

LETTERA END

198

Maggio - Giugno 2018



Equipes
Notre-Dame

Abbià



LETTERA DELLE EQUIPES NOTRE-DAME

Periodico bimestrale della "Associazione Equipes Notre-Dame"

lettera.end@equipes-notre-dame.it

Direttore responsabile: Alessandro Boriani

Equipe di redazione: Patrizia e Valter Scalco, Fra Pier Angelo Manenti, Oriana e Antonio Andolfatto, Rosalba e Fabrizio Brazzorotto, Chiara e Paolo Consolaro, Silvana Paganini, Claudia e Riccardo Pedretti, Flavia e Piergiorgio Praderio



Lettera 197: 5.245 inviate per posta

Reg. SICID n. 1354/2018 del Trib. di Torino il 18/01/2018

Numero 198, maggio - giugno 2018

Chiusura redazionale Lettera 198: 27 aprile 2018

Associazione Equipes Nôtre-Dame

www.equipes-notre-dame.it - segritalia@equipes-notre-dame.it

Stampa: Azienda Grafica Q-PRINT • Gallarate (VA)

*“ecco, io la sedurrò,
la condurrò nel deserto
e parlerò al suo cuore”*

Os 2,16





sommario

Editoriale

Io devo tutto alla preghiera	5
------------------------------	---

In Movimento

Profumo di focaccia, sapore di casa	8
Verona piccola Gerusalemme	10
Caffarel e il matrimonio	12
È tutto qui!	15
La preghiera perseverante	16

Eventi

Non solo ricordi... ma pioggia di grazie	18
Rigenerati dai Prati	20

Formazione

Discernimento. Primo passo	22
Parla, Signore	24
Il respiro nella preghiera	26
Leggerezza	29
Il volto della preghiera	30
Parlaci della preghiera	32
Il luogo della vita spirituale	36

Testimonianze

Mettiamoci in rete	38
Per Irany	40
VR31	43
Stupefatti	44
Oro al Signore	46
Io prego così	47
Sorpresa	49
Finale in ascesa	50
Scossone	51
Un Dono speciale	52
Ricordando zio Dino	54
Una compagna di vita	56
Quaresima e Preghiera	58
Sette bello	59
La vita si fa preghiera	61
"La gru" dell'anima	62
Miracolo	64

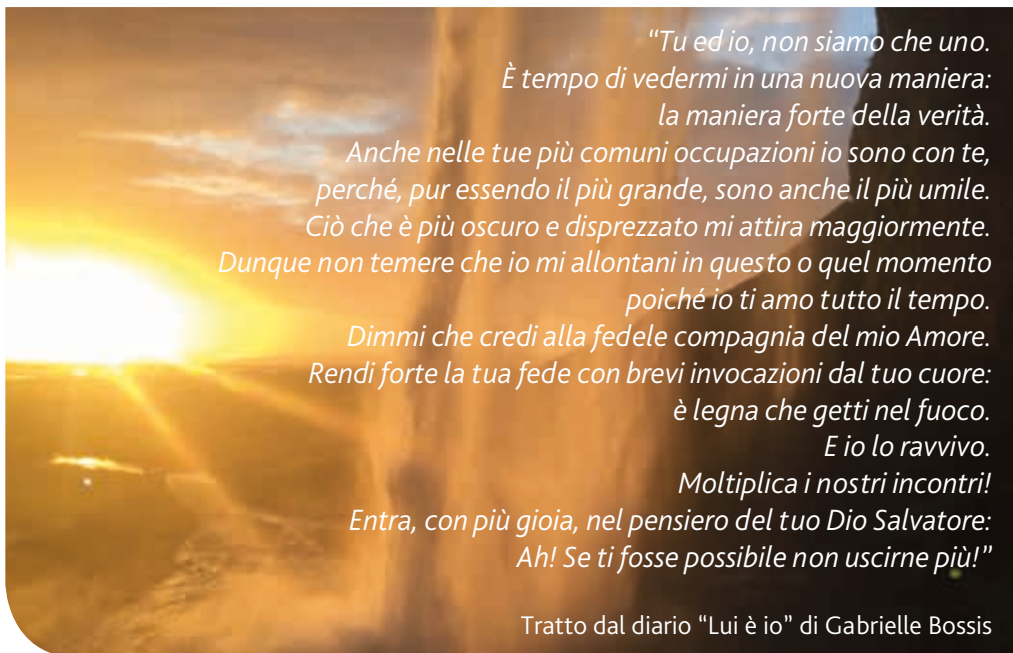
Sestante

66

Intercessori

67

Io devo tutto alla preghiera



*“Tu ed io, non siamo che uno.
È tempo di vedermi in una nuova maniera:
la maniera forte della verità.
Anche nelle tue più comuni occupazioni io sono con te,
perché, pur essendo il più grande, sono anche il più umile.
Ciò che è più oscuro e disprezzato mi attira maggiormente.
Dunque non temere che io mi allontani in questo o quel momento
poiché io ti amo tutto il tempo.
Dimmi che credi alla fedele compagnia del mio Amore.
Rendi forte la tua fede con brevi invocazioni dal tuo cuore:
è legna che getti nel fuoco.
E io lo rinvivo.
Moltiplica i nostri incontri!
Entra, con più gioia, nel pensiero del tuo Dio Salvatore:
Ah! Se ti fosse possibile non uscirne più!”*

Tratto dal diario “Lui è io” di Gabrielle Bossis

Nel pieno della mia giovinezza, durante gli anni universitari, mi fermai un giorno a riflettere su dove avevo sperimentato la gioia più grande. Era per me motivo di grande felicità studiare a Roma, in università dove incontravo gente di tutto il mondo. Gustavo lo studio della teologia e della psicologia che erano le mie passioni. Mi entusiasmavano i viaggi in Africa dove mi recavo per conoscere altri popoli e altre culture. Vivevo con passione il volontariato nel carcere minorile di Casal del Marmo. Gustavo la bellezza dell'amicizia. Ma alla domanda “Dove ho trovato la gioia più grande?” non ho esitato a rispondere: “Nel silenzio e nella preghiera dei monasteri”. Non di rado infatti andavo a trascorrere tempi di ritiro nel monastero trappista di Frattocchie vicino Roma e in Francia nel

monastero cistercense di Lerins e nella comunità di Taizè.

Compresi con grande chiarezza interiore che davvero l'esperienza del silenzio e della preghiera valeva più dei viaggi e dello studio. O meglio, compresi che nel raccoglimento e nella preghiera trovavo il senso di tutte le altre cose e si dischiudeva in me la gioia più profonda. Quasi senza accorgermene, di fatto quei ritiri hanno permeato tutta la mia esistenza, forgiando le mie scelte e orientando la mia missione di prete.

Padre Caffarel aveva ben compreso il primato dell'**orazione** da lui vissuto con rigore e assiduità. Tutta la sua esistenza è ben riassunta dalla sua affermazione: **“Io devo tutto alla preghiera”**.

Tre volte all'anno, a febbraio, giugno e ottobre, padre Caffarel si ritagliava un mese

Il silenzio infatti è come l'aratura della terra

intero di ritiro in un monastero. Questi tempi di totale silenzio e preghiera erano per lui di vitale importanza. Egli non puntava alla quantità delle cose da fare, ma alla profondità con cui le compiva. In questa prospettiva comprendiamo perché, a partire dal 1973, ha lasciato la guida attiva del Movimento e si è ritirato a Troussures per dedicarsi totalmente alla preghiera e all'animazione dei ritiri spirituali. Egli aveva chiaro che è la docilità allo Spirito che rende efficace l'agire degli uomini. E per vivere secondo lo Spirito occorre che la nostra vita sia segnata dalla preghiera e dal silenzio perché Dio si dona a noi nel silenzio. La fecondità e la vivacità

dell'Equipe Notre Dame trova radice proprio nel primato che Caffarel ha dato alla dimensione spirituale, all'incontro a tu per tu con Dio. Ora noi abbiamo la responsabilità di non dimenticare questa radice.

Mi sembra che la nostra generazione avverta una grande esigenza di silenzio essendo frastornata dal sovraccarico di suoni, immagini e parole. Non poche persone oggi in effetti stanno scoprendo il valore del silenzio. C'è così tanto chiasso nel mondo che l'esigenza del silenzio sta diventando vitale. Per questa ragione si stanno moltiplicando le proposte di meditazione. Ma c'è, forse, il rischio di cercare il silenzio e basta. In altre parole, di fare del silenzio un fine a se stesso. Invece il silenzio non è un fine ma un mezzo. Caffarel, da vero profeta qual'era, aveva intuito questo pericolo. Il silenzio è utilissimo ma non è questo che ci salva. Alcuni percorsi meditativi possono accrescere un certo benessere personale ma a volte orientano verso una chiusura individualistica. Oppure possono certo aiutare l'uomo a "svuotare la

mente" lasciandolo poi però in un vuoto esistenziale. Non basta infatti "silenziare" la mente. Questa operazione deve servire ad accogliere ciò che dà senso all'esistenza.

È Marthe Robin che ha condensato in una frase questa importante verità: *"Il silenzio non dona Dio, ma Dio si dona nel silenzio"*. Il silenzio infatti è come l'aratura della terra. Potremmo cioè dire: l'aratura non produce il buon grano, ma il buon grano cresce in

un terreno ben arato. Fare silenzio è come vangare la terra liberandola dalle erbacce che la infestano. Se non si estirpano le erbe e se non si eliminano le grosse pietre che la ingombrano, la terra non può

dare frutti. Ma occorre tuttavia seminare il buon seme e non ci si può certo fermare solo all'aratura. Così è il cuore dell'uomo: è necessario ma non sufficiente liberarlo da tutto ciò che lo appesantisce e lo ingombra. Se ci fermiamo solo all'aratura non faremo mai l'esperienza della gioia per l'abbondanza del raccolto ma sperimenteremo piuttosto il vuoto.

Non basta arare la terra. Non basta fare analisi. Non basta fare meditazione. Non basta fare silenzio, perché l'uomo non basta a se stesso. Ha bisogno di altro, anzi dell'Altro. La preghiera cristiana infatti non è un mero esercizio meditativo, ma è cercare Dio.

Anzi è scoprire di essere cercati da Dio in Cristo Gesù. La preghiera cristiana non è un *"perdersi"* nel tutto, nel cosmo, nella bellezza del creato ma un *"ritrovarsi"* nella relazione personale con il Signore. La favola della bambola di sale spiega bene la prospettiva di alcune pratiche meditative orientali ma non la visione cristiana della comunione con Dio. La bambola, nel rac-

**"Il silenzio
non dona Dio,
ma Dio si dona
nel silenzio"
(Marthe Robin)**

conto, domanda al mare: **"Chi sono io?"** E il mare risponde: "Vieni e capirai". Allora avvicinandosi la bambola chiede ancora: "Chi sono io?". E il mare ripete vieni e capirai. Intanto la bambola entra sempre più nelle acque continuando a porre al mare la domanda, finché si dissolve completamente nell'immensità del mare. Così, secondo la favola, la bambola comprende chi è perché ritorna al suo principio, a quel mare da cui era scaturita. È bella questa favola e contiene certamente un suo fascino. Tuttavia sottintende la perdita dell'io personale: la bambola si scioglie nelle acque del mare, comprende chi è perdendosi e fondendosi nel tutto. Al contrario, attraverso Gesù, noi entriamo in una relazione personale con Dio, che scopriamo essere il "Padre" che ci ama di un amore unico. Il vertice della preghiera cristiana

è l'invocazione **"Abbà"** che esprime la gioia di riconoscerci figli amati. La preghiera purifica la nostra mente dalle immagini distorte di Dio e in Gesù comprendiamo che siamo preziosi ai suoi occhi, anzi che noi stessi siamo stati creati a sua immagine. La meta del cristiano non è il dissolvimento nella divinità ma la comunione con le tre Persone Divine.

In Dio ciascuno di noi conserva il proprio "nome" e vive la propria individualità in una comunione sempre più perfetta. La preghiera non ha per obiettivo la fusione, ma la comunione con Dio. Così come tra le persone divine non c'è confusione: il Padre, il Figlio e lo Spirito sono tre persone unite da una comunione perfetta e infinita ma distinte. Anche l'amore degli uomini nella prospettiva cristiana non è una fusione né un azzeramento delle diversità,

ma una comunione tra persone differenti. Più crescono l'amore e l'unità, più cresce la valorizzazione delle differenze.

Come gli **strumenti di un'orchestra** che creano sinfonia conservando le loro diversità. Il Dio cristiano non è un'entità astratta e indefinita, ma ha un volto preciso che è quello di Gesù Cristo. Il nostro è un Dio che possiamo "ascoltare", "abbracciare", "toccare", perché è un Dio che si è fatto carne. Allora immergersi nel silenzio di Cristo non è un'immersione nel vuoto. Il silenzio è un mezzo per poter incontrare Cristo e per poter ascoltare la sua voce. Il

La meta del cristiano non è il dissolvimento nella divinità ma la comunione con le tre Persone Divine.

silenzio ci apre così a percepire meglio la sua presenza e, lungi dal chiuderci in un'egoistica autoreferenzialità, ci permette invece di crescere nella gioia della comunione con i fratelli. Il fine del silenzio è infatti l'amore e solo nell'amore

gustiamo la gioia piena.

Caffarel lamentava che gli équipiers, nel suo tempo, pregavano poco. Per questo ha voluto inserire, tra gli obblighi scritti nella Carta delle END, quello della preghiera quotidiana e del ritiro annuale di "almeno" quarantotto ore. Riscoprirne il valore è vitale per l'unità della coppia, per l'esistenza di una équipe e per la fecondità del movimento.

Indispensabile per gustare una **gioia profonda**.



padre Saverio Colonna

Profumo di focaccia, sapore di casa (El Genova 26-28 gennaio)



GIORNI densi di attesa prima di incontrarci per la riunione d'Equipe Italia (El). Sentirsi pensati, attesi, una **dimensione dello Spirito** che ricarica gli animi di pace, di gioia; che libera i pensieri più belli perché siano condivisi. E si sa, più si condivide più si moltiplica la gioia fino ad essere incontenibile e contagiosa.

Quando finalmente ci ritroviamo nel tardo pomeriggio di venerdì nel Convento dei Cappuccini di San Bernardino, abbarbicato sulle alture di Genova, il calore degli abbracci si fa sentire forte e sincero.

