



Cenacolo Gennaio 2022

L'amore nel Matrimonio

Carissimi,

in questo mese si compiono le festività natalizie e riprende il cammino ordinario di vita cristiana. Ci soffermiamo a considerare il cammino d'amore che fa maturare i legami e i sentimenti all'interno delle nostre famiglie.

Buon incontro e, anche se persistono intorno a noi tante difficoltà, buon anno! Non abbattiamoci...

don Alessandro

Iniziamo con il Segno di croce

Lasciamo almeno un minuto di silenzio per entrare nella preghiera.

INNO - La vera gioia (Frisina) <https://www.youtube.com/watch?v=034LnZ8eMuk>

La vera gioia nasce nella pace, la vera gioia non consuma il cuore, è come fuoco con il suo calore e dona vita quando il cuore muore; la vera gioia costruisce il mondo e porta luce nell'oscurità.

La vera gioia nasce dalla luce, che splende viva in un cuore puro, la verità sostiene la sua fiamma perciò non tiene ombra né menzogna, la vera gioia libera il tuo cuore, ti rende canto nella libertà.

La vera gioia vola sopra il mondo ed il peccato non potrà fermarla, le sue ali splendono di grazia, dono di Cristo e della sua salvezza e tutti unisce come in un abbraccio e tutti ama nella carità. (bis)

Letto 1 (dopo la lettura lasciate un minuto di silenzio) - SINTESI del IV capitolo

Il quarto capitolo della lettera "La gioia dell'amore" tratta dell'amore nel matrimonio, e lo illustra a partire dall'inno all'amore di San Paolo scritto nella lettera alla comunità di Corinto (1 Cor. 13, 4-7). Il capitolo è una vera e propria esegesi attenta, puntuale, ispirata e poetica del testo. Potremmo dire che si tratta di una collezione di frammenti di un discorso amoroso che è attento a descrivere l'amore umano in termini assolutamente concreti. Si resta colpiti dalla capacità di introspezione psicologica che segna questo commento. L'approfondimento psicologico entra nel mondo delle emozioni dei coniugi - positive e negative - e nella dimensione erotica dell'amore. Si tratta di un contributo estremamente ricco e prezioso per la vita cristiana dei coniugi, che non aveva finora paragone in precedenti documenti papali. A suo modo questo capitolo costituisce un trattato, consapevole della quotidianità dell'amore che è nemica di ogni idealismo: «non si deve gettare sopra due persone limitate - scrive il Pontefice - il tremendo peso di dover riprodurre in maniera perfetta l'unione che esiste tra Cristo e la sua Chiesa, perché il matrimonio come segno implica "un processo dinamico, che avanza gradualmente con la progressiva integrazione dei doni di Dio"» (AL 122). Ma d'altra parte il Papa insiste in maniera forte e decisa sul fatto che «nella stessa natura dell'amore coniugale vi è l'apertura al definitivo» (AL 123), proprio all'interno di quella «combinazione di gioie e di fatiche, di tensioni e di riposo, di sofferenze e di liberazioni, di soddisfazioni e di ricerche, di fastidi e di piaceri» (AL 126) che è appunto il matrimonio. Il capitolo si conclude con una riflessione molto importante sulla «trasformazione dell'amore» perché «il prolungarsi della vita fa sì che si verifichi qualcosa che non era comune in altri tempi: la relazione intima e la reciproca appartenenza devono conservarsi per quattro, cinque o sei decenni, e questo comporta la necessità di ritornare a scegliersi a più riprese» (AL 163). L'aspetto fisico muta e l'attrazione amorosa non viene meno ma cambia: il desiderio sessuale col tempo si può trasformare in desiderio di intimità e complicità. «Non possiamo prometterci di avere gli stessi sentimenti per tutta la vita. Ma possiamo certamente avere un progetto comune stabile, impegnarci ad amarci e a vivere uniti finché la morte non ci separi, e vivere sempre una ricca intimità» (AL 163).

Preghiamo alternandoci

Signore, l'amore è paziente. **Donaci di saper attendere i tempi di ognuno.**

Signore, l'amore è benigno. **Aiutaci a desiderare sempre il bene dell'altro prima del nostro, anche se ci costa.**

Signore, l'amore non è invidioso. **Insegnaci a gioire per i successi degli altri.**

Signore, l'amore non si vanta. **Donaci l'umiltà di riconoscere i tuoi doni.**

Signore, l'amore non si gonfia. **Guidaci perché possiamo mettere al centro gli altri.**

Signore, l'amore non manca di rispetto. **Fa che possiamo vedere nell'altro il Tuo volto.**

Signore, l'amore non cerca il proprio interesse. **Facci gustare la gioia della gratuità.**

Letto 2 (dopo la lettura lasciate un minuto di silenzio)

Il cuore umano è capace di un'indubbia nobiltà, dei più alti gradi di eroismo e di santità, ma anche delle più grandi nefandezze e degli istinti più disumani. La morale cristiana non guarda con sospetto ai sentimenti. Al contrario, dà un'importanza fondamentale al fatto che essi vengano curati ed educati, perché hanno uno straordinario rilievo nel-

