola coppia di lavorare al proprio interno, di confrontarsi e preparare un elaborato che successivamente verrà presentato in plenaria a tutto il gruppo dei partecipanti.

A questo punto si chiede a ciascuna coppia di condividere le riflessioni fatte a partire dall'elaborato prodotto durante l'attività ludico-creativa. *Il gruppo* è lo strumento fondamentale per facilitare il confronto delle proprie esperienze con quelle degli altri per poi avviare una riflessione personale. La riservatezza all'interno del gruppo è garantita dal rispetto di regole per il buon funzionamento della comunicazione e della condivisione.

Un aspetto secondo noi importante è valorizzare l'esperienza personale come punto da cui partire per non creare un gap tra ciò che ciascuno vive quotidianamente e un'ideale, spesso irraggiungibile, a cui tendere. Il presupposto è che *le singole coppie siano le massime esperte della loro vita*, nessuno meglio di loro sa cosa sia buono per la loro relazione e ciò va rispettato e valorizzato. Per questo le coppie-guida non vogliono essere percepite come degli esperti che detengono il sapere assoluto su argomenti che riguardano la vita di coppia, ma piuttosto dei facilitatori nella conduzione di un gruppo, allo scopo di aiutare i partecipanti a interrogarsi sulle proprie dinamiche in merito all'argomento trattato. Scopo degli incontri non è dunque quello di dare risposte esaurienti ai partecipanti su un dato argomento, quanto piuttosto suscitare domande e riflessioni che spingano la coppia a interrogarsi su un certo tema.

Durante la condivisione di gruppo, *le coppie-guida facilitano la discussione e danno anche dei rimandi teorico-pratici sull'argomento trattato*, secondo quanto preparato precedentemente e calandolo nella casistica esperienziale raccontata dai partecipanti.

La parte finale della serata è invece dedicata alla *lettura di alcuni brevi brani della Bibbia* nei quali sia possibile ritrovare passi riguardanti il tema trattato. Con stupore e meraviglia accogliamo ogni volta ciò che il Signore sa dirci in merito a ciascuna situazione che viviamo. La Parola si fa carne nella nostra vita concreta di ogni giorno, quanto più se si sta parlando del legame d'amore tra un uomo e una donna, immagine dell'amore di Dio.

La fede in Dio ha senso se la si vive come parte della nostra vita quotidiana e non come qualcosa di lontano, appiccicato tra le nuvole, che non tocca la nostra esistenza di creature nella concretezza di ogni giorno. Questa operazione aiuta anche alcune coppie a riscoprire la propria fede nel Signore e a riavvicinarsi alla comunità cristiana.

Il gruppo è concepito come *luogo aperto dove transitare per alcuni anni* (generalmente tre-quattro) per poi approdare a nuovi lidi (ad esempio i gruppi familiari parrocchiali). L'invito a partecipare viene fatto durante il corso fidanzati in preparazione al matrimonio, che diventa il bacino d'utenza principale delle coppie che aderiscono alla nostra proposta. A queste si aggiungono coppie invitate dai sacerdoti o mediante il passaparola di chi già partecipa.

Nell'arco di qualche anno, si affrontano i temi principali della vita di coppia in modo da aiutare a cementare le fondamenta, per poi affidarle ad altre coppie-guida all'interno della parrocchia allo scopo di creare un gruppo familiare nel senso più comune del termine. Questi primi anni sono più formativi e legati proprio ai temi di vita delle coppie giovani, nei gruppi familiari i temi si allargano all'intera famiglia, ai figli, all'approfondimento di argomenti relativi alla fede cristiana. È dunque un gruppo con emissioni e immissioni continue ogni anno: si può entrare e uscire in qualsiasi momento perché ogni incontro affronta uno specifico tema nella sua interezza, ha dunque un inizio e una fine in un'unica serata. Ciclicamente i temi si ripetono. Il filo conduttore è dato soprattutto dalla relazione che si crea tra le persone.

Si tratta, quindi, di *intraprendere un viaggio insieme*, fianco a fianco, dove noi coppie-guida possiamo mettere a disposizione la nostra esperienza e maturità, e le neo coppie la loro freschezza, giovinezza ed entusiasmo. Nella nostra esperienza, ne è risultato un gruppo che, da ormai cinque anni, continua a portare a bordo naviganti; dove nuovo e maturo si alimentano reciprocamente generando relazioni, amicizie, scambi di esperienze; dove

riaffiorano ricordi e sensazioni del passato, mescolandosi alla vitalità un po' timida e timorosa di chi, da poco, si è trovato a destreggiarsi in questo mare aperto.

Ciò che rassicura tutti, però, è che a bordo, sulla barca della vita a due, abbiamo voluto prendere con noi il Signore, che ci ricorda di non avere paura perché lui sa sedare le onde agitate di ogni mare in tempesta.

Il gruppo che abbiamo costituito si chiama infatti “*Non c'è due senza Te*”, a indicare proprio che nel matrimonio cristiano non ci si sposa in due ma in tre, e con questo sacramento chiediamo a Dio di essere sempre nostro compagno di viaggio.

TESTIMONIANZA

«In un mondo dove la frenesia del quotidiano mette a dura prova la vita individuale e matrimoniale, un percorso per giovani sposi permette di fissare del tempo per la cura della relazione di coppia. I momenti di condivisione che offrono questi incontri sono linfa vitale scambiata tra i giovani sposi e con chi invece ha un bagaglio più fornito. Noi coppie alle prime armi abbiamo imparato la pazienza dell'attesa, la scoperta dell'altro e lo stupore che insieme si possa costruire una vera casa sulla roccia.»

Mauro e Lidia

La metodologia di lavoro in pillole

Scopo dei nostri incontri è fornire alcune occasioni di ritrovo affinché coppie di sposi più maturi possano accompagnare coppie più giovani a esplorare alcuni temi della vita a due.

Ciò che ci è sembrato vincente, nella nostra esperienza, è stato proporre alcune tematiche importanti all'interno di *una cornice che tenesse conto di tanti aspetti*:

- *la convivialità*, data dal cenare insieme, favorisce l'instaurarsi di un buon clima, facilita la nascita di nuove relazioni amicali, consolida legami;

- *la metodologia di lavoro interattiva*: il tema trattato viene introdotto sempre da un'attività ludico/creativa. I veri esperti degli incontri sono tutti i partecipanti che si mettono in gioco direttamente, coinvolgendosi in un'attivazione che, mediata dalla simbologia, permette di parlare di sé anche in modo indiretto, evitando l'effetto scuola in cui c'è chi ne sa di più e chi si sente inadeguato;
- *la condivisione e il confronto in gruppo*: questo è il momento in cui la parte simbolica utilizzata nella fase precedente trova voce, dando spazio alle parole che permettono di esplicitare, concretizzare e rendere vive le esperienze e le sensazioni provate, trovando un valido confronto nel gruppo dei partecipanti. Raccontarsi e ascoltare le narrazioni di altre coppie fa sentire più simili e vicini; anche gli aspetti di criticità vengono rivisitati e arricchiti dai contributi di tutti i partecipanti, assumendo visioni altre da quella iniziale;
- *il confronto con la Parola di Dio calato nella vita a due*: ricerchiamo e leggiamo cosa ha da dirci la Parola di Dio in merito all'argomento trattato. Abbiamo dato valore alla ricerca di brani della Bibbia in cui fosse possibile trovare un riscontro concreto della fede nella vita di coppia. Per questo ci siamo avvalsi di una serie di testi di commento alla Parola da cui trarre spunto per la parte dedicata alla riflessione;
- *una semplice preghiera fatta insieme che conclude l'incontro*.

Questi ingredienti, uniti a *uno stile accogliente e attento a ogni singola coppia oltre che alle dinamiche di insieme del gruppo*, possono contribuire a proporre un percorso approfondito ma allo stesso tempo piacevole. La leggerezza, la piacevolezza e la gioia di stare insieme alla luce della Parola di Dio sono il lievito che permette la buona riuscita dell'iniziativa.

GRUPPI GIOVANI COPPIE E COPPIE CON FIGLI DA ZERO A TRE ANNI

Decanato di Brivio Zona 3

Contributo di Giovanna Fumagalli e Davide Biollo

Dopo alcuni anni dedicati ai percorsi di preparazione dei fidanzati al matrimonio, l'aver constatato che alcune coppie che avevano frequentato tali percorsi, e in seguito confermato la scelta iniziale di sposarsi con il rito cattolico, si siano separate dopo pochissimi anni e in qualche caso dopo pochi mesi, ci ha portati a riflettere e a voler comprendere cosa avremmo potuto fare per cercare in qualche modo di prevenire tutto questo – posto che è sempre stata nostra convinzione che non esiste una “ricetta magica” per la buona riuscita di un matrimonio. Dopo aver condiviso le nostre riflessioni con le altre coppie animatrici del team parrocchiale dedito ai percorsi di accompagnamento dei fidanzati, siamo giunti alle seguenti conclusioni.

1. La risposta alla vocazione matrimoniale con la scelta della vita coniugale è tanto (troppo) importante quanto altrettanto evidente è la fragilità della coppia nella società attuale, da non consentire più di affrontare i cammini di preparazione al matrimonio solamente con la buona volontà, l'esperienza, la convinzione che sia sufficiente una buona catechesi: coppie animatrici e presbiteri dovrebbero acquisire maggiori competenze relativamente alle dinamiche familiari, alle proprie modalità comunicative e relazionali e alla conduzione dei gruppi.
2. Il già breve percorso di preparazione al matrimonio cristiano non è sufficiente: sarebbe bene che le coppie venissero accompagnate anche nei primi anni di matrimonio.
3. L'arrivo di un figlio è un passaggio a volte molto delicato per la coppia, tale da sfociare in una crisi: abbiamo ritenuto che offrire anche alle coppie di giovani genitori l'opportunità di incontrare altre coppie che stanno attraversando la stessa transizione possa essere utile per condividere la

propria esperienza, le ansie, le fatiche, le gioie dell'essere genitori, ma anche uno strumento prezioso che attraverso le risorse del gruppo può offrire un supporto per affrontare le difficoltà e allontanare il rischio della solitudine.

Per questi motivi abbiamo avviato i percorsi di accompagnamento alle giovani coppie di sposi e genitori. In seguito, la pubblicazione dell'*Amoris Laetitia* da parte di papa Francesco ci ha dato più di un conforto; citiamo solamente qualche frase che mettiamo in relazione con i tre punti da noi sopra citati:

1. «La pastorale prematrimoniale e la pastorale matrimoniale devono essere prima di tutto una pastorale del vincolo, dove si apportino elementi che aiutino sia a maturare l'amore sia a superare i momenti duri. Questi apporti non sono unicamente convinzioni dottrinali, e nemmeno possono ridursi alle preziose risorse spirituali che sempre offre la Chiesa, ma devono essere anche percorsi pratici, consigli ben incarnati, strategie prese dall'esperienza, orientamenti psicologici» (AL 211).
2. «Dobbiamo riconoscere come un gran valore che si comprenda che il matrimonio è una questione di amore, che si possono sposare solo coloro che si scelgono liberamente e si amano. Ciò nonostante, quando l'amore diventa una mera attrazione o una vaga affettività, questo fa sì che i coniugi soffrano una straordinaria fragilità quando l'affettività entra in crisi o quando l'attrazione fisica viene meno. Dato che queste confusioni sono frequenti, si rende indispensabile accompagnare gli sposi nei primi anni di vita matrimoniale per arricchire e approfondire la decisione consapevole e libera di appartenersi e di amarsi sino alla fine» (AL 217).
3. «Ci sono crisi comuni che accadono solitamente in tutti i matrimoni, come la crisi degli inizi, quando bisogna imparare a rendere compatibili le differenze e a distaccarsi dai genitori; o la crisi dell'arrivo del figlio, con le sue nuove sfide emotive; la crisi di allevare un bambino, che cambia le abitudini dei genitori; [...] sono situazioni esigenti, che provocano paure, sensi di colpa, depressioni o stanchezze che possono intaccare gravemente l'unione» (AL 235).