Un suggestivo e splendido panorama a 180°, che spazia dalla città fino alle vicine Alpi Marittime innevate, passando per il mare aperto che ci dona un senso di infinito, fa da cornice naturale al nostro incontrarci. Insieme a Marco e Cristina, che incarnano gentilezza e competenza, scendiamo lungo le tipiche scalinate e arriviamo nel cuore di Genova, dove, con un'appassionata narrazione di storie e aneddoti, compiamo un breve tour lungo le piazze, i carruggi, i palazzi dei Rolli, fino a raggiungere il Porto Antico.

Al ritorno ci attende una cena tipica che con grande cura hanno preparato le cop-

pie della Genova 81 insieme al loro consigliere. Prima di iniziare, immancabili la preghiera e la messa in comune, momenti molto intensi di ascolto della Parola e di ascolto reciproco, di emozioni forti. Una prossimità di spirito che avvicina i cuori facendoci sentire insieme in cammino nel servizio e avvolti in un grande abbraccio d'amore. Poi alle 23:00, insieme alle coppie che ci ospiteranno per le notti, recitiamo il Magnificat. Una caratteristica che contraddistingue il nostro Movimento è l'ospitalità. **Essere ospitati e ospitare** non è solo aprire la propria casa, ma è un aprirsi con tutto ciò che siamo e abbiamo, è **mettere in circolo l'amore** di cui siamo capaci.

La mattina del sabato, lasciamo le "nostre case" e ci avviamo verso il luogo dell'in-



contro per iniziare i lavori. Come sempre viene dedicato un tempo adeguato per la preghiera e per l'invocazione allo Spirito, momento che don Saverio sapientemente prepara. L'insegnamento del Vangelo di Marco 1,21-28 ci esorta ad andare oltre le parole per poter arrivare sempre al cuore, a **non fermarci alle apparenze**, ma andare nel profondo. Ed è proprio con questo spirito che cerchiamo di affrontare l'impegnativa giornata. I punti da sviluppare sono tanti e abbiamo alcune priorità: il raduno di Fatima si avvicina e dobbiamo decidere quale segno portare nella celebrazione eucaristica di apertura che rappresenti la nostra Super Regione Italia. La Sessione per le nuove équipes sarà a Frascati, mentre confermiamo Giancarlo Bruni e Lidia Maggi quali relatori per la Sessione primaverile a Silvi Marina. Un altro punto importante è la revisione, il rinnovo e l'implementazione dell'archivio dei temi di studio pubblicati sul sito. Per facilitare l'eventuale scelta del tema di studio sia per le nuove équipes, come per chi cammina già da anni.

Nel pomeriggio, grazie alla tecnologia, stabiliamo un collegamento Skype con Paola e Maurizio Barbagianni, nostri contattabili, per alcuni chiarimenti.

Nella celebrazione eucaristica della sera, insieme alle coppie dei quattro settori di Genova, cogliamo l'occasione per dire grazie a Paola e Carlo Vallarino e a Nico e Ketty Di Giesi, rispettivamente per aver contribuito a rinnovare e a dare continuità al sito nazionale dell'equipe.

La bella serata in amicizia e allegria che segue col "zeugo zenéize" e canti popolari, testimonia ancora una volta il forte attaccamento, quasi geloso, alla propria terra degli équipiers genovesi.

La semplicità, l'amicizia e la voglia di felicità che in questi momenti si percepisce è un'esperienza davvero bella. Dice il biso-

gno che c'è in ciascuno di noi di un progredire lento ma costante, a volte faticoso, verso una umanità più vera, più felice, in pace. Eccoci a domenica, giorno della resurrezione e della gioia, che la preghiera del mattino ci ricorda con le parole di Isaia "Rallegratevi ... Sfavillate ... Ecco io farò scorrere, ... come un fiume, la pace" (Is 66,10-12). Ed è con questi sentimenti che dedichiamo la mattinata ad alcuni aspetti della Redazione della Lettera e della Segreteria. Ed infine, condividiamo alcune problematiche legate alle Regioni, andando a concludere nel primo pomeriggio il nostro incontro.

Ringraziamo davvero tanto tutte le coppie che si sono alternate nella preparazione dei pasti, per la grande generosità con la quale si sono prese cura di noi; le coppie CRS dei quattro settori di Genova, Marilde con Marco (A), Cristina con Fabrizio (B), Elena con Gustavo (C), Emanuela con Luca (D), e le coppie che ci hanno ospitato.

Non è mai mancata la mitica focaccia genovese secca e morbida, insieme al pan dolce, sia alto che basso, che con il loro profumo han fatto sentire ognuno di noi amato e accolto: sapore di casa. Gli abbracci e i saluti prolungati dicono quanta amicizia e affetto ci legano. Il ritorno a casa è segnato da una pace interiore, frutto di una **condivisione** semplice e sincera.

Equipe Italia



Verona piccola Gerusalemme

Incontro di E.I. 16-18 marzo



Il punto di ritrovo di E.I. per questi giorni è all'Istituto alle Stimate, polo scolastico molto importante che accoglie studenti dalla scuola primaria alla scuola superiore. Alcuni di noi sono ancora in viaggio, ma insieme a Davide, il nostro accompagnatore e guida preparatissima, iniziamo ad incamminarci verso luoghi poco frequentati dal turismo, ma storicamente significativi, che grazie a tanti volontari veronesi (circa 400) sono aperti al pubblico.

Ci immergiamo per le vie di Verona, dove ci sentiamo dei veri e propri "pellegrini" (coloro che vanno sul campo degli altri), attraversiamo l'Adige, avvolti dalla cordialità degli amici équipiers che si fanno in quattro per farci sentire a nostro agio e ammirare questa bella città. Verona, crocevia di tanti pellegrini, e ricca di chiese

che richiamano la Terra Santa con tanti segni e significati nascosti.

Non manca la tappa sotto il balcone di Romeo e Giulietta e un momento di preghiera davanti allo splendido mosaico di Rupnik nella chiesa delle suore Orsoline, dove ci raggiungono gli ultimi amici di E.I. arrivati. Ormai è buio ed è ora di recarci a cena. Sulla tavola è tutto pronto, preparato con **cura e sobrietà** dalle coppie dell'Equipe del Settore Verona B. Iniziamo così, in semplicità, la nostra preghiera che fa nascere poi quell'armonia che respiriamo nella messa in comune. Ognuno di noi mette sé stesso in quello che scrive, con tanta sincerità e tanto impegno, un'eredità (preparare la messa in comune scritta) di Gianni e Teresa.

Che gioia poi, il giorno dopo, di buon mat-

tino veder arrivare padre Simone, CS della Verona 22, direttore dell'Istituto che ci ospita, con un vassoio di pasticcini, "compito in classe" dei suoi alunni della scuola alberghiera. Dolcezza e tenerezza che, insieme alla preghiera, ci danno la carica per affrontare la giornata.

I punti all'ordine del giorno sono sempre tanti, questa volta per prima cosa ascoltiamo attentamente la situazione delle Regioni. In tutte le Equipes di Regione si lavora molto bene, la collegialità è sempre ricercata e mantenuta, c'è tanta voglia di "cercare insieme". Avere cura è la parola che ha caratterizzato questo momento di condivisione da parte di tutti: in particolare per gli équipiers anziani e nei confronti delle équipes che hanno oltre 20 anni di cammino. In più regioni ci si sta muovendo per dare una formazione appropriata alle CC, servizio importante e delicato all'interno del Movimento. Un altro ambito di cura è il passaggio dei servizi, per dare continuità al **cammino** fatto e preservandone una memoria, senza sminuire la ricchezza delle diversità delle coppie in servizio. Tanti sono i pilotaggi in corso e questo ci fa pensare che il bisogno di spiritualità da parte di tanti sposi è molto sentito.

La nostra attenzione poi va alla definizione del programma delle Sessioni, sia primaverile che estiva, durante le quali si è pensato di offrire un momento di presentazione dell'Equipe Jeune, vista l'esigenza nata in questi anni tra i giovani (figli di équipiers) a Prati di

Tivo. Si è pensato anche a un tempo per presentare un lavoro di raccolta e traduzione degli scritti inediti di padre Caffarel. È stata costituita una piccola équipe di servizio, alla quale è stato dato il mandato di ricatalogare e riordinare l'archivio dei temi di studio, ma soprattutto per cercare di renderli più fruibili e per andare incontro alle esigenze attuali delle coppie sia giovani che meno giovani.

Dolcezza e tenerezza, è così che ricordiamo i giorni a Verona: lavoro intenso, fatiche condivise, gioie raccontate, interrogativi posti, "profumo" di spirito fraterno. Tutto ciò abbracciato dalla premura degli équipiers veronesi "gialli e blu" che ci hanno nutrito, ci hanno ospitato, ci hanno presentato le loro équipes con tanta fantasia e sincerità.

Ringraziamo Francesco e Anna, CRS del settore Verona B e Giovanni e Paola del settore A, insieme a tutte le loro coppie, perché "stare con loro" ci ha regalato gioia in abbondanza. E per questo ringraziamo il Signore!

Equipe Italia



Caffarel e il matrimonio

Al termine di questo simposio, vorrei proporvi tre punti di riflessione che riguardano l'End, padre Caffarel e il matrimonio.

Primo punto, possiamo collegarlo al titolo che è stato dato a padre Caffarel: **un profeta**.

Si tratta di misurare come la sua intuizione, il suo coinvolgimento, il suo lavoro per la fondazione dell'End abbia potuto nascere perché rispondeva a un bisogno. Se l'idea di padre Caffarel ha conosciuto il successo che sappiamo, è perché rispondeva a un bisogno reale delle famiglie cristiane.

Questo bisogno, come lo percepisco a 70 anni di distanza, è commentare il più profondamente e il più realmente possibile il sacramento del matrimonio, non semplicemente attraverso un cammino spirituale personale, ma anche per una interpellanza ecclesiale.

Cammino spirituale personale perché per molti cristiani che sono stati i beneficiari dell'iniziativa di padre Caffarel, si trattava di entrare progressivamente in una comprensione più larga della realtà sacramentale, non solamente per ciò che concerne il matrimonio ma anche per ciò che concerne l'insieme dei sacramenti.

Penso che è questo passaggio, vissuto circa un secolo fa, in particolare a partire dall'enciclica di papa Pio XI, *Casti connubii*, sia stato un'opportunità moderna di riprendere il sacramento del matrimonio

per il suo contenuto e non semplicemente per il giorno della sua celebrazione.

Il secondo punto sul quale vorrei attirare la vostra attenzione emergeva molto bene dalle testimonianze ascoltate: non è solamente lo scoprire la realtà storica del sacramento e l'esplorare in coppia il senso storico della grazia sacramentale, ma è **scoprire che un sacramento è sempre ecclesiale**, non vi è sacramento privato.

Ora questo è paradossale perché per un certo numero di sacramenti, le persone che li ricevono e che li vivono sono sempre delle persone individuali.

Come viviamo la dimensione ecclesiale di questo sacramento particolare?

Non si dà il battesimo a un popolo, salvo in circostanze eccezionali! Si battezzano delle persone. La difficoltà è precisamente di comprendere che questo atto col quale si battezza una persona non concerne solamente la persona che è battezzata, ma la Chiesa tutta intera.

Lo stesso, quando si celebra un matrimonio, si celebra il matrimonio di una coppia, non si celebra il matrimonio in generale, si celebra il matrimonio di quella coppia. Sapete che, nella riflessione teologica, si dibatte per sapere se non è semplicemente lo scambio dei consensi tra i congiunti che costituisce il sacramento. La domanda è: come viviamo la dimensione ecclesiale di questo sacramento particolare?

La creazione dell'End, ha corrisposto anche a questa presa di coscienza che la vita

coniugale non poteva restare rinchiusa nella vita degli sposi, che era indissociabilmente legata alla vita della Chiesa e che questa vita ecclesiale è espressa dall'esperienza della vita nell'End.

Ciò che è uno degli elementi più intimi della vita di coppia diviene l'oggetto di una compartecipazione fraterna in una équipe ecclesiale. Ciò che è il cuore del sacramento del matrimonio diventa un bene ecclesiale attraverso questa compartecipazione tra coppie.

Il terzo punto è il cambiamento di usanze evocato in più riprese: come le società nelle quali viviamo e nelle quali vivono le coppie intendono i differenti modelli del matrimonio e della famiglia? Il rischio, al quale non sempre sfuggiamo, è di lasciarci trascinare a farci i campioni di un modello coniugale.

Il matrimonio monogamo definitivo aperto all'accoglienza dei figli non è un modello confessionale.

Non è perché i cristiani lo vivono come un sacramento, né perché ne esplorano la ricchezza e che hanno un titolo di marchio depositato che darà loro il diritto di reclamare in nome della fede il rispetto di questo modello coniugale. Questo li esporrebbe legittimamente a farsi emarginare da una società laica che non ha alcuna ragione di collegarsi a un modello ispirato dalla fede cristiana.

Che le coppie cristiane facciano l'esperienza incomparabile della ricchezza del matrimonio attraverso la loro vita ecclesiale e sacramentale è una ricchezza per loro, è

una ricchezza per gli altri, è una speranza per tutti, ma questo non è un argomento per pretendere che noi disponiamo di un titolo di proprietà su questo modello coniugale. Beneficiamo di un titolo di servizio.

Siamo chiamati a testimoniare il valore di questo modello coniugale, ma siamo chiamati anche a esprimere come questo modello coniugale corrisponda ad una attesa antropologica, vale a dire a delle condizioni per l'amore umano di incarnarsi in una istituzione sociale che garantisce l'impegno individuale degli sposi.

Ciò che è uno degli elementi più intimi della vita di coppia diviene l'oggetto di una compartecipazione fraterna in una équipe ecclesiale.

Se non arriviamo a trovare i cammini per aiutare a comprendere perché il matrimonio monogamo, definitivo e costruito in vista di allevare dei figli, è un modello che corrisponde ai bisogni dell'essere umano, prima di essere un bisogno dei cristiani, se non arriviamo

a esprimere come queste caratteristiche del matrimonio che noi riconosciamo come le condizioni del sacramento sono conoscibili, ammissibili e benefiche per la ragione umana anche se non è rischiarato dalla fede, allora manchiamo alla nostra missione apostolica.

La nostra esperienza della fede cristiana fa di noi dei precursori, dei profeti o dei testimoni privilegiati, non per imporre i nostri costumi a una società che non li vuole, ma per disvelare a una società che le nasconde le caratteristiche della riuscita dell'amore umano.

È una sfida considerevole, che probabilmente non era così percepibile e facile da esprimere circa 70 anni fa, perché il conformismo sociale faceva apparire meno i

differenti modelli di vita coniugale.