la vita morale. Orientare ed educare l'affettività richiede un lavoro di purificazione, perché il peccato ha introdotto la zizzania del disordine nel cuore di tutte le persone, e dunque bisogna guarirlo. San Josemaría ha scritto: *Non ti dico di togliermi gli affetti, Signore, perché con essi posso servirti, ma di affinarli nel crogiolo*. Occorre costruire sul fondamento sicuro delle esigenze della dignità dell'uomo, del rispetto e della sintonia con tutto ciò che la sua natura esige e le è proprio. Il migliore stile affettivo, il miglior carattere, sarà quello che ci colloca in un'orbita più prossima alla singolare dignità che compete all'essere umano. Nella misura in cui riusciremo a far questo, diventeranno per noi più accessibili la felicità e la santità. Ogni sentimento favorisce alcuni atti e ne ostacola altri. Pertanto i sentimenti favoriscono (oppure ostacolano) una vita psicologicamente e spiritualmente sana, e favoriscono (oppure ostacolano) anche la pratica dei valori che vogliamo raggiungere. Non si può dimenticare che l'invidia, l'egoismo, la superbia o la pigrizia, sono certamente dovuti alla carenza di virtù... Si può dire, quindi, che la pratica delle virtù favorisce l'educazione del cuore, e viceversa. Spesso si dimentica che i sentimenti costituiscono una potente realtà umana, una realtà che - per il bene o per il male - abitualmente con più forza ci spinge (o ci frena) nel nostro agire. Nel passato c'era la tendenza a trascurarne l'educazione, forse perché confusamente ritenuti qualcosa di oscuro e di misterioso, di poco razionale, quasi impossibile da controllare; o forse perché si confonde sentimento con sentimentalismo; oppure perché l'educazione dell'affettività è un compito difficile, che richiede discernimento e costanza, e forse per questo la evitiamo senza neppure rendercene conto. I sentimenti apportano alla vita gran parte della sua ricchezza e sono decisivi per una vita positiva e felice. Quel che occorre per raggiungere la felicità non è una vita comoda, ma un cuore innamorato. Perciò occorre educare il cuore, anche se non è un compito facile. Tutti quanti noi abbiamo la possibilità di controllare in modo sufficiente i nostri sentimenti. Non dobbiamo cadere nel fatalismo di pensare che non sia possibile educarli, e perciò essere convinti che le persone siano irrimediabilmente fatte in un certo modo: generose o invidiose, tristi o allegre, affettuose o fredde, ottimiste o pessimiste, come se ciò fosse dovuto a una natura inesorabile, impossibile da modificare. È vero che le disposizioni sentimentali hanno una componente innata, la cui portata è difficile da precisare; però c'è anche la potente influenza della famiglia, della scuola, della cultura nella quale si vive, della fede. E c'è soprattutto il proprio sforzo personale per migliorare, con la grazia di Dio. Nell'apprendimento emotivo, l'esempio ha un ruolo del tutto preminente. Basti pensare a come si trasmette da genitore a figlio la capacità di riconoscere il dolore altrui, di comprendere gli altri, di offrire un aiuto a chi ne ha bisogno. Sono stili emotivi che tutti noi impariamo in modo naturale e registriamo nella nostra memoria senza neppure rendercene conto, osservando coloro che ci stanno attorno. Ma non tutto si riduce a una questione di buon esempio. Vi sono figli egoisti e insensibili, i cui genitori sono persone di gran cuore. Questo avviene perché il modello è importante, però i genitori, oltre a mostrarsi attenti alle necessità degli altri, debbono sensibilizzare i figli a questi valori, cioè aiutarli a scoprire anche loro le necessità degli altri, dire loro quanto sia attraente uno stile di vita basato sulla generosità; inoltre, possono educarli in un clima di esigenza personale, perché senza un minimo di disciplina difficilmente si possono imparare le questioni più importanti per la vita. Oltre a questo, è essenziale che vi sia un clima disteso, di buona comunicazione; che nella famiglia sia facile creare momenti di maggiore intimità, nei quali possano affiorare senza remore i sentimenti di ognuno e così essere capiti ed educati; che non vi sia un eccessivo pudore quando è l'ora di manifestare i propri sentimenti; che sia possibile dire facilmente agli altri, con lealtà e affetto, ciò che di essi non ci è piaciuto... Quando manca questa sintonia nei confronti di un certo tipo di sentimenti (misericordia per la sofferenza altrui, voglia di darsi da fare per superare una contrarietà, gioia per il successo di altri...), o quando questi sentimenti non sono stimolati, o addirittura vengono ostacolati o disprezzati, ognuno tenderà a restringerli e a sentirli sempre meno: un po' alla volta scompariranno dal repertorio emotivo.

A. Aguiló

Se vuoi, puoi guardare questo video con le parole del Papa unite alla testimonianza di una famiglia africana
<https://www.youtube.com/watch?v=iztQkoJgqJs&t=5s>

Domande di riflessione (lasciare almeno 10 minuti di silenzio) e condivisione: Cosa mi ha colpito di queste riflessioni e del video? Quale "educazione ai sentimenti" ho ricevuto e dato? Mi impegno a rallegrarmi per i successi dell'altro e a sottolinearli con gioia? Condivido con gli altri i motivi della mia gioia? Ricordo i momenti nei quali mi sono fidato/a di Dio e degli altri? Quando sono riuscito/a ad ammettere una mia difficoltà o ad accogliere con amore la difficoltà di un altro?

Decina del rosario: Padre nostro insieme

Prima di ogni Ave Maria liberamente si può proporre un'intenzione libera. Gloria al Padre

Preghiamo con queste parole:

Padre Santo, siamo qui dinanzi a Te per lodarti e ringraziarti per il dono grande della famiglia. Ti preghiamo per le famiglie consacrate nel sacramento delle nozze, perché riscoprano ogni giorno la grazia ricevuta e, come piccole Chiese domestiche, sappiano testimoniare la tua Presenza e l'amore con il quale Cristo ama la Chiesa. Ti preghiamo per le famiglie attraversate da difficoltà e sofferenze, dalla malattia, o da travagli che Tu solo conosci: sostienile e rendile consapevoli del cammino di santificazione al quale le chiami, affinché possano sperimentare la Tua infinita misericordia e trovare nuove vie per crescere nell'amore. Amen.

Segno di croce che conclude la preghiera.