Da qualche anno, di comune intento con la commissione di pastorale familiare del nostro decanato, stiamo dunque proponendo due differenti

percorsi a livello decanale rivolti a giovani coppie di sposi nei primi cinque anni di matrimonio (il titolo del percorso è “*Imparare a viverti accanto*”) e a coppie di genitori con figli da zero a tre anni di età (il titolo del percorso è “*Scoprirsi genitori*”). Entrambi i percorsi prevedono otto incontri a cadenza mensile.

Con le giovani coppie ci si trova il sabato sera dalle 20.30 alle 22.30, mentre con i genitori la domenica pomeriggio, dalle 16.00 alle 18.00, offrendo l'opportunità di un servizio di baby sitting (grazie alla generosa disponibilità di alcuni ragazzi animatori dell'oratorio) in una sala adiacente a quella degli incontri. La strutturazione di ogni incontro prevede la lettura di un brano biblico attinente al tema che viene affrontato, a cui segue un breve commento, una consegna ai partecipanti, al termine della quale segue una condivisione in coppia e quindi in plenaria, intercalata da opportuni stimoli da parte dei conduttori. L'incontro si chiude con una preghiera sulla coppia o sulla famiglia.

Gli argomenti affrontati sono i seguenti:

a) per le giovani coppie:

- la tenerezza
- la comunicazione
- la famiglia d'origine
- la decisione di amare
- la preghiera
- il quotidiano
- i soldi
- la fedeltà
- la stanchezza
- il lavoro
- il tempo libero

b) per le coppie di genitori con figli da zero a tre anni:

- riconoscersi genitori
- la cura responsabile
- coppia e genitori: i bisogni dei figli e i nostri bisogni
- ma sono capricci? Il linguaggio dei figli
- famiglie d'origine, amici, pediatra tra sostegno e interferenze
- conciliare lavoro e famiglia

- le altre figure di accudimento (nonni, nido, baby sitter...)
- il futuro dei nostri figli: ansie, timori, speranze.

Riteniamo importante fare qualche considerazione circa la conduzione degli incontri.

Il setting. La collocazione dei partecipanti ha un'importanza fondamentale: noi utilizziamo la disposizione attorno a dei tavoli uniti e ordinati a quadrato o rettangolo, perché così vengono eliminate le barriere tra le coppie del gruppo e tra le stesse e noi conduttori e agevolata la comunicazione. Un segnaposto triangolare con indicato il nome dei partecipanti della coppia posizionato sul tavolo e rivolto verso gli altri contribuisce a rafforzare il senso di appartenenza al gruppo, consentendo a tutti di chiamarsi per nome. Utilizziamo durante gli incontri una lavagna a fogli mobili che viene posizionata in modo che sia visibile da tutti, così come il pannello su cui proiettare eventuali slide o filmati. Ciascuno viene fatto sedere vicino al proprio partner e gli spazi devono consentire di potersi all'occorrenza disporre l'uno di fronte all'altro nei momenti in cui verrà richiesto un confronto in coppia. I lavori eseguiti o i riferimenti ai temi affrontati di volta in volta vengono fissati su dei cartelloni che rimangono esposti per tutto il tempo degli incontri, a richiamare quanto fatto in precedenza. Riteniamo che arricchire i tavoli con acqua, bibite, bicchieri e qualche salatino o dolcetto da consumare durante l'incontro, possa contribuire a mettere a proprio agio i partecipanti creando un clima informale e più familiare.

Gli incontri hanno una durata ben definita, normalmente non superiore alle due ore, in modo che i partecipanti possano mantenere elevati il livello di attenzione e l'impegno.

Gli strumenti. Per stimolare la riflessione e il confronto all'interno del gruppo, durante gli incontri vengono proposti e utilizzati diversi strumenti; alcuni di essi, come il brainstorming, consentono la partecipazione attiva e la messa in gioco degli aspetti emotivo-affettivi; altri, come gli strumenti grafico-simbolici, permettono di avvicinare i partecipanti al tema dell'incontro attraverso la rappresentazione o l'utilizzo di simboli che consentono di superare il desiderio, che normalmente ciascuno ha, di fornire agli altri un'immagine positiva di sé e di favorire una maggiore

libertà di esprimersi, di mettersi in gioco, e una condivisione più profonda, proprio perché tali strumenti fanno leva sulla sfera emotivo-affettiva.

I principali dispositivi formativi che solitamente utilizziamo sono:

- il brainstorming
- il family life space
- lo stemma familiare
- il disegno della famiglia
- i cerchietti
- il decalogo dei litiganti
- le regole della comunicazione
- la mappa di Todd
- il “tempometro” della coppia
- riproduzioni di dipinti o immagini raffiguranti la coppia
- proiezioni di brevi spezzoni di film
- ascolto di brani musicali con filmati.

Il “materiale” su cui si lavora è l’esperienza personale delle singole coppie, la loro storia familiare, la loro realtà specifica, tenendo presente la risorsa “gruppo” come ulteriore spazio di riflessione, di condivisione e di elaborazione dei vissuti personali.

I conduttori. Normalmente prepariamo ogni incontro nel dettaglio così da trasmettere l’impressione che non ci sia improvvisazione e niente venga lasciato al caso. Ci sforziamo di tenere quanto più possibile un atteggiamento verso i partecipanti improntato all’accoglienza, alla disponibilità e all’ascolto, attenti a concedere il giusto spazio a tutti, spronando con dolcezza i più timidi e frenando il desiderio di prevalere dei più esuberanti. Cerchiamo di non rispondere a eventuali provocazioni e di vincere la tentazione di proporre facili ricette o espedienti per la buona riuscita della relazione di coppia o genitoriale, anche se già sperimentate altrove con successo; crediamo sia importante evitare generalizzazioni, così da far sentire ciascuno dei partner, la sua storia e la vicenda della propria coppia come unici e irripetibili.

Riteniamo che la coppia animatrice debba avere delle minime competenze quali una formazione di base sulle dinamiche di gruppo, se possibile maturata anche attraverso la partecipazione a gruppi di formazione in qualità di componente (l’aver sperimentato in primis su se stessi gli strumenti di

lavoro precedentemente elencati consente di poterli utilizzare con la dovuta padronanza e di gestire le implicazioni emotive dei singoli e del gruppo);* tale formazione può consentire di sviluppare una progressiva capacità di creare e mantenere nel gruppo un clima facilitante, agevolare i processi interpersonali, stimolare la comunicazione, riformulare e riconsegnare al gruppo i contenuti in modo efficace e cogliere le risonanze emotive del gruppo. Capacità di ascolto, empatia, mediazione, evitare la formulazione di giudizi sono qualità essenziali di un buon conduttore (e anche di un buon cristiano!).

Il gruppo. Il gruppo rappresenta indubbiamente una risorsa per tutti i partecipanti, incluso il team dei formatori. La nostra esperienza conferma ciò che sostengono anche coloro che studiano le relazioni di gruppo. Infatti esso è un contesto in cui le coppie possono sperimentare che la loro relazione necessita di altre relazioni e acquisire la consapevolezza che non possono vivere in una dimensione autoreferenziale. Anche se inizialmente percepiamo tra i partecipanti timidezza, riservatezza e scarsità di fiducia nell'altro, e se la reazione alle prime nostre domande è un silenzio che ci "dice" dell'imbarazzo, del disagio, di un probabile fastidio, che stanno provando, si fa poi l'esperienza di un contesto che facilita ai singoli l'espressione e la riflessione su di sé e nel contempo allenta le difese e rimuove le barriere. Nel gruppo si possono condividere difficoltà, paure e sofferenze e si può essere sorpresi dall'apprendere come altri vivano le stesse situazioni e come a volte i propri problemi vengano superati da quelli ben più drammatici degli altri. L'esperienza di gruppo può sviluppare la consapevolezza che è possibile avere il supporto di reti amicali, non solo per un confronto aperto e una condivisione di esperienze, ma anche come aiuto nei momenti di difficoltà. Notiamo che ciò avviene in modo particolare quando il confronto prima nella coppia e poi tra i membri del gruppo viene stimolato sul vissuto quotidiano, su fatti concreti e non su concetti astratti e teorici.

Presentiamo di seguito lo svolgimento del primo incontro dedicato alle giovani coppie di genitori. L'iniziativa è stata pubblicizzata attraverso

* A questo proposito abbiamo già tenuto un corso di formazione di otto incontri per animatori di gruppi di coppie e genitori (Formarsi per formare, 2015/2016) nel quale sono stati utilizzati i dispositivi formativi con diretta sperimentazione in gruppo da parte degli allievi conduttori.

la distribuzione di diverse copie della locandina ai sacerdoti di tutte le parrocchie del decanato, la pubblicazione della stessa sul sito internet del decanato (e su quello della diocesi di Milano) e la presentazione durante un incontro della zona pastorale di Lecco.

Abbiamo poi contattato personalmente tutte le coppie che negli ultimi anni avevano frequentato gli incontri per fidanzati o per giovani coppie e che sapevamo avevano avuto un figlio. Le coppie che hanno aderito all'iniziativa sono state dodici, tutte con almeno un figlio con età fino a tre anni.

Con queste coppie il cammino sta proseguendo da tre anni, si sono aggiunte un paio di nuove coppie e alcune di loro hanno avuto nel frattempo un secondo figlio.

All'inizio dell'anno viene stabilito un calendario di massima e di volta in volta viene confermata o modificata la data per l'incontro successivo secondo le esigenze della maggioranza dei partecipanti. Nonostante ciò a ogni incontro sono mediamente presenti otto/nove coppie e le assenze sono principalmente dovute all'accudimento dei figli indisposti.

A chiusura del percorso nel mese di maggio, siamo soliti organizzare una giornata intera in una struttura che offra spazi per il gioco dei bambini, con una celebrazione eucaristica la mattina a cui segue un pranzo di condivisione anche con i bambini e, nel pomeriggio, un incontro di un paio d'ore con riflessione, lavoro e condivisione in gruppo su un tema relativo alla famiglia.

Primo incontro: scoprirsi genitori

Obiettivo di questo primo incontro, oltre alla reciproca conoscenza tra le coppie partecipanti e alla costituzione del gruppo, era quello di stimolare una prima riflessione sulla genitorialità e sulla complessità delle relazioni tra genitori e figli.

L'incontro è iniziato con la lettura del Salmo 126, a cui è seguito un breve commento.

¹ *Canto delle salite. Di Salomone.*

Se il Signore non costruisce la casa,
invano si affaticano i costruttori.
Se il Signore non vigila sulla città,
invano veglia la sentinella.

² Invano vi alzate di buon mattino

e tardi andate a riposare,
 voi che mangiate un pane di fatica:
 al suo prediletto egli lo darà nel sonno.
³ Ecco, eredità del Signore sono i figli,
 è sua ricompensa il frutto del grembo.
⁴ Come frecce in mano a un guerriero
 sono i figli avuti in giovinezza.
⁵ Beato l'uomo che ne ha piena la faretra:
 non dovrà vergognarsi quando verrà alla porta
 a trattare con i propri nemici.