Per concludere, se dobbiamo riconoscere con una azione di ringraziamento il ruolo profetico di padre Caffarel nell'elaborazione di una spiritualità coniugale nel XX secolo e se dobbiamo sviluppare e approfondire ciò che ha portato alla vita delle famiglie cristiane, dobbiamo anche seguire il suo esempio, stando attenti alle nuove caratteristiche alle quali sono interpellati i giovani che vogliono vivere una vita affettiva reale e gratificante e manifestando la ricchezza di ciò che ci rivela l'esperienza dell'End che

Siamo chiamati a testimoniare come questo modello coniugale corrisponda ad un'attesa antropologica, vale a dire a delle condizioni per l'amore umano di incarnarsi in una istituzione sociale che garantisce l'impegno individuale degli sposi.

deve essere posta al servizio di una luce e di una speranza per tutti.

Vi ringrazio.

Intervento al Simposio Internazionale
Collège des Bernardins
Sabato 9/12/2017



*+card André Vingt-Trois,
amministratore apostolico
della diocesi di Parigi*



È tutto qui!



Nella mia prima nota ho presentato i tre cicli nei quali possiamo organizzare i messaggi di Fatima.

In questa seconda nota mi occuperò del terzo ciclo. Suor Lucia ci racconta l'esperienza mistica che ha vissuto a Pontevedra la notte del 10 Dicembre 1925.

Le piaceva ritirarsi nella Cappella durante la notte per fare adorazione, per consolare, per fare compagnia a Gesù nascosto, come ai pastorelli le piaceva dire. E durante l'adorazione ella vide il Cuore di Maria coronato di spine, come segno della sua sofferenza a causa dell'indifferenza degli uomini che vivevano come se Dio non esistesse. La Madonna chiese a Lucia di essere la promotrice della devozione nei primi sabati di cinque mesi consecutivi.

Una richiesta e la grande promessa.

La richiesta: vivere ogni primo sabato del mese, durante cinque mesi consecutivi, in spirito di amore e di riparazione. Come? Attraverso la Confessione sacramentale, la Comunione riparatrice, la recita del Rosario e facendole compagnia per 15 minuti meditando i misteri di Cristo.

La promessa: a coloro che faranno questa devozione la Vergine promette di assisterli con tutte le grazie nell'ora della morte.

È tutto qui! Mi stupisco sempre di più di fronte a questa pedagogia della semplicità, accessibile a tutti. Un'ora al mese, il primo sabato; l'assistenza speciale nell'ora della morte. Se guardiamo più da vicino, vediamo che in realtà abbiamo solo un'ora, durante la quale si concentra il senso di tutta la nostra vita: quest'ora! Allora la presenza confortante della Vergine è per tutta la vita del devoto, e si concentra in quest'unica ora che ci è dato di vivere! Vi invito quindi a fare la devozione dei primi sabati, come miglior preparazione al grande Raduno di quest'anno a Fatima.



*P. José Jacinto Ferreira de Fariás, scj
Consigliere Spirituale ERI*

La preghiera perseverante

Ascoltare, meditare, parlare e tacere davanti al Signore che parla è un'arte che si apprende praticandola con perseveranza. Certamente la preghiera è un dono che reclama tuttavia di essere accolto; è opera di Dio, ma esige un impegno e un'assiduità da parte nostra; soprattutto la continuità e la perseveranza sono importanti. Perseverando nella preghiera, comprendiamo e facciamo esperienza che essa è il **respiro della vita** come il **respiro dell'amore** lo è per una coppia che si ama. La preghiera è comunione con il Padre e con il Figlio nello Spirito Santo, che ci mette in comunione con la creazione come dono,

e con gli altri come fratelli: la preghiera è la vita umana pienamente realizzata. È per questo che bisogna sempre pregare.

Senza scoraggiarsi tuttavia anche se Dio sembra sordo ad ascoltare la nostra preghiera. In effetti, ciò che ci dà non è importante: l'importante è che noi stiamo in Lui e a Lui ci affidiamo. È questo il vero frutto della preghiera, che è come un canale aperto in cui circola l'**ossigeno di Dio**, la vita di Dio che respiriamo. Nell'amicizia profonda con Gesù e vivendo in Lui e con Lui una relazione da figli con il Padre, per mezzo della nostra preghiera fedele e perseverante, possiamo aprire una finestra nel cielo di Dio. Percorrendo il sentiero della preghiera senza considerazioni umane, possiamo anche aiutare gli altri a percorrerla: è anche vero, per la preghiera cristiana, che camminando altri cammini si aprono e possiamo percorrerli con fede.

Santa Teresa di Calcutta insegnava: *"Il frutto del silenzio è la preghiera. Il frutto della*

preghiera è la fede. Il frutto della fede è l'amore. Il frutto dell'amore è il servizio. Il frutto del servizio è la pace". E a una domanda che gli pose una suora su come imparare a pregare, questa grande e umile santa rispose: *"Pregando"*.

E aggiungeva: *"Non si chiede di essere capaci, ma di essere fedeli. Cominciate e finite la giornata con la preghiera. Andate verso il Signore come bambini. Se trovate difficile pregare, potete dire: "Vieni Spirito Santo, guidami, proteggimi, libera il mio spirito affinché io possa pregare. La preghiera non chiede di smettere di lavorare, ma di lavorare come se si trattasse di*

una preghiera. Ciò che conta è di essere con Lui, vivere in Lui, nella sua volontà". Per essere con Cristo, non c'è bisogno di essere laureati, basta essere come Madre Teresa: una persona di preghiera e di fede. Basta essere come quel contadino parrocchiano d'Ars che tutte le sere dopo il lavoro andava in chiesa e ci restava per molto tempo senza aprire la bocca contemplando il Crocefisso. Alla domanda del Santo Curato d'Ars su come riempisse quel lungo momento di preghiera, quest'umile lavoratore della terra rispose *"Io lo guardo e Lui mi guarda"*.

Tratto da
"Zenit"
14 ottobre 2016



Francesco Follo

"Il frutto del silenzio è la preghiera. Il frutto della preghiera è la fede. Il frutto della fede è l'amore. Il frutto dell'amore è il servizio. Il frutto del servizio è la pace."



*La preghiera:
il respiro della vita come respiro dell'amore*

Non solo ricordi...

Riflessioni, commenti, emozioni e ricordi di un Consigliere Spirituale e di diciannove coppie del Settore Sicilia Est, presenti alla Sessione Nazionale Estiva di Prati di Tivo.

Ho potuto toccare con mano il grande respiro ecclesiale e il meraviglioso spessore spirituale del nostro movimento.

Padre Gaetano Canalella CL 1

È un luogo, ma soprattutto un tempo, che ci è concesso, un dono per permetterci di fare il punto sul cammino scelto per sé e per la coppia.

Gilda e Peppe Di Vita CL 1

Il ritrovarsi con le altre coppie, il clima gioioso e familiare ecc...sono tutte esperienze che ci hanno profondamente arricchito.

Lucia e Carlo Tossani SR 1

Una boccata d'ossigeno e di Spirito Santo per volare ad alta quota! Siamo nati per essere aquile e domare il vento. Adesso il Vento soffia sulle nostre ali!...

Concy e Marco Cocciadiferro CL 9

Ci siamo affidati a Dio e lo abbiamo ringraziato per questo dono.

Rosy e Alessio Oliveri Paternò 2

Man mano tocchiamo porti prima irraggiungibili: la coppia del nostro Settore mai avvicinata, quella della nostra Regione e delle altre, persino gli "intoccabili" di Equipe Italia! Scopriamo che tutti sono fatti di carne, emozioni, pensieri, errori, sogni e Speranza come noi.

Tutti insieme saliamo su e arriviamo a toccare il cielo...tutti insieme! Grazie!

Alessandra e Peppe Fiorino CL 2

Da subito ci siamo sentiti accolti come se già ci conoscessimo da sempre

Anna e Angelo La Catena SR 2

Un'altra meraviglia è stato poter vivere il salmo che dice: "ecco quanto è bello e soave che i fratelli stiano insieme..." poter assaporare la gioia di sentirsi tutti fratelli, condividendo la gioiosa certezza della fede, con altri, mai incontrati prima, con i quali siamo subito entrati in sintonia.

Catena e Alessandro Calabrese CL 4

Vivere questa esperienza con i nostri figli al seguito ci inorgolisce.

Maria e Antonio Aglieco SR 1

Spesso ci capita di sentirci una coppia "mosca bianca". A Prati di Tivo abbiamo trovato e ritrovato tante "mosche bianche",

Adriana e Maurizio Papa SR 2

L'incontro nazionale END, attraverso il confronto autorevole, intenso e formativo, conferisce sicurezza ricchezza e forza al nostro essere coppia e famiglia cristiana.

Betty e Mimmo Italia SR 1

L'esperienza delle equipe miste ci ha permesso di mettere in comune con molta naturalezza e spontaneità la nostra vita insieme a delle persone estranee, conosciute in quell'occasione, ma fratelli nella nostra vita spirituale.

Angela e Adriano CR 2

Aver conosciuto coppie con tanti anni di cammino nelle END che ci hanno dato speranza per il nostro futuro e ci hanno fatto sentire meno soli nel presente. GRAZIE per questo dono...

Rutiana e Seby Sicura SR 2

Abbiamo sentito il calore della famiglia negli abbracci di persone mai viste prima.

Valentina e Tonino Lunetta CL 8

Come sempre, siamo arrivati alla Sessione assetati di Parole, di volti amici, di abbracci. Come sempre erano li, per noi, ci aspettavano. Il Signore ci aspettava con loro, avevamo un convegno d'amore.

Daniela e Nicola Leonardi CL 1

Capitalizziamo il bello ed il buono di quest'esperienza per farne dono ad altre coppie di amici.

Enza e Michele Albano CL 1

Abbiamo toccato una Chiesa che si spinge gioiosa verso un rinnovamento fatto di sostanza: Gesù Cristo!!!!

Giovanna ed Emilio Contino CL 10

Una occasione di deserto per celebrare l'incontro con il Nostro Signore.

Sandra e Vittorio Randazzo CL 2

Abbiamo vissuto l'esperienza di Prati di Tivo, con un rinnovato entusiasmo, certi che il vento dello Spirito, che soffia dolcemente nel nostro Movimento, crea quel clima di familiarità, fratellanza e unione che ti fa percepire l'altro come parte indivisibile di un unico corpo.

Elena e Giovanni Peritore CL 1

Per noi il viaggio è stato faticoso, ma la stanchezza passa presto e la gioia perdura ancora.

Paola e Iano Semoli SR 1

...ma pioggia di grazie!!!

Rigenerati dai Prati



Sabato 12 agosto. Non manca molto a mezzogiorno. La celebrazione dell'Eucarestia, con cui va concludendosi la Sessione Nazionale Estiva di quest'anno, è giunta al momento della consacrazione.

Il celebrante indugia un attimo prima dell'elevazione, mentre le sue dita si muovono un po' indecise e un po' impacciate tra le particole. Ne alza due, lievemente scostate: lo sguardo rimanda il pensiero all'immagine di **due anelli incrociati**, tanto familiare e cara a tutti i presenti.

Sembra materializzarsi così l'apice e la sintesi di queste giornate: è nella coppia, nella nostra coppia, che oggi Gesù desidera incarnarsi e vivere, per accompagnarci a vivere davvero al cuore di ogni relazione.

È con questa **consapevolezza** nel cuore che siamo tornati da Prati di Tivo... ma forse è meglio partire dall'inizio.

Arriviamo nel tardo pomeriggio di martedì, intimoriti e curiosi: non abbiamo idea di cosa ci aspetti! Siamo in equipe da un anno e mezzo e per noi è ancora un mondo da scoprire ed esplorare. Ci ha portato qui una mail mandata ai Responsabili di Settore, in cui a marzo avevamo chiesto cosa fosse la Sessione Estiva: ci avevano risposto che il nostro desiderio di parte-

cipare era frutto dello Spirito e non andava lasciato cadere... a noi era sembrata solo curiosità, ma ci siamo fidati! I primi sguardi che incrociamo sono amichevoli e rassicuranti: a cena abbiamo già capito che "siamo a casa". È la mattina di mercoledì: accompagniamo i nostri cinque bambini dagli animatori e per noi c'è la relazione di Franco Garrelli. Coéquipier e docente di sociologia, ci offre uno sguardo sulla realtà dell'oggi non centrata solo su quegli elementi che generano **disorientamento, incomprendimento** e sfiducia. Ci invita a guardare in particolare ai ragazzi come ai giovani animati da energie e tensioni che li fanno essere capaci di riflessioni, attenti alle dinamiche vere che vedono vissute dagli adulti. È uno sguardo che non cancella il buio in cui a volte capita di sentirsi, ma punta lo sguardo sulle stelle. A pranzo sperimentiamo l'accoglienza e la fraternità che caratterizzano la nostra esperienza in equipe dal primo giorno: siamo un po' spaesati, ma una delle due coppie che conosciamo ci invita a pranzare insieme... è davvero casa, è davvero festa!

Il tempo per la coppia è sempre un dono prezioso ed accogliamo con gratitudine lo spazio di riflessione del pomeriggio. Abbiamo dei bambini ancora piccoli e cercare di guadagnare uno **sguardo realistico** ma fiducioso sul mondo e sul futuro ci ricarica di speranza. L'equipe di formazione è un fuoco d'artificio... ci sediamo in cerchio con storie e provenienze che si intrecciano qui per la prima volta. Veniamo da Cuneo, Lecco, Caltanissetta, Lucca, Genova, Roma, Cagliari, Verona... dopo due ore, siamo tutti concordi nel dire che veniamo dall'End: le storie di coppie in cammino trovano con gioia un'oasi in cui sostare

insieme. Da questo momento, le cene e i pranzi sono un festoso incontrarsi!

La mattina successiva veniamo trapassati dal grido di suor Rita e Blessing. "Dov'è tuo fratello?" non è una domanda che Dio rivolge solo a Caino, ma ad ognuno di noi...

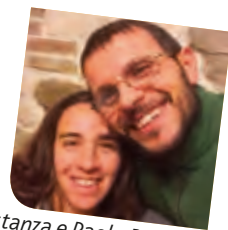
Da vent'anni, questa riflessione anima e spinge suor Rita sulle strade di Caserta alla ricerca di giovani donne usate come oggetti nel giro della prostituzione: i vestiti, la casa, il lavoro sono strumenti per ridonare loro la dignità. La durezza della realtà e la forza indomita della speranza di suor Rita ci hanno commosso fino alle lacrime. Il racconto di Blessing, ragazza africana che è stata sulla strada, con la sua forza e con il suo tono di voce, che davvero sembrava un grido, ha spazzato via ogni nostro alibi e ogni ragionevole giustificazione per la nostra indolenza. Abbiamo concluso la mattinata con la consapevolezza che non poteva bastare la **commozione** e che non potevamo accontentarci delle lacrime: occorre sporcarci le mani per ogni nostro fratello e sorella. Nel primo pomeriggio, abbiamo gustato la dolcezza e la profondità del **dovere di sedersi**: lo abbiamo accolto e raccolto come il frutto maturo di giorni ricchi di grazia e di noi. Da quando siamo diventati genitori, non avevamo mai fatto prima un'esperienza così preziosa e prolungata per la nostra coppia.