Dopo la lettura della Parola, ci siamo presentati e abbiamo chiesto una breve presentazione a ciascuna coppia (nomi, provenienza, lavoro e nome ed età dei figli). È stato poi distribuito a ogni partecipante un post-it sul quale veniva chiesto di scrivere le proprie aspettative per questi incontri; il post-it è stato poi appeso a un cartellone per essere ripreso al termine dell'ultimo incontro, in modo da verificare cosa è accaduto rispetto a quanto indicato. Abbiamo letto a voce alta tutte le frasi: i partecipanti hanno espresso in particolare di attendersi condivisione e confronto («ma saranno tutti come i nostri figli?»), qualche ricetta, consigli e verifica del proprio stile genitoriale («qualche volta non sappiamo proprio come comportarci: saremo troppo severi?»; «vorremmo sapere se siamo dei buoni genitori»). Abbiamo proposto poi un brainstorming sulle parole “padre”, “madre” e “figlio”, raccogliendo le associazioni sulla lavagna e articolando la consegna in tre momenti:

- un primo momento *in gruppo*, durante il quale ai componenti abbiamo chiesto di indicare i termini che associano alla parola “figlio” e che possono fare riferimento a pensieri, sentimenti, emozioni, immagini;
- un secondo momento *in coppia*, nel quale abbiamo proposto il brainstorming sulle parole “padre” e “madre” e chiesto, al termine, di elencare tutti i termini che a esse associano;
- un terzo momento *in plenaria*, durante il quale le coppie hanno condiviso e commentato il loro lavoro.

<u>PADRE</u>	<u>MADRE</u>	<u>FIGLIO</u>
- RESPONSABILITÀ	- CIBO	- IMPEGNO
- SICUREZZA	- AMORE	- RABBIA
- ESEMPIO	- CERTEZZA	- PREOCCUPAZIONE
- GIOCO	- DEDIZIONE	- FATICA
- ACCOGLIENZA	- PAZIENZA	- STUPORE
- PAZIENZA	- CALORE	- SORRISI
- AFFETTO	- CURA	- AMORE
- RIFERIMENTO	- COCCOLE	- CUCINARE
- LAVORO	- RIFUGIO	- SCOPERTA
- CERTEZZA	- H24	- CONQUISTE
- FORZA	- DOLCEZZA	- GIOCATTOLI
- SUPPORTO	- TRANQUILLITÀ	- COCCOLE
	- REGOLE	- RUFFIANERIA
	- INADEGUATEZZA	- SORPRESA
	- CONSOLAZIONE	- GIDIA
		- PAZIENZA
		- ANSIA
		- SODDISFAZIONE
		- IMPREVISTI
		- FELICITÀ

Dal confronto è emerso che “padre”, “madre” e anche “figlio” sono ruoli definiti dalla relazione e che due sono i termini comuni a tutti e tre (amore e pazienza). Sono stati così individuati aspetti comuni e specifici di ciascun ruolo, in particolare alla parola “padre” sono associati termini riconducibili alla sfera etica (ad esempio responsabilità, lavoro, sicurezza, riferimento), ludica (gioco), ma anche affettiva (affetto, accoglienza, pazienza); mentre alla parola “madre” sono stati abbinati termini connessi alla sfera affettiva (amore, dolcezza, pazienza, coccole), agli aspetti di accudimento e protezione (cibo, calore, cura, rifugio, consolazione), ma anche quelli di fatica (h24, dedizione).

Come lavoro conclusivo abbiamo chiesto al gruppo in che modo i ruoli materno e paterno possono compenetrarsi, vale a dire, come essere genitori “insieme”. Abbiamo poi sintetizzato le considerazioni del gruppo riformulandole sulla lavagna:

Essere genitori insieme:

- condividere i compiti e la responsabilità della cura
- gestire le eventuali divergenze nelle scelte riguardo i figli
- riconoscere e valorizzare l'altro genitore anche di fronte ai figli

- confrontarsi sulle scelte educative
- mantenere confini adeguati nel rapporto con i figli.

L'incontro si è concluso con la recita di una preghiera:

*I nostri figli non li abbiamo messi al mondo una volta per sempre,
dando loro la vita.*

È ogni giorno che noi li facciamo vivere, donando loro un cuore.

*È ogni giorno che li amiamo insegnando loro ad amare,
mostrando loro il cammino della fede.*

È ogni giorno che noi li facciamo avanzare verso di te.

Signore, grazie per tutti i giorni in cui ci siamo riusciti.

Non è sempre facile essere genitori.

Aiutaci a mostrare loro il cammino della vera vita,

il tuo cammino, Signore.

E se un giorno tutti i nostri sforzi appariranno vani

e le nostre preghiere senza eco, allora, Signore,

finché sorgerà un mattino e noi avremo un soffio di vita,

donaci di amarli e di sperare ancora. Amen

“ACCOMPAGNARE NEI PRIMI ANNI DI VITA MATRIMONIALE”

Decanato di Appiano Gentile – Zona 2

Nel nostro decanato sono presenti due gruppi formati da coppie sposate da pochi anni, alcune ancora senza figli, mentre altre con bambini neonati o di pochi anni.

Un primo gruppo si incontra una volta al mese, la domenica pomeriggio dalle 18.00 nella casa della coppia-guida, un ambiente ideale per poter accogliere coppie con neonati. Sono otto coppie, quattro con bambini molto piccoli.

La traccia utilizzata nell'ultimo anno è il *Vangelo secondo Giovanni: Passi di fede con l'evangelista Giovanni*, fascicolo scritto nel 2012 da don Marco Paleari per i gruppi familiari del decanato.

Gli incontri vengono introdotti con la preghiera di un salmo presente sul fascicolo, la lettura avviene a più voci. La coppia-guida spiega la Parola, leggendo il Vangelo e commentando seguendo lo schema della meditazione, e sollecitando le coppie con delle domande; segue un tempo dedicato al silenzio, dove ognuno sedimenta la Parola ascoltata; in questo percorso viene chiesto alle coppie di fare il “dialogo di coppia” utilizzando la formula della “*lectio del noi*” a casa, nel periodo che divide un incontro dall'altro.

La restituzione e messa in comune nel gruppo avviene all'inizio dell'incontro del mese successivo: prima della presentazione della scheda del giorno ci ascoltiamo; si tratta di un breve report che le coppie, compresa la coppia-guida, riportano nel gruppo; avendo avuto tempo da dedicare al dialogo, ciò che emerge sono emozioni condivise dalla coppia, frutto di una crescita dovuta a un cammino che implica l'imparare ad ascoltarsi e a dialogare in una modalità differente. Questa modalità porta a uno stile più profondo, non si tratta di dieci minuti di dialogo, magari interrotto dalle altre coppie o dal gioco dei bambini, ma di un tempo che la coppia dedica a se stessa.

L'incontro ha la durata di un'ora e mezza, segue la cena in condivisione.

Il percorso proposto è un percorso di fede, *una continuazione del percorso in preparazione al matrimonio* che si innesta tra la preparazione al matrimonio di alcune coppie, la vita coniugale degli sposi e la neo genitorialità.

Abbiamo proposto insieme un'uscita per una camminata spirituale riprendendo una "scheda di verifica" del percorso, una domenica dedicata al gruppo. L'attenzione ai bisogni delle coppie, ai particolari, alle proposte crea un buon clima di amicizia e fiducia, ma soprattutto una grande forza spirituale: è sempre bello vedere coppie che si mettono in gioco con la Parola di Dio.

Il secondo gruppo, formato da una quindicina di coppie, tutte nei primi dieci anni di matrimonio – alcune senza figli altre con figli da zero a cinque anni – si incontra in oratorio in contemporanea al gruppo familiare senior. Per facilitare la partecipazione delle coppie con i figli è previsto un servizio di baby sitting a cura dei figli più grandi del gruppo senior, "sfruttando" e apprezzando gli spazi/attrezzatura/giochi presenti in oratorio.

La traccia utilizzata è quella proposta dalla diocesi, *Abramo e Sara*.

Le coppie si incontrano un sabato sera al mese dalle 18.15. Dopo la preghiera iniziale condivisa con il gruppo senior, c'è un momento di presentazione dell'argomento, che viene preparato da una coppia-guida insieme a una giovane coppia a turno che, nelle settimane precedenti l'incontro, si sono ritrovate e hanno discusso le intuizioni percepite e i punti salienti della scheda da presentare a tutto il gruppo. Questo permette un coinvolgimento maggiore, a rotazione, delle singole giovani coppie che vivono l'incontro in una forma più attiva e corresponsabile.

Segue il dialogo di coppia per 20-30 minuti, tempo che il gruppo si è scelto come fondamentale per fermarsi e curare il dialogo profondo su tematiche importanti. Al termine è prevista una breve condivisione di gruppo, in cui ognuno porta una riflessione che la coppia decide di condividere per la crescita del gruppo stesso.

La cena, preparata da persone esterne, è condivisa con l'altro gruppo senior. Le coppie non sono sempre tutte presenti, considerando i vari impegni familiari, le gravidanze e le malattie/difficoltà coi bimbi piccoli... A volte fanno pausa per un anno e poi ritornano. Sapere che c'è un gruppo "mobile", anche poco stabile come presenze, ma che si ritrova mensilmente, offre un punto di riferimento importante in questa fase delicata della vita di coppia. Le coppie che arrivano a questo gruppo sono solo una piccola percentuale di quelle frequentanti i nostri corsi di preparazione al matrimonio... spesso

la proposta passa maggiormente dall'amicizia nata con le coppie-guida dei corsi di preparazione al matrimonio o per invito diretto di altre coppie partecipanti e amici. Per varie concomitanze, la figura del sacerdote non è quasi mai presente.

Esiste anche un terzo gruppo, formato da cinque coppie provenienti dal corso di preparazione al matrimonio tenutosi nella Comunità pastorale SS. Ambrogio e Carlo nel 2018. Si è ritenuto di cogliere l'opportunità di un gruppo apparso in gran parte e fin da subito disposto a camminare e a lasciarsi provocare dalla proposta del percorso. All'invito a ritrovarsi in questo anno ha risposto circa la metà dei partecipanti. La conoscenza reciproca già esistente ha favorito fin da subito un bel clima, nel quale si sono innestate anche le vicende personali (nascite, ricerca del lavoro, preparazione del matrimonio...). Abbiamo proposto un ambiente piuttosto familiare, con all'inizio un momento conviviale e poi un momento di scambio a partire da alcuni stimoli: le tre parole della famiglia (grazie, scusa, permesso), la differenza maschio/femmina come emerge dai loro primi vissuti, la gestione del conflitto, la scelta di elementi irrinunciabili per la vita della coppia. Insomma, un accompagnamento che vuole essere davvero semplice, un affiancamento per un tratto di cammino.

PROPOSTE
di opere d'arte,
film, libri,
per una rilettura
dell'esperienza di coppia



OPERE D'ARTE

a cura dei coniugi Ilaria Serati e Enea Moscon

L'ORIGINE: L'AMORE

Costantin Brancusi

Il bacio

Cracovia, Museo delle Arti

1907-1908

Brancusi, uno dei più grandi scultori di inizio Novecento, spesso nelle sue opere si riallaccia al primitivismo e alle forme naturali. Il soggetto di un bacio tra due amanti è raffigurato frequentemente nella storia dell'arte, ma qui l'artista lo propone in modo semplice e profondo al tempo stesso: in un unico blocco di pietra rettangolare definisce con l'incisione due busti in posizione speculare, con gli occhi, le bocche e le braccia che si fondono in un tutt'uno ma restando divisi nettamente da una linea verticale.



All'origine della scelta e della libertà del matrimonio deve esserci un sentimento fortissimo, di grande amore, che lega indissolubilmente i due sposi ma che permette anche loro di conservare la propria identità. L'amore, unito al rispetto per l'altro e per se stessi, è il fondamento essenziale del sigillo nuziale, l'unico in grado di sostenere la vita quotidiana.

La domanda su cui sostare, nient'affatto banale, è: amo incondizionatamente l'altro? Riesco a rispettarne la libertà?

IL CORAGGIO DELL'UMILTÀ

Michelangelo Merisi da Caravaggio

Madonna dei Pellegrini

Roma, basilica di Sant'Agostino

1604-1606

«Fece una Madonna di Loreto ritratta dal naturale con due pellegrini, uno co' piedi fangosi, e l'altra con una cuffia sdrucita e sudicia» (Giovanni Baglione, *Vita de' pittori, scultori e architetti*, Roma 1642, p. 137).

Così lo storiografo Giovanni Baglione descrive la *Madonna dei Pellegrini*, celebre olio dipinto da Caravaggio a Roma all'inizio del Seicento, la cui schiettezza e naturalezza fece scalpore fin da subito. I due viandanti, infatti, sembrano davvero aver terminato un lungo pellegrinaggio che li ha portati finalmente davanti alla Vergine, con i piedi «fangosi» e gli abiti sporchi e sdruciti, come certamente era naturale per i pellegrini di quattro secoli fa. Soprattutto i piedi del personaggio di sinistra restano impressi in qualsiasi spettatore: sono piedi che hanno camminato molto, sull'asciutto e sul bagnato, sul caldo e sul freddo. Anche noi pellegrini, sempre in cammino e in ricerca, dobbiamo avere il coraggio di presentarci a Dio così come siamo, nella nostra semplicità e limitatezza umana. Per essere nudi davanti a Dio ci vuole coraggio, coraggio di guardarsi dentro e affidarci: chi potrebbe aiutarci meglio nell'accettare noi stessi del nostro sposo? Non a caso, Caravaggio dipinge i pellegrini in coppia.

Riusciamo a consegnare noi stessi, i noi stessi veri, a Dio? Quando sostiamo davanti a Dio siamo soli o in coppia?



INSIEME NELLA FATICA E NELLA SOFFERENZA

Michelangelo Buonarroti
Pietà Rondanini
Milano, Castello Sforzesco
1552-1564

Il gruppo scultoreo, uno dei celebri non-finito michelangioteschi, è stato elaborato dall'artista in due momenti distinti. Nel 1552 aveva pensato di raffigurare Maria che sostiene, da dietro, prendendolo sotto le ascelle, il Figlio: di questa prima versione restano le gambe di entrambe le figure. Due anni dopo, ripensò completamente l'opera, lavorando alla nuova versione fino alla morte (1564), lasciandola, di fatto, incompiuta. Fu trovata nella sua bottega e così descritta: «Statua principiata per un Cristo et un'altra figura di sopra, attaccate insieme, sbozzate e non finite». L'interruzione e la ripresa del lavoro hanno reso l'opera molto particolare: guardandola frontalmente, è chiaro come il corpo di Gesù sia totalmente abbandonato alla figura posteriore; se, però, la si osserva da un angolo laterale, sembra che siano la gamba e il braccio destro del Figlio a sostenere la Vergine.

Il reciproco sostegno nei momenti di estremo dolore, di malattia o di sofferenza che inevitabilmente si incontrano in ogni cammino, costituisce un punto di forza nella relazione matrimoniale; di più, spesso è la stessa persona che, nonostante la sofferenza, è da traino per il compagno, come Michelangelo esprime nella dinamica tra Figlio e Madre.

Siamo disposti a essere sostegno dell'altro nei momenti difficili? Siamo disponibili a farci sorreggere nelle fatiche?



IL CENTRO: L'ESEMPIO DELL'AMORE DI GESÙ

Marko Ivan Rupnik
Lavanda dei piedi
 Santuario di
 Madonna Tà Pinu, Gozo
 Malta, 2017



«Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. [...] Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri» (Gv 15,12-17).

L'amore fondante il matrimonio, il coraggio di presentarsi davanti a Dio così come siamo e il sostegno nella sofferenza sono alla radice del comandamento per eccellenza, sintetico e inequivocabile, che Gesù consegna ai suoi discepoli prima della Passione: amare l'altro nel modo in cui egli ha amato noi, fino alla vita, incondizionatamente e senza aspettarsi nulla in cambio. Sforzarsi di seguire il suo esempio è la via per la vita matrimoniale, per la quale promettiamo fedeltà «nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia», amore e onore allo/a sposo/a ogni singolo giorno. È naturale che una simile promessa possa intimorire, difatti non può che essere sostenuta e aiutata da Dio.

Quanto il rapporto con Dio, il dialogo e la preghiera hanno importanza nella mia vita? E nella vita di coppia?

FILM GIOVANI COPPIE

a cura di don Gianluca Bernardini*

MOMENTI DI TRASCURABILE FELICITÀ

Un film di Daniele Luchetti. Con Pif, Thony, Renato Carpentieri, Angelica Alleruzzo, Francesco Giammanco... Commedia. Durata: 93 minuti. Italia, 2019. 01 Distribution.

Paolo vive a Palermo e di professione fa l'ingegnere. Ha sposato Agata e ha due figli. Apparentemente una vita normale, con i suoi alti e bassi, con una famiglia come tante altre che si possono incontrare nella realtà. Un giorno, per un'abituale "leggerezza", mentre torna a casa dal lavoro in motorino, viene investito da un'auto e muore. In cielo «alla corte dei conti» si accorgono, però, di aver computato male i tempi a suo riguardo. Così Paolo avrà modo di tornare in terra dai suoi cari, ignari dell'accaduto, per poter loro dedicare, in poco più di un'ora e mezza, le ultime possibili attenzioni. Francesco Piccolo, co-sceneggiatore di *Momenti di trascurabile felicità* (ora anche spettacolo teatrale), nonché autore dei due libri omonimi (l'altro con medesimo titolo, ma con a tema l'infelicità) da cui il film è liberamente tratto, grazie alla scrittura e alla regia di Daniele Luchetti porta in scena una commedia che profuma di poesia. Una riflessione a voce alta (quella del protagonista) sui punti salienti della vita, nonché sul senso dell'esistenza, come anche sui piccoli piaceri che ci concediamo, a volte, in maniera fin troppo superficiale o spensierata. Vizi, paranoie, desideri, mode dell'italiano medio dentro la cornice stralunata di un personaggio come Pif che sa intelligentemente far sorridere mentre accende le note dell'emozione in una storia che risuona come una sorta di confessione. Quasi un monito per lo spettatore che, dietro ai *flashback* del protagonista (un poco destabilizzanti), non può non riconoscere le proprie debolezze come anche le piccole gioie quotidiane.

* Referente cinema e teatro, presidente Acec, responsabile coordinamento Centri culturali cattolici Diocesi di Milano.

Quelle che, spesso forse, dimentichiamo nell'apparente idea d'immortalità che, senza accorgercene, in fondo un po' tutti coltiviamo. Poiché, del resto, occorre ammetterlo, «quando giochi il tempo rallenta e la vita si allunga».

Temi: morte, vita, presente, passato, memoria, errori, affetti, famiglia, amore.

SE LA STRADA POTESSE PARLARE

Un film di Barry Jenkins. Con KiKi Layne, Stephan James, Regina King, Teyonah Parris, Brian Tyree Henry, Colman Domingo... Drammatico. Durata: 119 minuti. Usa, 2018. Lucky Red.

«È stato l'amore a portarti qui», recita un verso del romanzo di James Baldwin *Se la strada potesse parlare*. Lo stesso preferito dal regista, premio Oscar, Barry Jenkins (autore di *Moonlight* del 2016) che si è cimentato nella trasposizione cinematografica del romanzo dal titolo omonimo. Un racconto appassionato e sincero, frammisto di poesia e denuncia sociale, dove l'amore resiste e vince, nonostante tutto. Protagonisti due giovani di colore, Tish e Alonzo, detto Fonny, che si ritrovano, innamorati più che mai, negli anni Settanta, nel quartiere di Harlem, Manhattan, a New York. Accusato ingiustamente di stupro, Fonny finisce presto in carcere, proprio poco prima di venire informato di essere il padre del bimbo che Tish porta in grembo. Un duro colpo per entrambi che, invece di abatterli, li fortifica. Soprattutto la ragazza, resiliente, sostenuta dalla famiglia, farà di tutto per salvare il suo futuro sposo da un'indebita condanna. La stessa che ha subito l'amico di lui, Daniel, che, uscito dalla galera, porta i segni di tutta la violenza e la bruttura che lì ha dovuto subire. Tra *flashback* e la narrazione di Tish sullo schermo passa, tuttavia, potentemente la bellezza e la forza del cuore. Sospeso tra cielo (i sentimenti) e terra (l'amara realtà), il film conduce lo spettatore dentro le emozioni dei suoi protagonisti. La vita è per tutti dura, ma per qualcuno sembra esserlo ancora di più. Soprattutto se il colore della pelle è diverso dal "bianco". Ma qui v'è la purezza dell'anima che, per fortuna, prevale. Quella che, a ragione, anche se blues (come la musica che accompagna il film), più facilmente tutti ci unisce. Parole sante, come del resto le immagini.

Temi: amore, coppia, ingiustizia, lotta, carcere, resilienza, razzismo.

COLD WAR

Un film di Pawel Pawlikowski. Con Joanna Kulig, Tomasz Kot, Borys Szyk, Agata Kulesza, Cédric Kahn... Drammatico. Bianco/nero. Durata: 85 minuti. Polonia, 2018. Lucky Red.

Ci sono storie d'amore che appena ne intuisce i contorni capisce già che faranno fatica a funzionare per diverse ragioni. Hanno il profumo dell'impossibile o i suoni della rabbia. Sono storie, però, che hanno pure il colore rosso della passione. Perché reali, sanguigne, drammatiche nel vero senso della parola. Sono rapporti di passione che mentre riscaldano il cuore, mettono la vita in subbuglio. Pawel Pawlikowski (dopo il successo di *Ida*) con *Cold War* (Palma d'oro per la regia all'ultimo festival di Cannes) mette in scena uno struggente racconto d'amore, complicato e caotico come quello dei propri genitori. Ambientato nei difficili anni Cinquanta della Guerra fredda, Wiktor e Zula si incontrano nella Polonia del dopoguerra ridotta in macerie. Mentre il primo, musicista e direttore di coro, ha avuto l'incarico di selezionare ballerini e cantanti per il gruppo folcloristico dei Mazowsze, la seconda, piuttosto "misteriosa", si spaccia per una contadina, desiderosa di essere ingaggiata dal regime comunista per far parte della compagnia. Nell'arco di quindici anni si vede così la coppia prendersi e lasciarsi, tra alti e bassi, fino a toccare la possibilità di fuggire insieme nella Berlino Ovest o, addirittura, a Parigi. Con lo stile tipico del talentuoso "maestro", già riscontrato nei lavori precedenti, con l'utilizzo del bianco e nero e il formato dell'immagine quadrato, Pawlikowski gira un film che sembra essere stato fatto in altri tempi. Rigoroso ed essenziale, nostalgico e allo stesso tempo all'avanguardia, *Cold War* risulta così essere un'opera del tutto moderna, intrisa delle stesse domande di sempre, del tutto attuali. «In fondo – afferma lo stesso regista – la questione principale è: esiste la possibilità di un amore duraturo? Può un amore trascendere la vita, la storia, questo mondo?». Forse sì, almeno così appare.

Temi: amore, coppia, passione, distanze, dolore, guerra.

MR. OVE

Un film di Hannes Holm. Con Rolf Lassgård, Bahar Pars, Ida Engvoll, Filip Berg, Chatarina Larsson. Commedia drammatica. Durata: 116 minuti. Svezia, 2015. Academy Two.