Il venerdì mattina... un altro regalo: Padre Ermes Ronchi e Marina Marcolini. Hanno fatto sgorgare per noi un fiume di grazia, amore e misericordia dalle pagine della Parola... un fiume che ci ha sommerso e dal quale siamo riemersi raggianti. Ci hanno accompagnato a contemplare un colloquio tra Elisabetta e Maria da cui sgorga il Magnificat; ci hanno condotto alla consapevolezza del valore teologico dell'amore, cuore della fede di chi si può dire cristiano; ci hanno avvolto con la tenerezza della mi-



sericordia di Dio; ci hanno salutato chiedendoci un abbraccio personale...

Siamo tornati con il cuore traboccante e gioioso, in qualche misura trasfigurati come coppia. L'**intimità tra noi**, l'incontro con altre coppie, l'esperienza dell'End come movimento dal respiro ampio, vivo e vivificante, ci hanno mostrato il volto amorevole e misericordioso con cui Dio guarda e benedice la nostra famiglia. Noi siamo tornati più che convinti di ripetere l'esperienza, ma ci hanno riempito di gioia i nostri figli che, ancora pochi giorni fa (all'inizio di novembre), ci hanno chiesto: "Possiamo tornare ai Prati di Tivo l'anno prossimo?"... certamente sì!



Costanza e Paolo Brioschi
Equipe Lecco 10

Sessione Estiva
"Trasfigurati dall'amore di Cristo
per essere Chiesa del futuro"
Prati di Tivo (TE)
dal 7 all'11 Agosto 2018

Iscrizioni sul sito
www.equipes-notre-dame.it
entro 20 giugno 2018

Primo passo. Consapevolezza del desiderio



Dopo aver visto il film "La grande bellezza" di Sorrentino ho provato un notevole disagio. Un mio confratello, con il quale ero andato al cinema, ha commentato laconicamente: «meno male che hai pagato tu!». Credo che questo disagio nasca dal fatto di trovarsi davanti a scene giustapposte che non hanno un filo apparente che le leghi. Tendenzialmente, invece, davanti alla realtà noi cerchiamo un senso, qualcosa che tenga insieme i frammenti che ci accadono.

A distanza di tempo, tornando a riflettere su quel film, mi è balenata l'idea che forse proprio non raccontando una storia, Sorrentino ha raccontato la storia dell'uomo contemporaneo, un uomo che si ritrova continuamente davanti a fatti apparentemente senza senso e incapace di legare le cose tra loro, provandone un profondo disagio.

Bauman ha proposto un'immagine simile parlando dell'uomo contemporaneo come di colui che si trova davanti alle perle sciolte degli eventi della propria vita, senza

trovare il filo che lega le perle tra loro per farne una collana.

Il discernimento può essere definito come quell'esercizio ermeneutico che ci consente di trovare un senso agli eventi disparati e frammentati della nostra esistenza. Ci troviamo continuamente davanti a situazioni, eventi, relazioni e percepiamo di mancare di qualcosa, non riusciamo a capire esattamente, ci manca qualcosa, non troviamo risposte, non abbiamo chiarezza.

È proprio questa mancanza che genera e mette in moto il discernimento.

Il discernimento quindi non può essere appiattito sulla questione della scelta, ma esso presuppone una consapevolezza di quello che c'è in noi, a partire proprio da questa mancanza. Per usare un'immagine, potremmo dire che il discernimento presuppone la nostra interiorità come un setaccio. Attraverso il discernimento noi scopriamo anzitutto che cosa c'è dentro di noi, ovvero dentro il setaccio, dopo decideremo cosa farne.

Il punto di partenza è quindi la consapevolezza di una mancanza di senso. Questa

mancanza può essere riletta in termini positivi come desiderio. Intraprendiamo un percorso di discernimento perché desideriamo trovare un risposta che non abbiamo.

Come dice la parola stessa de-siderio rimanda innanzitutto a un de- ovvero a una mancanza che ci costituisce. Ci portiamo sempre con noi un **vuoto strutturale**, una mancanza creaturale. Non possediamo la totale chiarezza sulle cose, ci manca sempre inevitabilmente un pezzo, ma paradossalmente è proprio questa mancanza che ci mette in moto, ci spinge a cercare, in altre parole ci fa vivere. Se non percepissimo più questa mancanza, saremmo morti!

Del resto è Gesù stesso che accompagna i discepoli e le persone che incontra in questo cammino di consapevolezza del proprio **desiderio**, necessario perché possa partire la vita spirituale. Anzi, il vangelo di Giovanni potrebbe essere riletto come un'educazione del desiderio: nel primo capitolo, Gesù si volge verso i discepoli che lo seguono e chiede loro «che cercate?», cosa desiderate, cosa vi manca. Nel capitolo due manca il vino a Cana, a questa coppia manca ciò che serve per fare festa nella loro vita. Nel capitolo quattro non manca solo l'acqua, ma Gesù porta la donna samaritana a scoprire piano piano ciò che le manca veramente, un uomo da cui sentirsi veramente amata, lo sposo vero, Gesù che le parla. E poi nel capitolo sei le folle cercano il pane per continuare il loro cammino...fino al cap. 21 dove Gesù risorto chiede ai discepoli che sono andati a pescare: «avete qualcosa da mangiare» e i discepoli non possono rispondere altro che «non abbiamo preso nulla», mettiamo davanti a te la nostra mancanza. Ed è ancora Gesù a donare loro quello che serve.

Facciamo fatica a guardare in faccia il nostro desiderio perché significa riconoscere questo vuoto, fare i conti con la nostra imperfezione e il nostro limite. Ma anche nell'**accompagnamento** non può che essere questo il punto di partenza: cosa stai cercando? Solo da questa domanda può nascere un percorso di discernimento.

Ma la parola de-siderio ha anche un'altra parte: sidus-sideris, stella. È proprio questa mancanza che diventa anche direzione. La mancanza svela la strada su cui incamminarsi. Certo, le stelle possono essere viste solo di notte, ovvero in un momento di oscurità. I desideri emergono quando le cose non sono chiare. Chi infatti pretende di avere tutto chiaro o di controllare tutto, non lascerà mai spazio al desiderio e non intraprenderà mai un cammino di discernimento.

Un'immagine di questa capacità di **cercare nella notte** ci è offerta dalla figura dei magi nel Vangelo di Matteo: i magi lasciano le terre delle loro sicurezze per mettersi a cercare quello che desiderano. Provano gioia mentre seguono la stella, cioè il loro desiderio, ma prima ancora di aver trovato quello che cercano. E per cercare sono pronti a inoltrarsi anche in territori che non conoscono e che possono essere pericolosi.

Giocando ancora sulle parole, potremmo dire che quando nella nostra vita non ci sono desideri da seguire, la nostra vita diventa un dis-astro, una mancanza di stelle.



Gaetano Piccolo SJ

Parla, Signore



Ti ricordi quello che un giorno mi hai detto di Filippo? “E un ragazzo molto servizievole, sempre pronto a farmi le commissioni; talvolta persino è talmente sollecito che parte prima di sapere cosa deve comprare”. Che brava madre sei, ho pensato leggendo la tua ultima lettera. Quando è il momento della tua preghiera quotidiana, ti ci metti senza indugio, ti precipiti come Filippo, pensi a Dio, parli a Dio, tenti di far sorgere il tuo amore per Lui, ancor prima di chiedergli cosa si aspetta, cosa spera da te. Comunque, non ho intenzione di rivolgerti delle **elevate considerazioni** sulla preghiera, ma di darti un consiglio assolutamente semplice, tanto importante quanto modesto d'altronde: non cominciare mai la tua orazione senza aver dapprima segnato una battuta d'arresto, stabilito il silenzio in te, interrogato Dio su ciò che devi farne di quel quarto d'ora di preghiera. Ritorno al tuo Filippo.

Questo ragazzo servizievole è anche un ragazzo ben educato. Ho constatato che davanti a un adulto tace, lascia parlare - anche se la lingua gli prude. Perché davanti a una persona così infinitamente più grande qual è Dio non fai come hai insegnato a tuo figlio? Perché non lasci a Lui l'iniziativa della **conversazione**? Cerca di capire il mio consiglio: non ti invito a domandare a te stessa ciò che tu dirai a Dio, ma a domandare a Lui ciò che deve dirti, quale risposta attende da te, quale atteggiamento d'animo deve essere il tuo per piacerli.

(...) Se prendi l'abitudine di cominciare la tua orazione con un momento di silenzio attento, interrogativo, scoprirai presto in quale senso si può dire che Dio ci parla. Talvolta, da questo silenzio dolcemente nascerà un **pensiero**, un pensiero che ha il sapore della preghiera; riservagli una buona accoglienza; offrilo per far maturare un clima propizio.



Altre volte i pensieri non appariranno così spontaneamente. Dovrai far seguire al silenzio la riflessione, ricercare quella che deve essere la tua preghiera per rispondere all'attesa del Signore. Per esempio, osserverai nello Spirito le perfezioni di quel Dio alla **presenza** del quale ti trovi e forse allora ti si imporrà il bisogno di adorarlo, o di rendere grazie, o di umiliarti.

Oppure ti ricorderai che lo Spirito di Cristo nel profondo della tua anima grida: "Padre! Padre!" e la tua preghiera si farà adesione di tutta la tua fede, di tutto il tuo essere all'amore del figlio per suo Padre. O ancora sarà un avvenimento familiare o mondiale, che ti apparirà come dovesse ispirare la tua preghiera e tu intercederai per gli esseri che hanno bisogno di aiuto, come Abramo alle Querce di Mamre che difendeva le città minacciate dal fuoco del cielo (Gn 18).

Ti sembrerà forse che in tutto ciò Dio non è proprio intervenuto, che tu sola hai cercato e scelto il soggetto della tua preghiera.

A dire il vero, se non ti sei buttata sconsideratamente nella preghiera, se hai domandato con umiltà al Signore di aiutarti, si può giustamente pensare che Egli abbia sostenuto dall'interno il tuo sforzo di **riflessione**, anche se tu non ne hai avuto coscienza, e che Lui ti abbia portato a comprendere i suoi pensieri e i suoi desideri. Trasmettere a un altro i propri pensieri, i propri desideri, non è come parlargli?

Tuttavia rimani sempre modesta, non imitare coloro che immaginano ingenuamente che le idee che vengono loro sono certamente le stesse idee di Dio. Di tutto quello che ti ho scritto, tieni a mente soprattutto che la prima parola della nostra preghiera - sia che siamo principianti o esperti sulla via della preghiera - deve essere sempre quella del giovane Samuele: «*Parla, Signore, il tuo servo ti ascolta*» (1 Sam. 3,9).

Tratto da
"Presenza a Dio - 100 lettere sulla preghiera"
Henri Caffarel

Il respiro nella preghiera



Il cristiano ha la consapevolezza di una verità fondamentale: il senso dell'esistenza è nella relazione con il Creatore. Si esiste perché amati in maniera totale e incondizionata. Si esiste perché relazionati: mai assoluti, bensì interconnessi.

La relazione primordiale, fondamentale e fondante tutte le altre relazioni è la preghiera; essa dà la misura, ovvero la qualità delle altre relazioni.

È alquanto evidente che il corpo è il nostro luogo inevitabile; la nostra vita quotidiana, terrena, avviene sempre dentro – con – attraverso il nostro corpo.

Il cristianesimo, la religione del Dio che si fa carne, ha espresso da sempre questa indispensabilità del corpo. Immaginare l'esperienza della preghiera cristiana disincarnata, cioè a prescindere dal corpo, non è minimamente sensato.

Tuttavia, è noto che la storia del pensiero cristiano registri una lunga distorsione del dato biblico riguardo alla corporeità in favore di un "platonismo dualista".

Scrive Benedetto XVI: «Oggi non di rado si rimprovera al cristianesimo del passato di essere stato avversario della corporeità [...]. La fede cristiana, al contrario, ha considerato l'uomo sempre come essere uni-duale, nel quale spirito e materia si compenetrano a vicenda sperimentando proprio così ambedue una nuova nobiltà». (Deus caritas est, 5).

Il corpo ha le sue leggi, che il Creatore stesso gli ha conferito. Come tale occorre averne la giusta cura sempre: anche nella preghiera.

Già Tertulliano (160-220) una delle più geniali menti teologiche di tutti i tempi, affermava: "caro salutis cardo" (la carne è il cardine della salvezza).

Un altro esempio autorevole di tale magistero lo abbiamo in Romano Guardini (Verona 1885 - Monaco 1968), il teologo italo-tedesco che ha maggiormente influenzato il pensiero cattolico del ventesimo secolo, il quale annovera tra i suoi discepoli lo stesso Joseph Ratzinger.

Già nel 1933, pubblicando gli appunti di un corso di esercizi già predicato, dava un'istruzione sull'importanza della ginnastica e dell'esercizio respiratorio nella pratica della preghiera. Inizia con porsi la domanda: «Che cosa hanno a che fare con la meditazione e con la preghiera? La risposta - dice Guardini - in verità non dovrebbe essere molto difficile: Chi prega, infatti? Chi medita? Non l'"anima" soltanto, non lo "spirito" soltanto, ma l'intero uomo vivente. Il quale è spirito nella materia, più esattamente anima nel corpo; un'unità di

diversi elementi che influiscono scambievolmente gli uni sugli altri. Lo spirito è qualcosa di diverso dal corpo. Ma nell'uomo non si tratta per niente di uno "spirito" e d'un "corpo", ciascuno dei quali sia solo per sé, di realtà com-

patte, unicamente insediate l'una nell'altra, ma di anima e di corpo. Il corpo, però, è materia vivificata dall'anima, la quale è il suo principio informante, esso è materia costruita e penetrata dalla sua azione; e l'anima, a sua volta, è uno spirito vivente nel corpo, rapportato a esso, che da esso riceve e in esso è operante».