Burbero, risoluto, arcigno, imbruttito negli anni, senza più una parola buona per nessuno, soprattutto per i “colletti bianchi”: questo è Mr. Ove, il cinquantanovenne svedese, ex presidente della comunità di villette dove vive da quando giovane si sposò con Sonja, con cui sognava una bella famiglia e che invece l'ha lasciato vedovo troppo presto, purtroppo, “solo” a questo mondo. Il suo unico scopo, dopo essere andato in pensione dall'industria automobilistica Saab, è quello di togliersi la vita, per raggiungere finalmente l'adorata moglie. A interrompere il suo progetto ci pensa prima di tutto la nuova vicina iraniana Parvaneh, che con il marito goffo e i suoi piccoli chiede aiuto al “nonno” tuttofare. Da qui in poi tutti i tentativi di suicidio (davvero spassosi) verranno fermati sempre da qualcuno che “inspiegabilmente” avrà bisogno di una mano dal signor Ove. Tratto dal romanzo di successo di Frederik Backman *L'uomo che metteva in ordine il mondo*, Hannes Holm, regista molto popolare in Svezia, mette in scena una storia divertente e a tratti commovente, che difficilmente non si potrà non amare. Attraverso i *flashback* (azzeccati) si viene così a conoscenza del passato del giovane Ove, quando timido, buffo e con un profondo senso di giustizia conquistò la sua amata, mentre nel corso degli anni le cicatrici a poco a poco si sono poi depositate sul suo cuore. Un film, però, non solo sui buoni sentimenti, piuttosto una di quelle storie (ce ne vorrebbero così) che, raccontate e costruite ad arte, fanno bene all'anima, nonché fanno dire che, in fondo in fondo, nessun uomo è per natura cattivo. Basterebbe trovare la chiave giusta (a volte proprio nelle situazioni più impensabili) per fare uscire il meglio di sé. Poiché davvero la speranza è l'ultima a morire.

Temì: cuore, altruismo, bontà, coppia, amore, speranza, vita, vecchiaia, morte.

PERFETTI SCONOSCIUTI

Un film di Paolo Genovese. Con Giuseppe Battiston, Anna Foglietta, Marco Giallini, Edoardo Leo, Valerio Mastandrea, Alba Rohrwacher, Kasia Smutniak. Commedia. Durata: 97 minuti. Italia, 2016. Medusa.

Diceva Gabriel García Márquez, Nobel per la letteratura: «Ognuno di noi ha una vita pubblica, una privata e una segreta». Parte da questo assioma *Perfetti sconosciuti*, il film di Paolo Genovese. Una commedia corale all'italiana, con un notevole cast di attori perfettamente amalgamati che si ritrovano una sera a cena come vecchi amici. Ospiti a casa di Rocco e Eva ci sono altre due coppie, Cosimo con Bianca, sposati da poco, e Lele con Carlotta, coppia ormai navigata con figli piccoli. L'unico "solo" è Pepe, professore di ginnastica disoccupato, che dovrebbe presentare la nuova fidanzata, ammalatasi proprio quella sera, caso vuole, lasciando insoddisfatta la curiosità della combriccola. Tra una chiacchiera e l'altra, tra "frecciate" e discorsi semiseri sulla fedeltà e sui segreti di coppia, Eva (di professione psicologa) lancia un pericoloso gioco: tutti dovranno lasciare il proprio cellulare sul tavolo, leggere i messaggi e rispondere vivavoce ogni volta che trilla o vibra il telefono. Sarà questa geniale (o piuttosto malsana?) idea a innescare una vera e propria guerra tra i commensali, nonché una serie di equivoci, con un finale strepitoso a fine serata. Genovese porta sul set, con leggerezza, un fenomeno oggi di estrema attualità: la realtà virtuale che, pur facilitando la vita, a volte, molto sottilmente, la travolge, se non addirittura distrugge. Dentro quella "scatola nera" che accompagna la nostra quotidianità, infatti, ci infiliamo un po' di tutto. Forse anche troppo. Senza sapere esattamente quanto ci mettiamo a rischio. Una spinosa questione messa "in tavola" che aiuta a chiederci quanto siano vere le persone che ci circondano e che amiamo (amici, complici o amanti che siano), ma anche quanto noi stessi siamo capaci di essere sinceri nelle nostre relazioni e in fondo con la stessa vita, l'unica che abbiamo. Un film ben costruito, che ci fa bene e che ci svela ciò che superficialmente, forse, facciamo finta di non sapere: in questa odierna modernità liquida siamo tutti esseri fragili. Nessuno escluso.

Temi: amore, amicizia, sincerità, verità, menzogna, tradimento, media, relazioni.

MON ROI

Un film di Maiwenn Le Besco. Con Emmanuelle Bercot, Vincent Nemeth, Vincent Cassel, Romain Sandère, Ludovic Berthillot... Drammatico. Durata: 130 minuti. Francia, 2015. VideA - Cde.

A volte basta poco per scivolare: una piccola distrazione, la testa che vaga nei pensieri e in men che non si dica si è a terra. Figuriamoci sugli sci, magari quando con decisione e rabbia imbocchi una discesa e ti ritrovi con un ginocchio rotto che ti costringe a passare un periodo in un centro di fisioterapia, lontano da casa e dai tuoi affetti più cari. Succede così a Tony, avvocato quarantenne francese con un figlio che adora e una decennale storia d'amore con un uomo, Georgio, che la manda fuori di testa con il suo modo di essere e di vivere. L'occasione del riposo forzato diventa propizia "pausa di riflessione" sulla sua tormentata relazione, che la regista Maiwenn Le Besco (di cui ricordiamo *Polisse* del 2011) mette ben in evidenza a colpi di *flashback* in *Mon roi*, l'ultimo suo film scritto con Etienne Comar. Una storia come tante, vista forse già molte volte al cinema, ma che ha qui il pregio di farci comprendere quanto spesso la nostra psicologia sia così difficile da decifrare. Tony è una donna intelligente e intraprendente, mentre Georgio è un affascinante e furbo *viveur*: che cosa hanno in comune? Come è possibile che un rapporto del genere possa stare in piedi per così lungo tempo? Sono queste forse le domande che più accompagnano il racconto e hanno la capacità di metterci di fronte alla complessità della vita e dei sentimenti senza arrivare a facili conclusioni. Ci sono tutti i momenti belli così come quelli drammatici: ci sono l'amore e la passione, così come la rabbia e la disperazione. Ma non c'è alcun giudizio, perché ciò che prevale è di fatto l'irragionevolezza dell'amore. Per non dire la fragilità stessa messa in scena, a partire dal parallelismo continuo con l'infermità della protagonista. Una storia vista dall'esterno, da diverse angolazioni, che ci fa comprendere forse quanto il tema degli affetti e delle relazioni in questo nostro tempo sia davvero urgente. A volte è necessario vedere le cose da lontano e prendere pure le distanze per meglio giudicarle. Anche un film può aiutare questo processo.

Tem: amore, infedeltà, fragilità, passione, coppia, famiglia, felicità.

45 ANNI

Un film di Andrew Haigh. Con Charlotte Rampling, Tom Courtenay, Geraldine James, Dolly Wells, David Sibley, Sam Alexander, Richard Cunningham. Drammatico. Durata: 95 minuti. Gran Bretagna, 2015. Teodora Film.

Quarantacinque anni di matrimonio non sono pochi. Sono gli anni di una vita fatti di storia, passione, amore, dolori e gioie condivise; sono gli anni che Kate e Geoff Mercer desiderano festeggiare insieme agli amici. È una coppia inglese felice, senza il dono dei figli, come tante, che vive lontana dalla città godendosi gli anni della maturità in campagna. Due persone perché, forse, nell'esprimere i sentimenti e riservate come gli anglosassoni sanno esserlo in genere. Un giorno arriva una lettera per Geoff, che lo riporta indietro di cinquant'anni: hanno ritrovato il corpo della sua ex compagna morta in un incidente sulle Alpi svizzere, inghiottita dalla montagna, nel lontano 1962, quando vivevano insieme. Si riapre un libro, una storia di ricordi che sembravano ormai sepolti con il tempo. Ci sono foto in soffitta che Geoff va a cercare di notte, sigarette che si tornano a fumare mentre la testa vaga nel passato, velate confidenze nel talamo nuziale mai dette così chiaramente come ora, a una settimana dai festeggiamenti. Sarà stato, dunque, vero amore quello dei coniugi Mercer? Soprattutto, Geoff è stato sincero in tutti questi anni? Andrew Haigh con *45 anni* porta in scena il problema sulla verità dei sentimenti e dell'amore, anche per una coppia apparentemente felice e assodata da una vita. Attraverso un racconto "misurato" e perfettamente confezionato addosso ai due protagonisti, che meritatamente hanno ricevuto il premio come migliori attori al Festival di Berlino, il cineasta britannico pone l'accento sul significato e la rilevanza di una relazione "apparentemente" felice, sulla bontà delle intenzioni e in definitiva sulla veridicità dei sentimenti. I volti, qui, dei due protagonisti più che mai interrogano e parlano, come del resto la canzone della loro vita – *Smoke gets in your eyes* dei The Platters, che apre e chiude l'intera narrazione – arriva non solo a "emozionare" ma, forse, a mettere in evidenza l'inesprimibile e inaccettabile realtà: «Mi dissero che un giorno avrei scoperto che l'amore è cieco e che quando il tuo cuore è in fiamme devi renderti conto che hai il fumo negli occhi!».

Temì: amore, coppia, verità, passato, gelosia, sentimenti, vecchiaia.

GIOVANI SI DIVENTA

Un film di Noah Baumbach. Con Ben Stiller, Naomi Watts, Adam Driver, Amanda Seyfried, Charles Grodin, Adam Horowitz, Maria Dizzia, Brady Corbet. Commedia. Durata: 97 minuti. Usa, 2014. Eagle Pictures.

Essere quarantenni, sposati, senza figli e appassionati del proprio lavoro a New York fa sentire ancora giovani e felici? Soprattutto quando uno non si è ancora del tutto realizzato, ha bloccato la propria vena artistica su un documentario lungo sei ore che non trova una fine da dieci anni e l'altra fa finta di aver fatto pace con se stessa dopo due gravidanze andate male? Forse, ma non proprio. Questi sono Josh e Cornelia quando incontrano Jamie e Darby, due giovani ventenni "hipsters", indipendenti e liberi che sembrano vivere la propria vita come un'opera d'arte. L'amicizia tra le due coppie porterà un po' di pepe e brio tra i più "vecchi", ma anche a scoprire quelle distanze che rischiano di far saltare il sogno di una vita e lo stesso amore. *Giovani si diventa* è il titolo italiano della commedia cross-generazionale di Noah Baumbach. Una riflessione acuta e brillante non solo sull'età che avanza e sulla coppia stessa, ma anche su come cambiano le ambizioni, nonché l'etica e lo stato dell'arte, in questo tempo in cui gli adulti sembrano essere sempre più catturati dalle nuove tecnologie e i giovani riscoprono i vinili o le videocassette. Se da una parte il film ci spinge a pensare che nonostante si faccia di tutto oggi per sentirsi "giovani", lo scarto generazionale si fa sempre più grande in questo mondo che ha interiorizzato la logica di Facebook e Wikipedia senza neppure utilizzare tali piattaforme. Un'analisi intelligente e non banale, che forse meriterebbe più che una semplice riflessione sull'avanzare del tempo che sembra bruciare velocemente le tappe della propria esistenza. Del resto, cantava John Lennon, «la vita è ciò che ti accade mentre sei impegnato a fare altri progetti». Da vedere e poi parlarne con gli amici.

Tem: adulti, giovani, generazioni, coppia, famiglia, amicizia, arte, sogni, genitorialità, tecnologie.

HUNGRY HEARTS

Un film di Saverio Costanzo. Con Adam Driver, Alba Rohrwacher, Roberta Maxwell, Al Roffe, Geisha Otero. Drammatico. Durata: 109 minuti. Italia, 2014. 01 Distribution.