Guardini giunge all'osservazione, ancora valida, che i compiti di una "educazione spirituale del corpo" sono a stento toccati. Del molto che ci sarebbe da fare propone la distensione, traducibile anche come "rilassamento". Infatti, "deve sciogliersi la rigidità del corpo che rischia di diventare esso un'altra macchina tra tutte le altre macchine, funzionante duramente e con una fretta inquieta. Il corpo umano deve acquistare la lieta consapevolezza di essere qualcos'altro che una macchina: un mistero di vita caratterizzata dallo spirito". Come, dunque, orientare la mente per far-

le assumere la giusta configurazione? La via è sempre quella della presa di consapevolezza: della coscienza di quanto si vive in quel preciso momento presente iniziando con la ricognizione delle proprie sensazioni corporee; prime fra tutte, quelle respiratorie.

Banale è la constatazione che non si vive senza respirare, ma pericolosa è la non coscienza dello svolgersi di questa funzione. «È il ritmo mediante il quale l'uomo sta in contatto con la vastità dello spazio, circostante».

Il corpo umano deve acquistare la lieta consapevolezza di essere qualcos'altro che una macchina: un mistero di vita caratterizzata dallo spirito.

Il respiro - sottolinea Guardini - è il più delicato membro di collegamento tra la vita del corpo e quella dell'anima, le sfere della nostra esistenza inseparabili. Esso è in certo modo la più tenue forma del corpo; il suo vertice più prossimo all'anima. Non per nulla "spirito" e "respiro", "anima" e "alito" sono espressi con parole simili. Esso è il ritmo che agisce attraverso tutto il corpo sino agli ultimi elementi; e che presenta anzi le più sottili vibrazioni del corpo. Il respiro costituisce un membro di congiunzione tra il pensiero e la realtà; un mezzo di realizzazione. È il terreno comune su cui influiscono vicendevolmente la vita dell'anima e quella del corpo. Esso dà sostanza e tono alla parte spirituale dell'uomo: la parola.

Non si tratta, per lo meno inizialmente, di respirare in una maniera particolare, ma di ascoltare le sensazioni prodotte dal proprio respirare. Poi si procederà ascoltando le sensazioni che vive il proprio corpo; esplorandolo in tutte le sue parti.

Dopo questa prima esplorazione ricognitiva si può utilmente proseguire attraverso la presa di coscienza dei propri pensieri e, in seguito delle proprie emozioni. In altre

parole, rispondendo a due domande: "A che cosa sto pensando? Che emozioni mi provoca questo pensiero?".

Tra le varie pratiche spirituali, l'Esicasmo è metodo a un tempo semplice e complesso. Unifica le tre funzioni fondamentali: il ritmo respiratorio, il battito cardiaco e l'attività cerebrale.

La formula che si ripete non è una frase generica qualsiasi, ma un dialogo con Dio. Possono essere il versetto di un Salmo, o un'invocazione, una lode o un ringraziamento. L'importante, nel metodo, è che sia scandita sul ritmo del respiro. Il suo

metronomo è il battito cardiaco.

La più classica è la Preghiera del Nome di Gesù, poiché, come dice San Paolo: *Chiunque invocherà il Nome del Signore sarà salvato (Rm 10,13)*.



Davide Magni SJ

QUATTRO PASSI PER PREGARE IN COPPIA

Benoît Standaert è un monaco benedettino dell'abbazia di Sant'Andrea a Zevenkerken, nei pressi di Brugge nelle Fiandre occidentali. Ha studiato a Roma, Gerusalemme e Nimega. Si occupa di formazione in patria e all'estero. Numerose le sue pubblicazioni, anche in lingua italiana: Come si fa a pregare?

1. Scegliere un versetto, o un brano della Parola di Dio. Leggerlo lentamente l'uno all'altra.
2. Rileggerlo personalmente e sottolineare il verbo, la parola o la frase che ha colpito e riferirlo all'altro/a
3. Rileggerlo l'uno all'altra e poi scrivere:
Gesù tu dici a me, proprio a me (nome di chi parla)
4. Rileggerlo l'uno all'altra e poi scrivere:
Gesù dopo averti ascoltato ti prego così



Benoît Standaert

Leggerezza

(Lettura dell'icona di pag. 3)



Ispirandomi a Sieger Köder, con questa immagine ho voluto esprimere alcune suggestioni legate alla realtà della preghiera.

Il deserto: va cercato perché lì incontriamo Dio che vuole parlare al nostro cuore (cfr Osea 2,16).

La cappella nel deserto: alcuni sassi tracciano il perimetro di una piccola cappella con l'abside rivolta verso il sorgere del sole. Non si può prescindere da Gesù per mettersi davanti al vero volto di Dio.

Le impronte: la coppia nella preghiera cristiana domanda, supplica, loda, ringrazia. È un momento di profonda autenticità nell'umiltà. Inginocchiandosi e "prostrandosi" davanti a Dio, a Lui consegna tutto perché tutto venga avvolto dal suo amore. Le impronte diventano terra che custodi-

sce tracce di chi davanti a Dio si siede in un dialogo amichevole, o si prostra nell'invocazione o nell'adorazione

Le rose: simboleggiano la vita, il sangue, la preziosità e la vulnerabilità, ma anche l'offerta di un dono a colui che riempie di doni e prodigi la nostra vita.

"In entrata" le impronte sono profonde e sono di una coppia. Le fatiche, i problemi, le ansie, le proprie fragilità sono una domanda accorata di cura, di tenerezza, di misericordia e di salvezza. Il Signore accoglie, abbraccia, accarezza e prende su di sé tutto ciò che gli è affidato.

"In uscita" le impronte sono leggere. L'incontro con il Signore è leggerezza. Non è meschino, cinico, vendicativo il Signore. Non chiede mai l'impossibile, chiede solo tutto ciò che possiamo dare.

Sono ancora impronte di una coppia? O di una sola persona? L'amore di Dio è contagioso, tocca il cuore e lo trasforma, lo rende capace di amare. Così come lui porta il nostro peso, in Lui, con Lui e per Lui diventiamo capaci di portarci vicendevolmente. La vita di molti attende coppie capaci di trasmettere "leggerezza".



don Stefano Colombo
CS Busto Arsizio 2 (Va)

Il volto della preghiera



Un giorno - così si narra in un detto dei padri del deserto - alcuni fratelli chiesero ad abba Agatone: "Abba, nella vita spirituale quale virtù richiede maggior fatica?". Dice loro: "Perdonatemi, ma penso che non vi sia fatica così grande come pregare Dio. Infatti, quando l'uomo vuole pregare, i nemici cercano di impedirlo, ben sapendo che da nulla è così ostacolato come nella preghiera. Qualsiasi opera l'uomo intraprenda, se persevera in essa, possiederà la quiete. La preghiera invece richiede lotta fino all'ultimo respiro". Forse si rimane un po' stupiti dal modo con cui l'anziano monaco accosta l'esperienza della preghiera. La preghiera non trasmette forse alla nostra vita una dimensione **di pace, di gioia, di libertà, di fiducia**? E per di più, come può essere percepita come lotta quella esperienza di intima relazione con un Padre che ci ama? Certamente la preghiera apre la nostra esistenza ad un orizzonte luminoso,

cioè alla relazione con il Padre celeste. Ma onestamente dobbiamo riconoscere che questo avviene dopo un lungo cammino in cui incontriamo innumerevoli resistenze in noi e attorno a noi, ostacoli che spesso ci inducono ad abbandonare la preghiera. La preghiera è il luogo in cui è custodita e matura la nostra fede ed è per questo che c'è un "nemico" che tenta sempre di distruggere o almeno ostacolare il legame con Dio, che la preghiera intesse nella nostra vita quotidiana. Man mano che si avanza nella preghiera ci accorgiamo che essa si purifica, diventa una preghiera di poveri, di mendicanti, sempre **bisognosi di imparare** a pregare.

Allora nei momenti in cui percepiamo la povertà della nostra preghiera, diventa nostra la domanda che i discepoli hanno fatto a Gesù quando l'hanno visto immerso nella preghiera: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli» (Lc 11,1). Cosa hanno visto quei discepoli in Gesù che stava pregando? Non lo sappiamo, ma possiamo intuire che in loro c'è stata un'esperienza forte che ha fatto intuire la bellezza della preghiera, anzi di una preghiera che trasfigura la vita. Il volto di Gesù nella preghiera era il volto del Figlio illuminato dall'amore del Padre, il volto del Figlio obbediente e in ascolto.

È questa la preghiera che Gesù ci insegna. È la sua stessa preghiera rivolta al Padre che ci viene donata: «Quando pregate dite: Padre, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno [...] e non abbandonarci alla tentazione» (Lc 11,2-4). Noi impariamo a pregare solo se il nostro sguardo rimane fisso sul volto di Gesù. La preghiera può trasfigurare la nostra vita solo se pas-

...ma penso
che non vi sia
fatica così grande
come pregare Dio.

sa attraverso una sofferta obbedienza alla volontà del Padre.

Ma se dobbiamo imparare a pregare, dobbiamo anche imparare a **perseverare** nella preghiera. Questa è l'altra grande fatica che incontriamo in questo cammino.

E non è solo la fatica di una preghiera che si confronta con il tempo, questo tempo così frammentato e minacciato, ma soprattutto la fatica di una preghiera non esaudita. Quante volte sorge in noi la domanda: ma Dio sta ascoltando veramente la mia preghiera? Perché non interviene, non mi esaudisce? "Fino a quando, sovranamente - gridano le vittime innocenti della storia - tu che sei santo e veritiero non farai giustizia?" (Ap 6,10).

Per rispondere a questo interrogativo, Gesù narra due parabole che prendono spunto dal modo di comportarsi di un amico verso un altro, e di un padre verso il figlio, per parlare di Dio al quale si rivolge il credente nella preghiera (cfr. Lc 11,5-8). Dio è molto più disponibile di un amico ed è molto più buono di un padre terreno: «Quanto più il Padre vostro del cielo darà lo Spirito Santo a quelli che glielo chiedono!» (Lc 11,13). Se le due parabole servono per infondere in noi la certezza che Dio sempre ascolta la nostra preghiera, esse tuttavia ci orientano anche a comprendere come deve collocarsi la nostra preghiera nel tempo.

"Ebbene, io vi dico: chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chiunque chiede riceve e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto" (Lc 11,9-10). Il **grido insistente** e continuo della preghiera trasforma il tempo dell'attesa in una **paziente** ricerca in cui, poco a poco, l'impazienza del tempo dell'uomo viene modellata sulla pazienza del tempo

di Dio. La preghiera opera questa lenta trasformazione: non dà risposte immediate o soluzioni di vario tipo applicabili alla storia umana. Semplicemente crea uno spazio di attesa che, inevitabilmente, è spazio di conversione alla logica di Dio.

Ma, d'altra parte, la perseveranza nella preghiera non è frutto di un semplice sforzo umano: è dono della misericordia e della fedeltà di Dio. Anzi ci apre a comprendere ciò che può veramente sostenere questa ricerca nella preghiera e ciò che dobbiamo chiedere nella preghiera: "Quanto più il Padre vostro del cielo darà lo Spirito Santo a quelli che glielo chiedono!" (11,13).

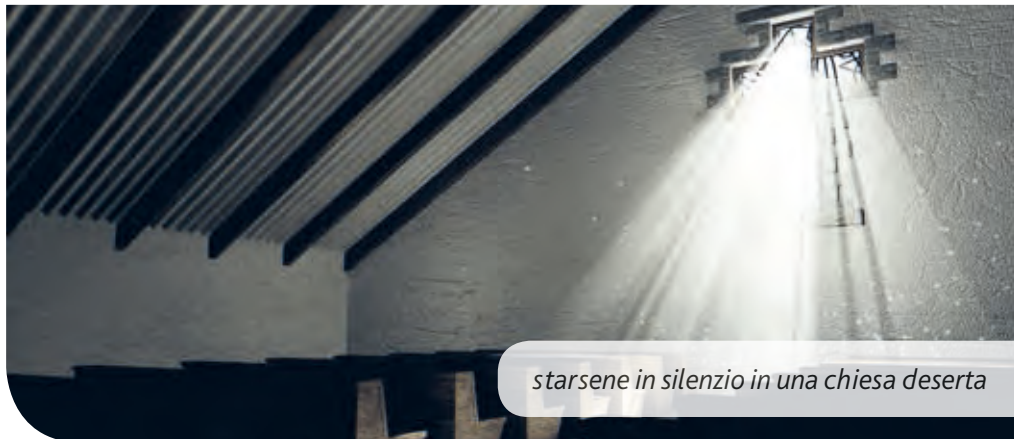
Quante volte sorge in noi la domanda: ma Dio sta ascoltando veramente la mia preghiera? Perché non interviene, non mi esaudisce?

È lo Spirito Santo, che prega in noi incessantemente, a far sì che la nostra preghiera attraversi il tempo dell'attesa rimanendo ancorata alla fede. Ma è lo stesso Spirito Santo a dare qualità alla nostra preghiera, perché ci fa comprendere cosa dobbiamo veramente domandare a Dio: compiere la sua volontà e desiderare sempre ciò che lui desidera per noi. Impariamo ad esser figli, liberi e senza paura nel chiedere al Padre celeste tutto ciò di cui abbiamo bisogno, ma anche, e soprattutto, disponibili a ricevere l'unica cosa che veramente ci serve, lo Spirito Santo che prega in noi e che ci mette in sintonia con la sua volontà.



*fr Adalberto Piovano
comunità monastica
SS. Trinità - Dumenza (Va)*

Parlaci della preghiera



starsene in silenzio in una chiesa deserta

Bella impresa! Prendo il coraggio a due mani, metto l'orecchio vicino al cuore e scrivo quello che il cuore mi detta.

Sono convinto che pregare non significa solo recitare formule, leggere preghiere scritte da altri, compiere determinati riti, ecc. Questi sono strumenti che aiutano, ma la preghiera presuppone tutta una serie di caratteristiche e dimensioni della persona umana.

È tutta la mia persona che entra in azione, coinvolgendo tutte le dimensioni: mente, cuore, affetti, sensazioni, fantasia, intelligenza, meraviglia, memoria, introspezione, volontà, ... non si tratta semplicemente di accendere una candela, portare dei fiori sulla tomba di una persona cara, dire una giaculatoria, ecc..., recitare a memoria una preghiera, una poesia, un brano, conoscere delle tecniche yoga o zen, fare un corso di apprendistato per imparare l'arte della preghiera. Significa entrare in relazione con il Signore della nostra vita. Mi metto alla presenza di Dio, Padre, Figlio, Spirito Santo e mi rivolgo a Colui che in questo momento sento più vicino, con cui ho più familiarità. È un dialogo intimo, familiare, coinvolgente, rigenerante.