Ci sono incontri che accadono per caso, che a volte non portano a nulla e altre, invece, segnano la propria esistenza. Quello che avviene tra Mina e Jude ha anche del ridicolo (chiusi in un bagno di un ristorante cinese sono costretti a entrare in relazione), ma dà pure l'avvio alla loro storia d'amore. Una bella coppia mista, lei italiana all'estero per lavoro lui americano doc, nella metropoli di New York costruiscono il loro nido in cui accogliere il loro bimbo, frutto della loro unione. Proprio l'avvento di quest'ultimo rivelerà a entrambi non solo le fragilità personali e del loro rapporto, ma anche quelle determinate dal ruolo di genitori che saranno presto chiamati ad assumere. Ispirato al romanzo *Il bambino indaco* di Marco Franzoso, Saverio Costanzo, che ricordiamo per *Private* (2004) nonché *In memoria di me* (2006) e *La solitudine dei numeri primi* (2010), con *Hungry Hearts* porta in scena un racconto di vita: vero, complesso nonché drammatico allo stesso tempo. Per un figlio, oltre che curarlo, accudirlo e cercare di fare il meglio che si può, si darebbe pure la vita. Nessuno mette in dubbio ciò, ma ci sono affetti e relazioni sproporzionati che rasentano la malattia: qual è, infatti, il limite oggettivo dell'amore? Fino a che punto è giusto proteggere i nostri affetti, preservandoli da ciò che consideriamo i "mali del mondo"? Costanzo si destreggia bene tra teorie vegane, angosce e protezioni di ogni genere fino a farci toccare con mano, attraverso le immagini, i sentimenti dei protagonisti. Il male sta fuori ma, lo sappiamo, può stare anche dentro di noi. Riconoscere proprio quest'ultimo non è facile, comporta una certa dose di sofferenza, soprattutto quando si ama. A volte mettendo in campo anche scelte estreme che possono ferire all'inverosimile. *Hungry Hearts* fa discutere per l'attualità dei temi trattati (davvero *à la page*) e perché in fondo, forse, non ci si sente mai così tanto "vulnerabili" e indifesi come in questi tempi.

Temi: amore, coppia, genitorialità, figli, crisi, salute, fragilità.

DUE GIORNI, UNA NOTTE

Un film di Luc e Jean-Pierre Dardenne. Con Marion Cotillard, Fabrizio Rongione, Pili Groyne. Drammatico. Durata: 95 minuti. Belgio, 2014. Bim.

Sandra lavora alla Solwal, una piccola azienda di pannelli solari, che ha deciso di tagliare, causa la crisi odierna, del personale o, meglio, ha pensato di licenziare lei, considerata non più necessaria dopo un periodo di assenza (malattia), optando per un bonus di mille euro per i suoi compagni di lavoro. Disperata, rischia di cadere di nuovo in depressione, se non fosse per una collega che la invita a rimettersi in gioco attraverso una nuova votazione in suo favore e per suo marito Manu, che la spinge, per amore, a battersi non solo per mantenere il posto, ma soprattutto per lei e per i figli che la sostengono. Inizia così una sorta di *peregrinatio* di casa in casa per cercare di convincere "il suo team" a non accettare i soldi per favorire una sua reintegrazione. Un lungo e duro weekend per Sandra che tra qualche no e qualche sì, sostenuti per lo più da motivazioni ragionevoli e rispettose, la porterà a ritrovare a fatica quella fiducia e forza in se stessa, fino a un finale meraviglioso e non scontato.

Grazie alla maestria di Luc e Jean-Pierre Dardenne, *Due giorni, una notte* risulta essere un racconto che difficilmente si potrà dimenticare. Asciutto, come sanno fare i fratelli cineasti, retto da una grande interpretazione attoriale, una colonna sonora quasi del tutto assente, sostenuto soprattutto da una regia impeccabile e un'ottima sceneggiatura, il film ci introduce poco per volta nel mondo "normale", quello fatto di valori, di povertà, di gente che si trova a condividere la pesantezza del quotidiano e la gestione degli imprevisti che se anche possono mettere in ginocchio, non devono mai schiacciare la nostra dignità. Un'opera che invita a prendere in considerazione il tema della solidarietà e della lotta, quanto quello della compassione, dal sapore tutto evangelico. Ogni giudizio resta per lo più sospeso di fronte al dramma umano che coinvolge la vita delle persone, ma qui la camera, attraverso i suoi primissimi piani, ha un potere straordinario di empatia. Resta a ogni modo la domanda morale: che avremmo fatto al posto loro? O meglio ancora: fino a dove ci saremmo spinti e in che termini? Mentre Sandra ha un momento di "crollo" afferma: «Non sono niente, proprio niente...»; ma proprio la pronta risposta del marito, «Tu esisti, io ti amo», ci fa dire che c'è sempre una possibilità di salvezza

quando si mette in gioco tutto se stessi nell'amore. Necessariamente "una bella storia" da ricordare.

Temi: famiglia, lavoro, crisi, malattia, solidarietà, compassione, lotta, coppia, amore.

RUBY SPARKS

Un film di Jonathan Dayton, Valerie Faris. Con Paul Dano, Zoe Kazan, Antonio Banderas, Annette Bening, Steve Coogan, Elliott Gould... Commedia. Durata: 104 minuti. Usa, 2012. 20th Century Fox.

Se fosse possibile realmente materializzare ciò che sogniamo? Parte forse anche da questa domanda l'ultimo film della coppia Jonathan Dayton e Valerie Faris, dopo il grande successo di pubblico dello spassosissimo *Little Miss Sunshine*. *Ruby Sparks* ovvero il «rubino che scintilla», è il sogno del giovane scrittore prodigio Calvin Weir-Fields che improvvisamente si fa realtà. Bloccato sulla pagina bianca, deluso dall'amore, Calvin si trova improvvisamente tra le braccia la donna dei suoi "sogni" che è riuscita miracolosamente a ispirare il soggetto per il suo nuovo romanzo. Bella, brava, accondiscendente, Ruby è la fidanzata perfetta che, nonostante lo spavento iniziale, conquista immediatamente il cuore del suo stesso "creatore" e pure dell'intero parentado, compreso il nuovo compagno dell'originalissima madre. Solo il fratello Harry la vorrebbe un po' più "formosa", visto che Ruby "risponde" bene alla scrittura di Calvin. Mentre tutto procede a meraviglia, inspiegabilmente, la realtà sovrasta il sogno e la stessa brava e buona Ruby riconquista, poco per volta, la propria libertà di creatura. Ispirato al *Pigmalione* di George Bernard Shaw, se non prima ancora allo stesso Ovidio, il film riesce bene nel suo intento. Come una vera e propria *romantic comedy*, dal sapore pure un po' amaro, *Ruby Sparks* conquista per la sua semplicità e la delicatezza con cui rende una storia "surreale" pienamente possibile. Sono, infatti, presenti tutti i temi di una giovane coppia alle prese con le prime armi dell'innamoramento: tra gli slanci del momento e gli scontri del confronto. Se da una parte Calvin, da uomo, vuole svolgere il proprio ruolo creativo e direttivo nei confronti del suo soggetto, specialmente quando quest'ultimo non corrisponde ai suoi desideri, dall'altro egli si rende

perfettamente conto che non potrà mai “possedere” in tutto e per tutto la “sua” Ruby, poiché in amore infatti non vince mai chi è più forte, ma solo chi si fida. E se, come diceva il Pascoli, «il sogno è l'infinita ombra del vero», *Ruby Sparks* sembra dargli pienamente ragione.

Temì: coppia, innamoramento, difficoltà, lotta, amore, fiducia, sogno, desiderio.

TUTTI I SANTI GIORNI

Un film di Paolo Virzì. Con Luca Marinelli, Thony, Micol Azzurro, Claudio Pallitto, Stefania Felicioli... Commedia. Durata: 102 minuti. Italia, 2012. 01 Distribution.

«Una storia romantica, buffa e triste, raccontata con la semplicità di una fiaba, ma con un impianto sociologico realistico»: così definisce la sua ultima opera Paolo Virzì. Liberamente tratto dal libro *La generazione* di Simone Lenzi (leader dei Virginiana Miller di cui la canzone omonima del film) il plot narra la storia di Guido e Antonia, completamente diversi e innamoratissimi. Lui colto, raffinato, portiere di notte in un albergo, con nel cassetto una laurea sui protomartiri cristiani (dice molto il suo originalissimo «buongiorno»); lei cantante “in erba”, da un passato piuttosto “borderline”, costretta a mantenersi lavorando presso un'agenzia di autonoleggio. Antonia e Guido vivono insieme da sei anni ad Acilia e coltivano il desiderio di un bimbo che purtroppo non arriva. Soffrono per questo e fanno di tutto per ottenerlo. Passano così attraverso quelle “prove” (descritte nella loro assurda e cinica drammaticità) che conoscono molto bene le “giovani coppie” che si confrontano con il tema della “non gravidanza”. Si arrabbiano, piangono, sorridono, si disperano, si interrogano, si separano e si ritrovano i nostri protagonisti, ma soprattutto si amano. È questa la forza del film (bellissima la figura di Guido, di cui comprendiamo il frutto maturo della sua umana e religiosa educazione) che sa entrare dentro la storia odierna, senza falsi moralismi e sa far percepire che la forza dell'amore paga e arriva ad appagare chi si ama veramente e nonostante tutto. Le scene finali, volute fortemente dal regista, ne sono la prova: la celebrazione di una “festa” che rimanda alle

origini e apre fortunatamente, come un nuovo punto di partenza, a un futuro fatto di speranza.

Temi: coppia, desideri, ricerca, relazione, crisi, felicità, gravidanza, fiducia, speranza.



BIBLIOGRAFIA PER APPROFONDIMENTI

Papa Francesco, *Amoris Laetitia* esortazione apostolica sull'amore nella famiglia, Centro Ambrosiano

Aristide Fumagalli, *E Dio disse. Storie di coppia nella Bibbia*, San Paolo

Paolo Curtaz, *In coppia con Dio. Pagine bibliche da leggere in due*, San Paolo

Paolo Curtaz, *L'amore e altri sport estremi*, San Paolo

Paola Bassani, *A passo di coppia. Inciampi, cadute e volteggi del cammino a due*, Paoline

Paola Bassani, *Navigare a vista. I primi anni di vita insieme della giovane coppia*, San Paolo

Christiane Singer, *Elogio del matrimonio, del vincolo e altre follie*, Servitium

Angelo Casati, *Innamorarsi*, Qiqajon Comunità di Bose

Vanna Puviani, *La coppia di tutti i colori. A disegnare l'amore che nasce, cresce, cura*, Armando Editore

Comunità di Caresto, *Stanchi di camminare si misero a correre. Schede per crescere nella coppia*, Gribaudo

Mariolina Ceriotti Migliarese, *La famiglia imperfetta: Come trasformare ansie e problemi in sfide appassionanti*, Mondadori

Mariolina Ceriotti Migliarese, *La coppia imperfetta. E se anche i difetti fossero un ingrediente dell'amore?*, Mondadori

Raffaella Iafrate e Rosa Rosnati, *Riconoscersi genitori. I Percorsi di promozione e arricchimento del legame genitoriale*, Erickson

Gary Chapman, *I 5 linguaggi dell'amore. Come dire "ti amo" alla persona amata*, Elledici

John Gray, *Gli uomini vengono da Marte, le donne da Venere. Imparare a parlarsi per continuare ad amarsi*, Sonzogno

Gillini Gilberto, *E poi venni a bussare alla tua porta? Poesie alla sposa*, Porziuncola

Paolo Ciotti, *Giovani sposi in cammino*, EDB

Artigiani dell'amore

Livio Melina, *I primi anni di matrimonio*, Cantagalli

Diocesi di Milano *Sposarsi... e poi? Come accompagnare le giovani coppie*,
Centro Ambrosiano

Dominique Fily, *Vivere con te. I primi anni della coppia oltre i luoghi comuni*,
Città Nuova

APPENDICE

MANUALE PER LA COPPIA PELLEGRINA NEI GIORNI

Arcivescovo di Milano S. Ecc.za mons. Mario Delpini*

Fu trasfigurato davanti a loro (Mt 17,2); Cresce lungo il cammino il suo vigore (Sal 84); Non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro (Mc 9,8); Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo (Mt 28,20).

Un uomo e una donna che si amano e si sono messi in cammino per prepararsi al matrimonio cristiano vivono momenti esaltanti, come una trasfigurazione, e vivono momenti di ordinario tirare avanti: lo splendore abbagliante si è dissolto, «non videro più nessuno, se non Gesù solo».

Ma la promessa di Gesù è di essere con i suoi discepoli tutti i giorni: la sua presenza può bastare.

Gesù è presente la domenica

La domenica è la Pasqua settimanale; è il giorno in cui i discepoli si radunano, il giorno della Chiesa; è il giorno in cui si celebra la messa della domenica. Il pane diventa il corpo che fa dei molti un solo corpo, il vino diventa il sangue che sancisce l'alleanza nuova ed eterna.

La coppia che attraversa i giorni per prepararsi al matrimonio converge per la messa della comunità e sperimenta la grazia di essere in una comunità di fratelli e sorelle, di condividere la parola e il pane, le notizie e le amicizie. La solitudine è vinta, la condivisione incoraggia, edifica, consente uno scambio di esperienze che può ridimensionare i problemi e incoraggiare i sogni.

Gesù è presente il lunedì

Quando la sveglia si accompagna con il malumore, la malavoglia, l'avviarsi stentato di una settimana, perché la giornata non promette nulla di

* Incontro con le coppie in cammino verso il matrimonio sacramento, Milano, 30 marzo 2019.

entusiasmante e certi incontri già si annunciano esasperanti, il lunedì è il giorno in cui uno "ha la luna", si sveglia con la luna storta. Ma c'è una buona ragione per reagire al malumore e alla malavoglia: la persuasione che la vita non è un tirare avanti ma una vocazione a trasfigurare le situazioni per renderle occasioni. Forse un messaggio di "buon giorno" per la persona amata rende buono il giorno anche per chi lo manda. Forse un salmo di lode può aprire il cuore alla meraviglia anche quando la finestra si apre su una città un po' grigia.

Gesù è presente il martedì

Ci sono giorni che sono campi di battaglia, ci sono giorni in cui la frenesia scatena l'adrenalina, l'incalzare degli adempimenti ti travolge, ti esalta, ti strema. Si comincia a correre la mattina e non si sa quando si finisce.

Il vigore cresce lungo il cammino perché c'è quel minuto in cui una voce amica o una immagine cara restituisce il senso di tanto fare e correre.

Il vigore cresce lungo il cammino perché il rapido attraversare una chiesa introduce un raggio di luce nella confusione.

Gesù è presente il mercoledì

«Non tramonti il sole sopra la vostra ira» (Ef 4,26). Può infatti succedere di litigare, di restare amareggiati per una parola o per una dimenticanza, di irritarsi per una scelta non condivisa, per un puntiglio incomprensibile. Può succedere, ma le persone che si amano inventano il rito del perdono, perché l'amarezza non si sclerotizza e la ferita non diventi una cancrena. Gesù ha insegnato a pregare: «rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori». Il bacio al crocifisso e il bacio della buona notte possono essere riti del perdono.

Gesù è presente il giovedì

C'è anche un giorno o una sera o un momento in cui ciascuno è atteso da un'altra parte: l'impegno per la comunità cristiana o la comunità civile o il gruppo dei colleghi o il gruppo degli amici convocano uno da una parte e l'altra dall'altra.

L'amore non toglie il respiro, non isola, non chiude nell'ambito ristretto della coppia, anche se nessuno può dimenticare le priorità per adempimenti che diventano idoli.

Anche quando uno va da solo si sente incoraggiato dal sostegno, dalla stima, dalla fiducia della persona amata. Anche quando gli impegni conducono altrove ciascuno va volentieri: sa quanti talenti ha ricevuto e sa che dovrà rendere conto.

Gesù è presente il venerdì

Al mio paese suona ancora una campana il venerdì alle tre del pomeriggio. La memoria della forma crocifissa dell'amore fino alla fine continua a commuovere, a ispirare, a insegnare che sarebbe ingenuo immaginare che l'amore non comporti anche sacrifici: talvolta proprio la persona amata può essere la spina che trafigge, proprio la parola attesa è quella che più delude. Chi ha deciso di seguire Gesù si dispone a imparare come si possa lasciarsi condurre anche dal soffrire a un amore più grande, a una dedizione più definitiva.

Gesù è presente il sabato

Anche imparare l'arte di riposare fa parte del cammino spirituale, del cammino sapienziale, della preparazione al matrimonio. L'arte di riposare è quella pratica di distacco dall'impegno gravoso e dovuto che può essere anche interessante ed entusiasmante, ma assorbe energie e logora. L'arte di riposare è quell'arte di vivere un tempo lento, per lasciare tempo allo Spirito Santo di darci conforto, luce e forza, per prendersi tempo per camminare con la persona amata inoltrandosi nel bosco, camminando sulla montagna, per dedicare tempo perché un libro possa raccontarci una storia, di passare del tempo a coltivare un orto o un fiore. Ciascuno e ciascuna coppia deve trovare il proprio modo, ma la pratica dell'arte di riposare è altamente raccomandata. Dio stesso, il settimo giorno, si riposò.

ACCOMPAGNARE NEI PRIMI ANNI DELLA VITA MATRIMONIALE

Papa Francesco, *Amoris Laetitia* nn. 217-230

217. Dobbiamo riconoscere come un gran valore che si comprenda che il matrimonio è una questione di amore, che si possono sposare solo coloro che si scelgono liberamente e si amano. Ciò nonostante, quando l'amore diventa una mera attrazione o una vaga affettività, questo fa sì che i coniugi soffrano una straordinaria fragilità quando l'affettività entra in crisi o quando l'attrazione fisica viene meno. Dato che queste confusioni sono frequenti, si rende indispensabile accompagnare gli sposi nei primi anni di vita matrimoniale per arricchire e approfondire la decisione consapevole e libera di appartenersi e di amarsi sino alla fine. Molte volte il tempo del fidanzamento non è sufficiente, la decisione di sposarsi si affretta per diverse ragioni, mentre, come se non bastasse, la maturazione dei giovani si è ritardata. Dunque, gli sposi novelli si trovano a dover completare quel percorso che si sarebbe dovuto realizzare durante il fidanzamento.

218. D'altro canto, desidero insistere sul fatto che una sfida della pastorale familiare è aiutare a scoprire che il matrimonio non può intendersi come qualcosa di concluso. L'unione è reale, è irrevocabile, ed è stata confermata e consacrata dal sacramento del matrimonio. Ma nell'unirsi, gli sposi diventano protagonisti, padroni della propria storia e creatori di un progetto che occorre portare avanti insieme. Lo sguardo si rivolge al futuro che bisogna costruire giorno per giorno con la grazia di Dio, e proprio per questo non si pretende dal coniuge che sia perfetto. Bisogna mettere da parte le illusioni e accettarlo così com'è: incompiuto, chiamato a crescere, in cammino. Quando lo sguardo verso il coniuge è costantemente critico, questo indica che non si è assunto il matrimonio anche come un progetto da edificare insieme, con pazienza, comprensione, tolleranza e generosità. Questo fa sì che l'amore venga sostituito a poco a poco da uno sguardo

inquisitore e implacabile, dal controllo dei meriti e dei diritti di ciascuno, dalle proteste, dalla competizione e dall'autodifesa. Così diventano incapaci di sostenersi l'un l'altro per la maturazione di entrambi e per la crescita dell'unione. Ai nuovi coniugi è necessario presentare questo con chiarezza realistica fin dall'inizio, in modo che prendano coscienza del fatto che stanno incominciando. Il "sì" che si sono scambiati è l'inizio di un itinerario, con un obiettivo capace di superare ciò che potrebbero imporre le circostanze o gli ostacoli che si frapponessero. La benedizione ricevuta è una grazia e una spinta per questo cammino sempre aperto. Spesso aiuta che si mettano seduti a dialogare per elaborare il loro progetto concreto nei suoi obiettivi, nei suoi strumenti, nei suoi dettagli.

219. Ricordo un ritornello che diceva che l'acqua stagnante si corrompe, si guasta. È quanto accade quando la vita dell'amore nei primi anni del matrimonio ristagna, smette di essere in movimento, cessa di avere quella sana inquietudine che la spinge in avanti. La danza proiettata in avanti con quell'amore giovane, la danza con quegli occhi meravigliati pieni di speranza non deve fermarsi. Nel fidanzamento e nei primi anni di matrimonio la speranza è quella che ha in sé la forza del lievito, quella che fa guardare oltre le contraddizioni, i conflitti, le contingenze, quella che fa sempre vedere oltre. È quella che mette in moto ogni aspettativa per mantenersi in un cammino di crescita. La stessa speranza ci invita a vivere in pieno il presente, mettendo il cuore nella vita familiare, perché il modo migliore di preparare e consolidare il futuro è vivere bene il presente.

220. Il cammino implica passare attraverso diverse tappe che chiamano a donarsi con generosità: dall'impatto iniziale caratterizzato da un'attrazione marcatamente sensibile, si passa al bisogno dell'altro sentito come parte della propria vita. Da lì si passa al gusto della reciproca appartenenza, poi alla comprensione della vita intera come progetto di entrambi, alla capacità di porre la felicità dell'altro al di sopra delle proprie necessità, e alla gioia di vedere il proprio matrimonio come un bene per la società. La maturazione dell'amore implica anche imparare a "negoziare". Non è un atteggiamento interessato o un gioco di tipo commerciale, ma in definitiva un esercizio dell'amore vicendevole, perché questa negoziazione è un intreccio di reciproche offerte e rinunce per il bene della famiglia. In ogni nuova tappa della vita matrimoniale, occorre sedersi e negoziare nuovamente gli

accordi, in modo che non ci siano vincitori e vinti, ma che vincano entrambi. In casa le decisioni non si prendono unilateralmente, e i due condividono la responsabilità per la famiglia, ma ogni casa è unica e ogni sintesi matrimoniale è differente.

221. Una delle cause che portano alla rottura dei matrimoni è avere aspettative troppo alte riguardo alla vita coniugale. Quando si scopre la realtà, più limitata e problematica di quella che si aveva sognato, la soluzione non è pensare rapidamente e irresponsabilmente alla separazione, ma assumere il matrimonio come un cammino di maturazione, in cui ognuno dei coniugi è uno strumento di Dio per far crescere l'altro. È possibile il cambiamento, la crescita, lo sviluppo delle buone potenzialità che ognuno porta in sé. Ogni matrimonio è una "storia di salvezza", e questo suppone che si parta da una fragilità che, grazie al dono di Dio e a una risposta creativa e generosa, via via lascia spazio a una realtà sempre più solida e preziosa. La missione forse più grande di un uomo e una donna nell'amore è questa: rendersi a vicenda più uomo e più donna. Far crescere è aiutare l'altro a modellarsi nella sua propria identità. Per questo l'amore è artigianale. Quando si legge il passo della Bibbia sulla creazione dell'uomo e della donna, si osserva prima Dio che plasma l'uomo (cfr. *Gen* 2,7), poi si accorge che manca qualcosa di essenziale e plasma la donna, e allora vede la sorpresa dell'uomo: "Ah, ora sì, questa sì!". E poi sembra di udire quello stupendo dialogo in cui l'uomo e la donna incominciano a scoprirsi a vicenda. In effetti, anche nei momenti difficili l'altro torna a sorprendere e si aprono nuove porte per ritrovarsi, come se fosse la prima volta; e in ogni nuova tappa ritornano a "plasmarsi" l'un l'altro. L'amore fa sì che uno aspetti l'altro ed eserciti la pazienza propria dell'artigiano che è stata ereditata da Dio.