Quando mi metto nella disposizione giu-

sta per scendere nel profondo dentro di me, è proprio allora mi trovo nella condizione favorevole di poterLo "sentire", "incontrare", "esperimentare". Mi viene dato di ritrovarmi di fronte alla "sorgente" della vita. Da lì scaturisce la mia voglia di vivere, da lì ricevo tutto quello che sono, che faccio, che sogno, che desidero, che progetto... la forza di rialzarmi dopo una caduta, la voglia di ricominciare... di cercare di fare sempre meglio, ... di cercare e trovare Dio in tutte le cose e in tutte le persone e vedere tutto in Lui.

Occorre imparare a percepire i "**movimenti del cuore**", quello che succede dentro quando mi giungono i messaggi del mondo che mi circonda e mi interpellano; educare gli occhi a saper vedere e andare oltre le apparenze, educare le orecchie non solo a percepire i suoni naturali ma a cogliere quelle voci di dentro... le ispirazioni che vengono da Dio. Così facendo la realtà cambia aspetto, acquista tutta un'altra dimensione e valore.

Allora il mio cuore comincia ad "ardere nel petto":

- quando ascolto le Scritture, incontro il Signore e riconosco il Risorto quando mi sento chiamare per nome

- quando contemplo la bellezza del creato
Lo lodo e Lo ringrazio

- quando Lo riconosco presente in coloro
che vivono al mio fianco, che mi vogliono
bene, che chiedono il mio aiuto e mi offrono
il loro, che condividono le mie gioie e le
mie sofferenze, Lo benedico

- un luogo diventa importante per me perché
lì mi è stato dato di fare l'esperienza di Dio;
ogni volta che ci torno ricevo un dono prezioso,
rivivo l'esperienza, approfondisco la conoscenza
del Risorto

- una persona diventa preziosa per me perché
mi ha indicato la via da seguire, perché mi ha
aperto gli occhi su qualche aspetto della vita,
perché mi è stata vicina, gratuitamente, in un
momento particolare, perché

mi ha dato una mano a risollevarmi: anche
solo ricordarmi di loro è una benedizione per me.
E sapere che prega per me, che parla al Signore
di me, è di grande aiuto

- un libro mi apre gli occhi su una certa
dimensione della vita: lo leggo e lo rileggo
perché continui a farmi del bene e lo consiglio
a coloro che incontro nel cammino di ogni giorno

- un discorso, una omelia, un annuncio mi
interpellano e mi lavorano dentro, trasformandomi

Raccolgo le foto delle persone "importanti per me" e le conservo in un file: quando posso le faccio scorrere lentamente sullo schermo e parlo di loro al Signore: "remember me to God". Fa molto bene al cuore. Sento l'esigenza di scoprire dei luoghi, di ritagliare dei momenti per restare un po' solo e ne faccio tesoro appena mi è possibile: Gesù si alzava presto al mattino, quando era ancora buio, si ritirava in un luogo deserto e lì pregava (Marco 1,35); oppure, la sera, dopo aver congedato la folla, se ne andava, da solo, "per parlare col Padre suo, nel segreto".

Una chiesa silenziosa e appartata, un parco, quando da solo, in auto, in treno, mi reco al lavoro, a fare delle commissioni, quando sono in fila aspettando il mio turno, ... diventano occasioni e tempo prezioso per "riprendere fiato", ascoltare la lettura delle Scritture, per pregare i salmi. Il mondo che mi circonda acquista allora un'altra dimensione, mi diventa familiare, mi ci muovo meglio, vi trovo tutto ciò di cui ho bisogno: prendo, dono, gusto, condivido, offro, ascolto, parlo, canto... diventano attività che mi fanno respirare la

**prendo, dono,
gusto, condivido,
offro, ascolto,
parlo, canto ...**

vita a pieni polmoni. Dopo aver ascoltato la Parola di Dio, "lampada per i miei passi è luce sul mio cammino". (Sal 119,105) ed essermi nutrito dell'Eucaristia continuo l'opera

dell'Incarnazione: il Risorto, nella mia persona, continua ad operare la salvezza per le vie del mondo. Mi ha rigenerato nel battesimo, mi ha fatto diventare figlio di Dio, mi ha chiamato per nome, sono diventato "pietra viva della sua Chiesa", mi invia a portare a tutti la gioia della sua risurrezione. (Mc 16,15)

E allora è "dolce sentire e capire che non sono più solo, ma che son parte di una immensa vita che generosa risplende intorno a me". Faccio parte di un popolo di salvati, in cammino, all'opera per la salvezza di tutti. Vivo l'attimo presente, come dono prezioso del Risorto e, "dimentico del passato, proteso verso il futuro, corro verso la mèta, al premio che Dio ci chiama a ricevere lassù, in Cristo Gesù". (Fil 3,14)



Giacomo Virga SJ

Custodisci il tuo cuore

"In conclusione fratelli, tutto quello che è vero, nobile, giusto, puro, amabile, onorato, quello che è virtù e merita lode, tutto questo sia oggetto dei vostri pensieri". (Fil. 4,8)

Paolo ci porta nell'ambito importantissimo e sconfinato dei pensieri, esortandoci a fare spazio nella nostra mente a tutto ciò che è luce e quindi conforme a verità, giustizia, bontà, bellezza. Lo fa con un altro imperativo "questo sia oggetto dei vostri pensieri", perché questa è l'unica strada per essere Cristiani. Certo non siamo aiutati dal pensiero dominante, fatto di affermazioni, di rivalità, di false verità ripetute quasi all'infinito per farcele assumere come verità oggettive. Ma non solo per questo custodire il pensiero è cosa difficilissima: le mani e i piedi si possono fermare, la bocca si può chiudere e le orecchie tappare, ma fermare il pensiero è cosa ardua, perché la testa va dove vuole. I pensieri volano **come bolle di sapone**... In realtà, però, la testa gira sulle cose che ci interessano e che ci stanno a cuore. Da qui l'importanza di custodire il cuore, centro pulsore e motore del nostro corpo, che guida le nostre azioni e compie opere di discernimento. Dobbiamo far luce nel nostro cuore per sgomberarlo dalle ombre, dalle paure, dal pessimismo; dobbiamo smettere di riempire la nostra testa di pensieri negativi e dobbiamo invece meditare sulle cose positive, sulle cose buone.

Equipers carissimi,
vi invitiamo a condividere la vostra esperienza personale e/o di coppia relativamente alle fatiche di custodire i vostri pensieri ed il vostro cuore, o alle azioni ed emozioni che vi hanno aiutato in quest'opera. Se volete potete farvi sollecitare da alcune domande.
Grazie! Buon pensiero!!

- Qual è il desiderio che mi guida ora?
- Com'è il mio cuore?
- Come riesco a sgombrare il mio cuore dalle ombre?
- Nella nostra coppia c'è collaborazione nel custodire i nostri pensieri?
- Il "Dovere di sedersi" riesce a diventare un confessionale di coppia?
- Riusciamo a dichiararci i reciproci pensieri, positivi e/o negativi che siano?
- Siamo capaci di sorprenderci ancora? Siamo capaci di commozione?
- Siamo facili a seguire l'onda o sappiamo vivere una nostra originalità che trova la sua sorgente nel Sacramento che abbiamo celebrato?



Note tecniche

Per la LETTERA 200 spedire i contributi entro il 15 luglio 2018 a
lettera.end@equip-es-notre-dame.it

La brevità degli articoli (massimo 5.000 battute spazi inclusi) consente di pubblicare un maggior numero di contributi. Il Piano Redazionale 2018 è pubblicato sul sito
<http://www.equip-es-notre-dame.it>

Quando inviate un articolo allegare una foto di coppia che utilizzeremo come firma/riconoscimento visivo al termine dell'articolo stesso, il numero della vostra équipe e qualche immagine (foto) che descriva il senso del vostro contributo. Potete inviarci anche **articoli fotografici** con immagini che spiegate da voi possono trasmettere un sentire che con le parole magari è più complicato.

Il luogo della vita spirituale



In Marco 14,13 si dice che Gesù manda due dei suoi discepoli a cercare la stanza dove celebrare la Pasqua. E Gesù dice di chiedere: "Dov'è la mia stanza?". C'è quindi un luogo dove Lui è di casa. È la stanza superiore, fuori dalle occupazioni ordinarie, già pronta. Qui si svolgono l'ultima cena, l'Eucarestia, la comunione col Signore, le apparizioni del Risorto, la discesa dello Spirito Santo. Questa stanza è dunque il luogo della Chiesa, della comunità, il luogo nel quale siamo in comunione con il Signore. Evidentemente non è un luogo materiale, è il Cristo che attraverso la fede abita nei nostri cuori, è l'uomo interiore. Nella sua prima lettera, Pietro lo chiama **"l'uomo nascosto nel cuore"**. Il punto è proprio trovare questo "dove": tutta la vita spirituale è una vita interiore che procede dal cuore dell'uomo. Il primo esercizio spirituale è quindi prendere coscienza di ciò che avviene dentro di noi. Perché Dio agisce ventiquattro ore al giorno - "Il Padre mio sempre opera" - il problema è prendere coscienza della sua azione dentro di noi. E la **vita spirituale** è la presa di coscienza della vita dello Spirito che in noi agisce, in modo da riconoscerlo, da favorirlo, e da crescere in questo. Quindi l'esame della coscienza è il principio della vita spirituale e il grande peccato dell'uomo è

l'incoscienza, l'oblio, il vivere fuori di sé. Per questo, l'esame di coscienza è quella preghiera che Ignazio di Loyola rende obbligatoria. Poi si potrà discernere, ma prima bisogna prendere coscienza.

Praticamente il nostro cuore è come una scatola nera dove si registra il volo del giorno: la sera è bene aprirla e vedere cosa c'è dentro. Come la Bibbia è una preghiera biblica, è memoria dei doni di Dio, così attraverso l'esame della coscienza la nostra giornata diventa una pagina di storia sacra, diventa memoria dei doni di Dio.

Dio non ha agito una volta sola, agisce ancora, sempre. Ogni nostra giornata è una pagina di storia della salvezza: lo diventa facendo memoria dei doni di Dio.

Poi diventa Eucarestia, perché ringrazio dei doni ricevuti. È molto bello in Romani 12,1: "Vi esorto fratelli, per la misericordia di Dio, a presentare i vostri corpi come sacrificio vivente, santo, gradito a Dio, come culto spirituale". **La nostra vita concreta** è animata dallo Spirito, non conformandoci a questo secolo ma trasformandoci nel rinnovamento della mente, per discernere la volontà di Dio, ciò che è buono, ciò che è gradito, ciò che è perfetto. È la vita materiale che è spirituale, altrimenti rischiamo di risolvere il tema semplicemente con le pratiche spirituali. E invece no, questo è il

Dio incarnato! Ed è questo il senso dell'esame della coscienza come forma fondamentale di preghiera. Così diventiamo contemplativi nell'azione. Normalmente siamo abituati a fare l'esame "di" coscienza, per vedere quante volte abbiamo trasgredito le leggi. È giusto avere anche tale consapevolezza, ma non è questo l'esame **"della" coscienza**, che è invece una forma fondamentale di preghiera, la forma più alta di preghiera, in cui la nostra vita concreta diventa preghiera.

Proviamo quindi a schematizzare il come fare l'esame generale della coscienza:

1) riconoscere e ringraziare Dio nostro Signore per i benefici ricevuti. Mi fa percepire la mia identità, mi pone davanti a Lui, mi fa percepire la Sua volontà e vedere come agisce. Oggi c'è una diffusa insensibilità ai doni di Dio; addirittura non riteniamo più nemmeno doni quelli più ovvi, come il respirare.

Bisogna quindi registrare i doni e vivere nella loro costante coscienza, consapevoli che dietro ad ogni dono c'è il donatore, c'è Cristo, c'è il Padre. Ed è davanti a Lui che noi stiamo.

Il grosso pericolo della vita spirituale è la noia, il vedere come prima cosa i nostri limiti: invece no, **dobbiamo educarci a vedere Dio** e i suoi doni. E rendere grazie. Anche nelle difficoltà. E non solo quando agisco, ma anche quando non posso agire. Trovo Lui crocifisso e mi associo alla sua passione.

2) Davanti ai doni chiedo la grazia di conoscere i peccati, per eliminarli. È una grazia conoscere i peccati! Una grazia da chiedere per conoscere come ho peccato, cioè come ho dato risposta al dono. E il nostro principale peccato è la dimenticanza del dono, il che vuol dire cancellare Dio dalla nostra vita. Spesso siamo "atei pratici".

3) Poi chiedo conto all'anima, dalla levata fino all'esame presente, non delle cose

che ho fatto, innanzitutto, ma dei "pensieri", intesi in senso lato, dei sentimenti, di come ho vissuto. Perché se ho ucciso qualcuno me ne accorgo subito, ma con che sentimento ho agito? Con quale pensiero fondamentale? Perché i pensieri sono proprio i pensieri del cuore, cioè con gioia, con tristezza, con sopportazione. La vera ascesi è a questo livello: eliminare i pensieri e i sentimenti negativi che mi fanno agire negativamente. E devo prendere coscienza di questo. Poi capiterà una cosa strana, cioè che prendendo coscienza di questo, arriverò a capire cose semplicissime, come, per esempio, che ho tutti e sette i vizi capitali; che ho tutte e tre le concupiscenze; che ho tutti i peccati possibili e immaginabili...e allora capisco perché Cristo è morto per me, non per gli altri. Così comincio a diventare cristiano. Poi comincio ad accettare gli altri come miei fratelli e a non giudicarli più. E poi inizio ad esser solidale con gli altri, non perché sono tollerante per una virtù particolare o perché sono illuminato, ma perché li vedo della mia stessa pasta. E questa coscienza della propria umanità e anche del negativo della propria umanità è la santità cristiana, luogo del perdono di Dio e della solidarietà con tutti. Poi chiedo perdono delle parole, infine delle azioni.

4) Il quarto punto è chiedere perdono a Dio nostro Signore per le mancanze.

5) Il quinto è proporre di correggersi. La struttura fondamentale quindi è memoria, Eucarestia e conversione. Ogni giorno, più volte al giorno.

*Tratto da un intervento sugli
Esercizi Spirituali Ignaziani*



Silvano Fausti SJ

Mettiamoci in rete



Cari amici équipiers, con questa lettera vogliamo condividere con tutti voi l'esperienza che da qualche anno stiamo facendo a Verona insieme ad alcune coppie in seconda unione. Pensiamo che altre coppie End siano impegnate in percorsi simili e abbiano come noi il desiderio di scambiare queste esperienze, possibilmente creando anche una rete stabile di comunicazione su questo tema.