222. L'accompagnamento deve incoraggiare gli sposi ad essere generosi nella comunicazione della vita. «Conformemente al carattere personale e umanamente completo dell'amore coniugale, la giusta strada per la pianificazione familiare è quella di un dialogo consensuale tra gli sposi, del rispetto dei tempi e della considerazione della dignità del partner. In questo senso l'Enciclica *Humanae vitae* (cfr. 10-14) e l'Esortazione apostolica *Familiaris consortio* (cfr. 14; 28-35) devono essere riscoperte al fine di ridestare la disponibilità a procreare in contrasto con una mentalità spesso ostile alla vita [...]. La scelta responsabile della genitorialità presuppone la

formazione della coscienza, che è “il nucleo più segreto e il sacrario dell'uomo, dove egli è solo con Dio, la cui voce risuona nell'intimità” (*Gaudium et spes*, 16). Quanto più gli sposi cercano di ascoltare nella loro coscienza Dio e i suoi comandamenti (cfr. *Rm* 2,15), e si fanno accompagnare spiritualmente, tanto più la loro decisione sarà intimamente libera da un arbitrio soggettivo e dall'adeguamento ai modi di comportarsi del loro ambiente». Rimane valido quanto affermato con chiarezza nel Concilio Vaticano II: «I coniugi [...], di comune accordo e con sforzo comune, si formeranno un retto giudizio: tenendo conto sia del proprio bene personale che di quello dei figli, tanto di quelli nati che di quelli che si prevede nasceranno; valutando le condizioni sia materiali che spirituali della loro epoca e del loro stato di vita; e, infine, tenendo conto del bene della comunità familiare, della società temporale e della Chiesa stessa. Questo giudizio in ultima analisi lo devono formulare, davanti a Dio, gli sposi stessi». D'altra parte, «il ricorso ai metodi fondati sui “ritmi naturali di fecondità” (*Humanae vitae*, 11) andrà incoraggiato. Si metterà in luce che “questi metodi rispettano il corpo degli sposi, incoraggiano la tenerezza fra di loro e favoriscono l'educazione di una libertà autentica” (*Catechismo della Chiesa Cattolica*, 2370). *Va evidenziato sempre che i figli sono un meraviglioso dono di Dio, una gioia per i genitori e per la Chiesa. Attraverso di essi il Signore rinnova il mondo*».

Alcune risorse

223. I Padri sinodali hanno indicato che «i primi anni di matrimonio sono un periodo vitale e delicato durante il quale le coppie crescono nella consapevolezza delle sfide e del significato del matrimonio. Di qui l'esigenza di un accompagnamento pastorale che continui dopo la celebrazione del sacramento (cfr. *Familiaris consortio*, parte III). Risulta di grande importanza in questa pastorale la presenza di coppie di sposi con esperienza. La parrocchia è considerata come il luogo dove coppie esperte possono essere messe a disposizione di quelle più giovani, con l'eventuale concorso di associazioni, movimenti ecclesiali e nuove comunità. Occorre incoraggiare gli sposi a un atteggiamento fondamentale di accoglienza del grande dono dei figli. Va sottolineata l'importanza della spiritualità familiare, della preghiera e della partecipazione all'Eucaristia domenicale, incoraggiando le coppie a riunirsi regolarmente per promuovere la crescita della vita spirituale e la solidarietà nelle esigenze concrete della vita. Liturgie, pratiche devozionali ed Eucaristie celebrate per le famiglie,

soprattutto nell'anniversario del matrimonio, sono state menzionate come vitali per favorire l'evangelizzazione attraverso la famiglia».

224. Questo cammino è una questione di tempo. L'amore ha bisogno di tempo disponibile e gratuito, che metta altre cose in secondo piano. Ci vuole tempo per dialogare, per abbracciarsi senza fretta, per condividere progetti, per ascoltarsi, per guardarsi, per apprezzarsi, per rafforzare la relazione. A volte il problema è il ritmo frenetico della società, o i tempi imposti dagli impegni lavorativi. Altre volte il problema è che il tempo che si passa insieme non ha qualità. Condividiamo solamente uno spazio fisico, ma senza prestare attenzione l'uno all'altro. Gli operatori pastorali e i gruppi di famiglie dovrebbero aiutare le coppie di sposi giovani o fragili a imparare ad incontrarsi in quei momenti, a fermarsi l'uno di fronte all'altro, e anche a condividere momenti di silenzio che li obblighino a sperimentare la presenza del coniuge.

225. Gli sposi che hanno una buona esperienza di "apprendistato" in questo senso possono offrire gli strumenti pratici che sono stati utili per loro: la programmazione dei momenti per stare insieme gratuitamente, i tempi di ricreazione con i figli, i vari modi di celebrare cose importanti, gli spazi di spiritualità condivisa. Ma possono anche insegnare accorgimenti che aiutano a riempire di contenuto e di significato questi momenti, per imparare a comunicare meglio. Questo è di somma importanza quando si è spenta la novità del fidanzamento. Perché quando non si sa che fare col tempo condiviso, uno o l'altro dei coniugi finirà col rifugiarsi nella tecnologia, inventerà altri impegni, cercherà altre braccia o scapperà da un'intimità scomoda.

226. I giovani sposi vanno anche stimolati a crearsi delle proprie abitudini, che offrono una sana sensazione di stabilità e di protezione, e che si costruiscono con una serie di rituali quotidiani condivisi. È buona cosa darsi sempre un bacio al mattino, benedirsi tutte le sere, aspettare l'altro e accoglierlo quando arriva, uscire qualche volta insieme, condividere le faccende domestiche. Ma nello stesso tempo, è bene interrompere le abitudini con la festa, non perdere la capacità di celebrare in famiglia, di gioire e di festeggiare le belle esperienze. Hanno bisogno di sorprenderci insieme per i doni di Dio e alimentare insieme l'entusiasmo per la vita.

Quando si sa celebrare, questa capacità rinnova l'energia dell'amore, lo libera dalla monotonia e riempie di colore e di speranza le abitudini quotidiane.

227. Noi Pastori dobbiamo incoraggiare le famiglie a crescere nella fede. Per questo è bene esortare alla Confessione frequente, alla direzione spirituale, alla partecipazione ai ritiri. Ma non bisogna dimenticare di invitare a creare spazi settimanali di preghiera familiare, perché "la famiglia che prega unita resta unita". Come pure, quando visitiamo le case, dovremmo invitare tutti i membri della famiglia a un momento per pregare gli uni per gli altri e per affidare la famiglia alle mani del Signore. Allo stesso tempo, è opportuno incoraggiare ciascuno dei coniugi a prendersi dei momenti di preghiera in solitudine davanti a Dio, perché ognuno ha le sue croci segrete. Perché non raccontare a Dio ciò che turba il cuore, o chiedergli la forza per sanare le proprie ferite e implorare la luce di cui si ha bisogno per sostenere il proprio impegno? I Padri sinodali hanno anche evidenziato che «la Parola di Dio è fonte di vita e spiritualità per la famiglia. Tutta la pastorale familiare dovrà lasciarsi modellare interiormente e formare i membri della Chiesa domestica mediante la lettura orante e ecclesiale della Sacra Scrittura. La Parola di Dio non solo è una buona novella per la vita privata delle persone, ma anche un criterio di giudizio e una luce per il discernimento delle diverse sfide con cui si confrontano i coniugi e le famiglie».

228. È possibile che uno dei coniugi non sia battezzato, o che non voglia vivere gli impegni della fede. In tal caso, il desiderio dell'altro di vivere e crescere come cristiano fa sì che l'indifferenza del coniuge sia vissuta con dolore. Ciò nonostante, è possibile trovare alcuni valori comuni da poter condividere e coltivare con entusiasmo. In ogni modo, amare il coniuge non credente, dargli felicità, alleviare le sue sofferenze e condividere la vita con lui è un vero cammino di santificazione. D'altra parte, l'amore è un dono di Dio, e lì dove si diffonde fa sentire la sua forza trasformatrice, in modi a volte misteriosi, fino al punto che «il marito non credente viene reso santo dalla moglie credente e la moglie non credente viene resa santa dal marito credente» (1Cor 7,14).

229. Le parrocchie, i movimenti, le scuole e altre istituzioni della Chiesa possono svolgere diverse mediazioni per curare e ravvivare le famiglie. Per esempio, tramite strumenti come: riunioni di coppie vicine o amiche, ritiri

brevi per sposi, conferenze di specialisti su problematiche molto concrete della vita familiare, centri di consulenza matrimoniale, operatori missionari preparati per parlare con gli sposi sulle loro difficoltà e aspirazioni, consulenze su diverse situazioni familiari (dipendenze, infedeltà, violenza familiare), spazi di spiritualità, laboratori di formazione per genitori con figli problematici, assemblee familiari. La segreteria parrocchiale dovrebbe essere in grado di accogliere con cordialità e di occuparsi delle urgenze familiari, o di indirizzare facilmente verso chi possa dare aiuto. C'è anche un sostegno pastorale che si dà nei gruppi di sposi, tanto di servizio che di missione, di preghiera, di formazione o di mutuo aiuto. Questi gruppi offrono l'opportunità di dare, di vivere l'apertura della famiglia agli altri, di condividere la fede, ma al tempo stesso sono un mezzo per rafforzare i coniugi e farli crescere.

230. È vero che molte coppie di sposi spariscono dalla comunità cristiana dopo il matrimonio, ma tante volte sprechiamo alcune occasioni in cui tornano a farsi presenti, dove potremmo riproporre loro in modo attraente l'ideale del matrimonio cristiano e avvicinarli a spazi di accompagnamento: mi riferisco, per esempio, al Battesimo di un figlio, alla prima Comunione, o quando partecipano ad un funerale o al matrimonio di un parente o di un amico. Quasi tutti i coniugi riappaiono in queste occasioni, che potrebbero essere meglio valorizzate. Un'altra via di avvicinamento è la benedizione delle case, o la visita di un'immagine della Vergine, che offrono l'occasione di sviluppare un dialogo pastorale sulla situazione della famiglia. Può anche essere utile affidare a coppie più adulte il compito di seguire coppie più recenti del proprio vicinato, per incontrarle, seguirle nei loro inizi e proporre loro un percorso di crescita. Con il ritmo della vita attuale, la maggior parte degli sposi non saranno disposti a riunioni frequenti, e non possiamo ridurci a una pastorale di piccole élites. Oggi la pastorale familiare dev'essere essenzialmente missionaria, in uscita, in prossimità, piuttosto che ridursi ad essere una fabbrica di corsi ai quali pochi assistono.

INDICE

PRESENTAZIONE	p. 3
USCIRONO A SEMINARE... Accompagnare gli sposi nei primi anni di matrimonio	p. 5
SPUNTI PER UN CAMMINO DELLA COPPIA NEI PRIMI ANNI DI MATRIMONIO	p. 11
ESPERIENZE	
“NON C’È DUE SENZA TE” Percorso per giovani coppie alla luce della Parola di Dio	p. 23
GRUPPI GIOVANI COPPIE E COPPIE CON FIGLI DA ZERO A TRE ANNI	p. 29
“ACCOMPAGNARE NEI PRIMI ANNI DI VITA MATRIMONIALE”	p. 39
PROPOSTE di opere d’arte, film, libri	
OPERE D’ARTE	p. 45
FILM GIOVANI COPPIE	p. 49
BIBLIOGRAFIA PER APPROFONDIMENTI	p. 63

APPENDICE

**MANUALE PER LA COPPIA
PELLEGRINA NEI GIORNI**

p. 67

**ACCOMPAGNARE NEI PRIMI ANNI
DELLA VITA MATRIMONIALE**

p. 71

Finito di stampare nel mese di luglio 2019
presso Boniardi Grafiche - Milano