Il nostro gruppo è nato 5/6 anni fa nel convento francescano di San Bernardino a Verona, dove i frati sono sempre stati molto sensibili verso la pastorale familiare (percorsi di preparazione al matrimonio molto efficaci e apprezzati considerando i numeri delle frequenze, percorsi biennali per giovani ai primi anni di matrimonio, giornate di ritiro rivolte alle coppie). Tutte queste esperienze sono portate avanti anche da numerose coppie di équipiers e da due frati, Giampaolo Cavalli (da un anno

trasferito all'Antoniano di Bologna) e Lorenzo Raniero, ambedue consiglieri spirituali nei settori di Verona. Quando il Sinodo per la famiglia era ancora in gestazione, noi - siamo due coppie in équipe da molti anni - e i frati ci siamo a lungo interrogati su come far con-vivere nella Chiesa coppie "regolari" e coppie in seconda unione.

Così, senza un progetto preciso, ma con l'intento di tentare cammini comuni, nacque il gruppo, formato da coppie coinvolte o per conoscenza diretta o attraverso un annuncio fatto durante le sante messe nel Convento. Ora il gruppo ha una fisionomia più stabile: è formato per metà da coppie unite nel Sacramento del matrimonio e per metà da coppie in seconda unione. La peculiarità che si è rivelata più positiva per il cammino di tutti è il fatto che non c'è qualcuno che "dà" accoglienza e qualcuno che la "riceve", su una base di uguaglianza e di fraternità (tutti, in tanti sensi, peccatori e bisognosi della misericordia di Dio e desiderosi di accogliere il suo perdono).



Ciò ha determinato un clima di “non-giudizio” che ci sembra evangelico e ha reso possibile gradualmente la confidenza reciproca e l'amicizia sincera. Questo clima è ormai percepito chiaramente da chi a volte si unisce al nostro gruppo.

Davanti alla Parola non ci sono differenze e con questa certezza abbiamo proseguito nei nostri incontri.

Da qualche tempo poi, dopo la preghiera, la seconda parte della riunione è dedicata ad un tema di studio (con approccio non teorico, ma di approfondimento della vita) sulla vita di fede in coppia. Leggere e pregare la Parola insieme a coppie irregolari ci ha molte volte fatto scoprire aspetti, mai notati prima, della pazienza e misericordia di Dio di fronte ad un gran numero di “irregolari” di vario tipo. Questo ci ha arricchiti tutti, ma noi, cosiddetti “regolari”, possiamo aggiungere che siamo stati sempre molto colpiti e incoraggiati dalla fedeltà a Cristo e alla Chiesa dimostrata dai cosiddetti “irregolari” che, pur maltrattati, non si sono stancati e hanno continuato a cercare il Signore e un vero dialogo con la Chiesa. La rabbia iniziale è pian piano evaporata e, col tempo, in tutti è cresciuta la consapevolezza che si poteva camminare

in Cristo e che il gruppo lo permetteva; anche l'esclusione dall'Eucarestia, considerando l'esperienza di incontro col Signore fatto nel gruppo, ha cominciato a pesare meno ed è diventata meno centrale.

Una delle coppie in seconda unione una volta è stata invitata a fare una testimonianza durante una giornata di Settore, ci pare con esito positivo. Quella relazione la mandammo a Papa Francesco (allora tanti scrivevano al Papa) e un po' per scherzo, un po' sul serio pensammo che in vista del Sinodo valeva la pena che lui conoscesse direttamente l'esperienza di una coppia “irregolare”; dopo un po' arrivò a quella coppia un biglietto di ringraziamento e di incoraggiamento scritto di suo pugno, che ha riempito tutti di gioia.

Ecco cosa chiediamo in concreto.

Sappiamo, da voci raccolte qua e là in Italia e anche all'estero, che numerosi équipiers sono impegnati da tempo in attività di accoglienza e accompagnamento di coppie in seconda unione, ciascuno in contesti ed iniziative differenti.

Per noi sarebbe già molto **conoscere** chi è impegnato in questi cammini e **scambiare opinioni ed esperienze**. Per quanto diver-

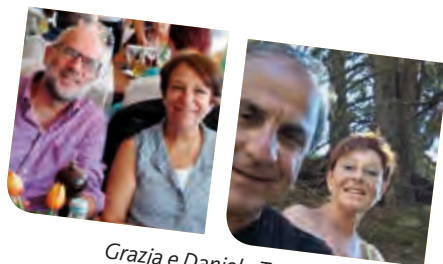
si fra noi, l'appartenenza all'End assicura una sensibilità comune; lo scambio non sarebbe solo di conforto, ma forse potrebbe suggerire idee su come andare avanti, posto che in questo campo non ci sono molte strade già aperte e praticate, che l'orientamento delle Diocesi è molto vario e che noi stessi ci chiediamo quale sviluppo possa avere il nostro gruppo.

In merito al **"come"** poter attuare questa proposta, pensiamo che Equipe Italia, o qualcuno per suo conto, potrebbe raccogliere i nomi di chi è impegnato su questo fronte e **metterci in comunicazione**.

Per chi volesse contattarci, ecco i nostri indirizzi:

Livia e Silvio Valdes: silvaldes@alice.it

Grazia e Daniele Toffali: gdv.dt@alice.it



*Grazia e Daniele Toffali (Verona 5)
Livia e Silvio Valdes (Verona 2)*

Per Irany

La nostra era, ed è tutt'ora, un'équipe anziana e ad un tempo rinnovata, negli anni. Alcune coppie ci hanno lasciati ed altre sono entrate a farne parte, e poi ancora abbandoni e nuovi arrivi.

Con Sandro ed Irany era ormai un rapporto consolidato, avevano iniziato in Italia il loro percorso nei primi anni 70 e non c'erano mai stati ripensamenti; la loro era una presenza discreta caratterizzata più dall'ascolto che dalla parola. Ma quando poi c'era da parlare, si parlava eccome e questo soprattutto era l'atteggiamento di Irany che, con il suo portoghese sempre a mezza bocca intramezzato ormai da un italiano più che accettabile, era comunque partecipe nelle riunioni ufficiali, nelle giornate del Movimento, nelle riunioni di amicizia. Loro, Sandro e Irany c'erano, e li notavi subito, alti, longilinei, mano nella mano



soprattutto negli ultimi tempi in cui le condizioni fisiche di lei lasciavano un po' a desiderare.

Ma noi c'eravamo abituati, Irany aveva un tipo di salute altalenante... si affievoliva e poi si ripigliava e la vita della coppia riprendeva il via anche all'esterno. Molto



spesso oltre che dalla vita dei compagni di équipe - che comunque a livello di Movimento diversi anni fa li ha visti impegnati come responsabili del Settore C, ruolo che hanno svolto in modo serio e ad un tempo sereno - erano presi dagli incontri con la Comunità Brasiliana che, soprattutto per lei, rappresentavano una boccata familiare di echi e ricordi di vita... era lì che il loro primo "impatto emotivo", annunciato con un clamoroso ruzzolone di Sandro in chiesa dove lei assisteva ad un matrimonio, aveva dato inizio ad una lunga storia, ad un percorso di vita attraverso il mondo... Erano rimasti da tempo loro due in casa; Jole si era sposata giovanissima ed insieme a Sandra vivono da molti anni lontane. Il figlio, a Roma, ha come tutti noi i problemi delle distanze cittadine che non facilitano la vita di relazione.

Solo Sandra ogni tanto plana all'improvviso a trovare i suoi vecchietti; senza diretti impegni personali di famiglia, ma comunque con quelli di lavoro che in qualche modo la limitano nei movimenti, appena può ecco che si presenta e organizza e programma, l'estate al mare insieme, ogni tanto una puntata a Schio dove nipoti e pronipoti vivono la loro quotidianità.

A Bologna l'altra figlia li chiama al telefono, li sollecita a salire, a stare un po' insieme. È così poco il tempo che riescono ancora a vivere nella **compagnia reciproca** per parlare, sfogarsi, raccontare... cose da donne... Sandro sta bene a Roma, odia il freddo, nicchia. Irany resta con lui, se partono, partono insieme. È così che si è svolta la loro vita di coppia.

Il bene all'inizio di una vita in due si rad-

doppia e poi si moltiplica e poi si ingigantisce senza più confini di nessun genere, il bene è Amore che diventa un abbraccio alle nuove esistenze, alle nuove scelte, alla vita che sempre si rinnova e non finisce mai di sorprenderci. Ma soprattutto il bene ci lega, ci fonde in qualche modo, ci fa dire sì insieme e insieme ragionare e insieme decidere.

Irany e Sandro, profondamente diversi almeno caratterialmente, ci hanno insegnato che cosa vuol dire: "in coppia", che cosa vuol dire raggiungere il traguardo di sessant'anni di matrimonio e ancora proseguire "insieme" nel bene e nel male, con il senso più pieno della parola "accoglienza l'uno dell'altra".

Però tu Irany non ci hai preparato al nulla, te ne sei andata improvvisamente. Soprattutto solo è rimasto Sandro, e né lui né noi pensavamo di poter vivere questo momento. Per quanto se ne parli, per quanto si approfondisca il concetto, la morte riesce sempre a sorprenderci, a spiazzarci.

Là per là, tutto procede secondo la prassi: fiori, preghiere, domande. È accaduto, non siamo eterni, ricordiamocelo ogni tanto. Ma poi a pensarci bene non è solo la morte della persona cara, carissima, che ci addolora, ma il nuovo "andare" ormai solitario della persona altrettanto cara che continua il suo cammino.

Una settimana dopo la morte della moglie Sandro si è presentato alla nostra abituale riunione di équipe. Lui l'aveva detto che sarebbe venuto, da subito, ed eccolo di nuovo tra noi "il gigante buono" che si guarda attorno e quasi non ci crede ed an-

che noi, in fondo ognuno al proprio cuore, cerca Irany...

E quando tocca a lui parlare, oh com'è difficile dire che si sente solo, solo, solo e cerca Irany dappertutto e non ce la fa a non vederla, a non sentirla, lei è lì con lui in ogni angolo di casa...

È brutto restare soli, molti di noi lo sanno, l'hanno vissuto, hanno ingoiato il magone e sono andati avanti: Mino, Francesco, Franca.

**che possiamo fare
del resto contro
la solitudine del cuore?
e per di più del cuore
di una coppia?**

E la malattia ci ha fatto conoscere un altro tipo di solitudine anche se comunque la presenza così cambiata dal male è comunque presenza, che puoi stringere in un abbraccio... per tutti noi invece il nostro abbraccio stringe solo ricordi e nostalgie... però Sandro è forte, Sandro si dà da fare e Sandra continua a planare più che mai a Roma e continua ad organizzare a programmare. E Jole telefona e lo insegue via cavo e Carlo è pronto ad aiutare come può e per quel che può... e poi ci siamo noi, tutti noi che abitiamo lontano uno dall'altra (accidenti!) ma ci sentiamo spesso per telefono, ci domandiamo ci interessiamo... che possiamo fare del resto contro la solitudine del cuore? e per di più del cuore di una coppia?

Però possiamo prenderci per mano... non siamo soli.



Adele Archetti
Equipe Roma 21

VR31



VR31: questa è “la targa” del nostro gruppo.

Un gruppo nato prima di entrare a far parte del movimento END, grazie a don Marco Bozzola, che ha dato il via agli incontri per neo sposi, così da aiutarci in un cammino tanto meraviglioso quanto complesso.

Siamo partiti in 5 coppie, un po' ci siamo scelti, un po' ci ha scelto il caso nei quattro angoli di Verona e provincia, tanto eterogenei nella provenienza, quanto nella personalità...diversi, eppure ben assortiti come un ottimo cabaret di paste. In breve tempo si sono aggiunte altre 2 coppie e così ci siamo trovati in 15 persone, compreso il consigliere spirituale. Un gruppo nel quale si sono subito creati legami di vera e profonda amicizia, oltre al **cammino di coppia** che stiamo facendo insieme. Nel 2014 è arrivato il primo bimbo: Edoardo, figlio di Simona e Gaetano. Nel 2015 è



stata la volta di Chiara e Daniele, che hanno avuto Viola. La fine del 2016 ha visto la nascita di Dora, figlia di Annagloria e Marco. E poi è arrivato il “magico” 2017, che ci ha donato quattro bambini: Valerio, di Silvia e Pierpaolo, Vittoria, di Veronica e Gaetano, Alice, secondogenita di Chiara e Daniele e Mia, di Silvia e Mattia. E non è tutto, perché anche Lisa e Michele stanno aspettando il loro primo bimbo, che nascerà a giugno 2018!

Quindi, ora siamo 15 adulti e 7 bambini (+1 in arrivo), un numero importante, che ci ha portato a fare delle scelte organizzative.

Già dallo scorso anno abbiamo stabilito un calendario fisso per gli incontri: il terzo week end del mese. In questo modo è molto più semplice organizzarci, senza dover cercare ogni volta la data migliore per

l'incontro successivo. L'anno scorso ci trovavamo il sabato sera, ottimo momento per noi adulti, con la possibilità di concederci del tempo extra dopo cena. L'arrivo dei bimbi ci ha però fatto **cambiare** il momento del ritrovo, che ora è la domenica pomeriggio, intorno alle 17.00.

Si inizia con la preghiera e la discussione e si conclude con la cena; poi tutti a casa a mettere a nanna i piccoli! Inoltre, durante il tempo della discussione, è presente una babysitter che tiene i bambini più grandicelli e li fa giocare. La nuova formula funziona bene: il tempo della discussione viene sfruttato efficacemente e si conclude con la cena in compagnia, che per noi è un

momento fondamentale di condivisione. Essere in 22 persone ha inoltre comportato che non sempre sia possibile trovarci a casa della coppia organizzatrice e, in questi casi, abbiamo avuto la disponibilità del don per trovarci in parrocchia.

Ci è stato detto che siamo il gruppo più numeroso di Verona, ne siamo felici e speriamo di ingrandirlo ancora! Siamo **molto contenti** di portare avanti i nostri incontri nonostante questa speciale "ondata" di nascite, perché è un percorso che abbiamo scelto e che ci aiuta a tenere salda la coppia oltre la frenesia della vita e dello stress quotidiano!

Equipe Verona 31

Stupefatti



Nel 1968 don Giovanni Cereti ci ha fatto la proposta di entrare nell'End. Alla riunione di informazione non ci conoscevamo, ma abbiamo tutti accettato di provare, attratti dal metodo che ci era

stato illustrato. Nostri piloti sono stati Secondo e Magda Ghelfi. Nostro assistente sin dall'inizio è stato don Giovanni, che ci ha poi lasciato quando è andato in missione in Centrafrica. A lui è succeduto

padre Francesco Trapani che ci ha seguiti per quarantun anni; da cinque anni il nostro consigliere spirituale è padre Eugenio Cavallari.

Giunti velocemente al traguardo dei cinquant'anni di Equipe Notre Dame, ci fermiamo stupefatti e cerchiamo di ripensare a tutto quello che è successo e soprattutto a quanto abbiamo ricevuto.

Non è facile fare un bilancio in quanto ognuno di noi ha avuto la sua storia, le sue gioie e i suoi dolori.

Cerchiamo perciò di soffermarci su alcuni punti comuni che ci hanno legato, aiutato, entusiasmato e anche fatto soffrire. Il motivo iniziale che ci ha spinto ad entrare in equipe è stato l'importanza attribuita alla preghiera, seguito dallo studio di un tema, dalla condivisione di momenti di vita e dall'amicizia che ne conseguiva.

E tutto ciò in un piccolo gruppo con persone per noi nuove, ma anch'esse affascinate dal metodo. Il fatto di essere in pochi e con il privilegio di un sacerdote a disposizione era di grande aiuto. Nello stesso tempo la possibilità di allargare gli incontri ad altre équipes e all'intero movimento ci permetteva di assaporare altre esperienze e nuovi amici. Dal piccolo cerchio ad un cerchio molto ampio, sino agli incontri internazionali. Ed ogni volta la sensazione di essere a casa, di condividere idee e sentimenti con amici conosciuti da sempre, uniti dalla profezia evangelica: "Quando sarete riuniti nel mio nome, io sarò in mezzo a voi". Alla base di tutto vi era naturalmente la ricerca di una spiritualità **in coppia**, la novità che il movimento ci proponeva.

Abbiamo provato cosa è la vera **ospitalità**, l'aprire la nostra casa alle End e successivamente a chiunque avesse bisogno di

stare con noi ("veniamo a mangiare un po' di pasta con l'olio, ci volete?").

Abbiamo sofferto quando due coppie si sono separate e le abbiamo perse come equipiers, ma non come amici. Abbiamo ospitato nel nostro gruppo coppie in attesa di entrare in equipe che si stavano formando e che ci hanno ricaricato con il loro entusiasmo.

Le coppie di coequipiers con figli più grandi dei nostri ci hanno dato saggi consigli pedagogici, quelle con figli più piccoli ci hanno commosso ricordandoci l'infanzia dei nostri bambini. Per tutti i nostri figli, l'equipe è stata una gioiosa famiglia e ci incoraggiavano a partecipare alle riunioni. ("Andate all'equipe? Bene, bene". Mai una volta che abbiano fatto obiezioni, forse percepivano anche loro la positività che ne derivava). Ci siamo sentiti amati e compresi nei momenti tragici che purtroppo non sono mancati, ma abbiamo avuto anche serene vacanze condivise.

Quando qualcuno di noi se ne è andato, abbiamo scoperto cosa vuol dire continuare ad essere coppia "oltre la morte". Una esperienza inenarrabile, ma vera: la continua presenza del coniuge nella nostra vita, il suo aiuto, la sua vicinanza. Tutto questo vogliamo condividere con voi, soprattutto con le coppie giovani che affrontano ora il cammino coniugale nell'ambito delle END e cui auguriamo di essere fortunate come lo siamo state noi.

*Con tanto affetto équipe Genova 2
Riccardo e Paola Besio,
Bruno e Edda Bogetti,
Mariangela Bovone,
Enrica Bordo,
Giovanni e Luisamaria Casaretto,
Geppe e Claudia Gambaro,
Margherita Ghiara
padre Eugenio Cavallari*

Oro al Signore



In occasione delle nostre nozze d'oro abbiamo celebrato una S. Messa, con la partecipazione di tanti familiari, parenti e amici. Un coro parrocchiale di cui facevano parte due nipotine ha animato la liturgia e noi due abbiamo gestito la preghiera dei fedeli, proponendo intenzioni di preghiera intonate al ringraziamento che la celebrazione ci ispirava. Ve ne facciamo parte:

Signore, noi ti ringraziamo ogni giorno per averci creato, fatto cristiani e conservati insieme in questi anni.

In questo 50° anniversario, in cui celebriamo il Tuo amore e l'amore che ci ha uniti, vogliamo ringraziarti anche per i tanti doni che abbiamo ricevuto nella nostra vita.

In particolare:

Per i nostri genitori, che ci hanno battezzati, educati cristianamente e trasmesso, con il loro esempio, i valori che hanno guidato le nostre scelte. Per

i nostri fratelli e sorelle e le loro rispettive famiglie, che hanno reso più ricca di affetti la nostra vita.

Noi Ti ringraziamo

Per i figli che ci hai donato, per la gioia di averli potuto cullare da piccoli ed avviare alla vita quando sono cresciuti... Per i cari nipotini, che rallegrano gli anni della nostra maturità.

Noi Ti ringraziamo

Per i sacerdoti che abbiamo avuto come amici, fin da quando eravamo ragazzi; in particolare per don Giuseppe, che guida da 36 anni con amore, saggezza e generosità questa nostra comunità parrocchiale.

Noi Ti ringraziamo

Per i tanti amici, alcuni qui presenti oggi, ai quali dobbiamo gratitudine per aver condiviso con noi gioie, speranze, momenti di festa ed anche indimenticabili vacanze, come pure pensieri, preoccupazioni e giorni di comune sofferenza.

Noi Ti ringraziamo

Per i familiari e gli amici che ci hanno lasciati e sono ora nella Tua pace: averli incontrati ed aver camminato con loro è stato un dono che la sofferenza del distacco non ha cancellato.

Noi Ti ringraziamo

Per le esperienze associative che abbiamo avuto fin dalla gioventù: ci hanno aperto al mondo e agli altri e sono state fondamentali per la nostra crescita umana e spirituale. In particolare per aver incontrato sul nostro cammino le Equipes Notre Dame: nel piccolo gruppo e nel grande Movimento, abbiamo vissuto e viviamo preziosi momenti di preghiera, di riflessione, di comunione e di servizio.

Noi Ti ringraziamo

Per il nostro lavoro: non ci è mai mancato e mai ne abbiamo sentito il peso.

Attraverso le nostre attività abbiamo intessuto tante relazioni umane e abbiamo potuto proficuamente operare con gli altri e per gli altri.

Noi Ti ringraziamo

Per la Tua presenza preziosa al nostro fianco: con Te vicino non avremo paura ad affrontare gli anni della nostra vecchiaia ed insieme cammineremo fino al giorno che Tu vorrai.

Noi Ti ringraziamo



*Alberto e Rosanna Pichi
Equipe Ivrea 1*

lo prego così

"Tu, quando preghi, entra nella tua camera e chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà." Mt 6,6

Nella mia vita, ho imparato ad andare alle radici per capire come sia nata una idea, un'intuizione, un progetto. Così, quando io e mio marito siamo entrati in equipe, ho cercato di scoprire come Henry Caffarel abbia avuto questa intuizione di un percorso per sposi così strutturato. Sono rimasta affascinata dal suo zelo per la Chiesa, ma soprattutto l'esigenza di creare un

nuovo percorso di preghiera per sostenere un momento di crisi dell'equipe. Infatti chiese alle coppie di pregare, e poi si rese conto che c'era bisogno di continuità, così ebbe il desiderio di far continuare la preghiera proprio come sostegno all'equipe e a chi ne avesse bisogno.

Questo bisogno ha dato origine al gruppo degli intercessori.

In me era nato il desiderio di aderire a questa realtà e ho proposto a una mia cara amica, di donare un'ora di preghiera per chi ci avessero affidato tramite la lettera degli intercessori.



Abbiamo iniziato circa dieci anni fa, ma ben presto ci siamo rese conto che necessitavamo di una struttura, di un metodo per pregare.

Nei vari percorsi intrapresi, entrambe abbiamo assaporato la bellezza della **preghiera del cuore** con la meditazione insegnataci da suor Marisa Bisi di Roma, che tiene dei ritiri proposti da padre Saverio Colonna a Fornello, una parrocchia rurale di Altamura.

In comunione con questo modo di pregare, abbiamo **aperto le nostre case**, e insieme ad altre donne preghiamo nel silenzio con semplicità. Invochiamo lo Spirito Santo con gli occhi chiusi, e con la respirazione, svuotiamo il nostro corpo da pensieri e tensioni. In fondo il nostro corpo è la casa in cui dimora la nostra anima, e necessita di essere spolverata, lavata, di far entrare nuova aria, proprio come facciamo con la casa di mattoni in cui abitiamo.

Dopo questa prima parte di svuotamento, ci fermiamo nella stanza del cuore e leggiamo la parola di Dio, senza commenti,

senza teologia, ma dimorando nel silenzio con la Parola. Poi condividiamo una frase scelta e la trasformiamo in preghiera di intercessione per chi vogliamo.

Piano, piano riapriamo gli occhi e cerchiamo di custodire **la parola scelta**, come fa una mamma in attesa, che custodisce ma non conosce il momento in cui potrà vedere il frutto di ciò che porta dentro.

Per noi la preghiera è lo spazio creato in cui dimoriamo insieme con Lui, con semplicità. Devo dire che si percepisce una unità dello Spirito, che ci fa desiderare di continuare.

Henry Caffarel diceva che le persone che pregano sono i **polmoni dell'umanità**.



*Margherita Squicciarini & friends
Altamura 6 (Ba)*

Sorpresa



Qualche anno fa il tema di studio scelto dalla nostra equipe di base ci chiedeva per la riunione successiva di preparare un Magnificat della coppia. Pensammo di estendere l'invito ai nostri figli e questa fu la risposta del nostro secondogenito, Roberto.

*Ciao mamma ,
provo a scrivere qualche parola di ringraziamento al Signore anche se mi viene un po' difficile perché, come sai, non sono credente in nessuna religione in particolare e spesso sento di non avere nessuna fede. Posso comunque **ringraziare** il Signore per la fede che ha donato a voi. Grazie alla vostra fede, mi avete trasmesso principi sani e modi di pensare e di reagire alla vita positivi, sicuramente molti di più di quelli che anni di chiesa, catechismo o, peggio ancora, ore di religione a scuola, mi hanno trasmesso.*

Spesso ricordo le parole che tu mi dicesti una volta quando ti chiesi un consiglio: me lo desti e, come al solito, risolvesti il mio dubbio. Ti chiesi anche come avrei fatto senza i tuoi consigli.

Mi rispondesti che dentro di me avevo già la risposta che tu avresti dato alla mia domanda e che quindi mi sarebbe bastato riflettere

e chiedermi "cosa avrebbe fatto mamma al mio posto?".

In quel modo mi desti una forza e una fiducia in me stesso che tuttora mi aiutano nelle mie decisioni!

*Alla fine penso che ognuno chiama il suo Dio come vuole. Io lo chiamo a volte destino, a volte fortuna, e quando va male sfortuna. **Ma ho la fortuna** di avere due genitori come voi che mi hanno trasmesso ideali che vanno oltre la fede. Quindi voi siete la mia fede.*

*Ringrazio anche per aver avuto la possibilità di **viaggiare** tanto e ringrazio anche la fortuna per non averci dato malattie incurabili. Non so se era proprio quello che ti aspettavi di sentire da me. Spero di essere stato chiaro e di aver evitato le critiche alla Chiesa. Vi voglio tanto bene e mi mancate...*

Robi



*Vito e Rosalia
Notarnicola Bari 7*

Finale in ascesa



Il 31 dicembre per la nostra equipe è una tappa importante. Un appuntamento al quale da molti anni ormai non sappiamo rinunciare.

Cappello, sciarpa, guanti e giacca a vento, ci incamminiamo sulla via delle cappelle del Rosario che sale fino al Sacro Monte di Varese e al suo santuario.

La nostra meta e la sua posizione già facilitano e predispongono i nostri stati d'animo ad un atteggiamento di **gratitudine e riconoscenza** per il dono della vita e per le meraviglie del creato.

Lo sguardo può spaziare indisturbato verso l'orizzonte e ammirare la pianura che sembra non finire mai, le catene di montagne dove maestoso si innalza il Monte Rosa e il susseguirsi dei numerosi laghi che illuminano lo spazio con i loro riflessi argentei. A volte, un mare di soffici nuvole bianche che si riuniscono come batuffoli di cotone ai piedi della salita sembrano volerci isolare, soffocare i rumori e farci capire che già stiamo toccando il

cielo. Camminare, salire con calma, passo dopo passo pregare e riflettere.

Passo dopo passo lasciare le preoccupazioni e insieme guardare l'anno che finisce cercando di vedere la nostra vita come la vede il Signore, riconoscere la sua pazienza, la sua misericordia e rinnovare la nostra gratitudine.

Tre quattro soste per pregare, leggere e meditare davanti alle cappelle, aiutati dalla traccia preparata dalla coppia responsabile di turno, e poi ripartire, in un clima di silenzio, per pregare e riflettere in coppia.

Sosta finale alla cappella della resurrezione per un bilancio, ringraziare il Signore per tutti i doni ricevuti e le persone incontrate nel corso dell'anno che volge ormai al tramonto. Condividere gioie e sofferenze, successi e fatiche. Guardare avanti e progettare il futuro, confidare alla nostra preziosa e irrinunciabile equipe gli sforzi e i traguardi che si vorrebbero tagliare.

Nessuno sente il freddo spesso sotto zero,

o meglio, ognuno resiste con orgoglio. Qualche volta la profondità delle riflessioni, il clima di raccoglimento ed il legame che ci unisce, ci riscaldano il cuore e qualche lacrimuccia tradisce la commozione che non si riesce a trattenere. Così scopriamo quanto è importante per noi quel pellegrinaggio, momento di bilancio di coppia e di equipe affidato al Signore, sotto lo sguardo di Maria, recitando il suo e nostro Magnificat.

Una visita al santuario, ancora una preghiera di ringraziamento e poi per riscaldare anche i **nostri corpi**, dopo

aver riscaldato i cuori ognuno sfodera dai propri zainetti biscotti e biscottini, termos di tè e caffè bollenti preparati con tanto amore.

Un momento forte, una tappa importante per la nostra equipe, un arrivo e una ripartenza rinnovati e rinvigoriti dall'amicizia e dalla fede.

Una tappa della quale non possiamo più fare a meno.

*Equipe
Cassano Magnago 2 (VA)*

Scossone

Siamo Tonio e Mariella di Altamura 5, la nostra vita scorreva normalmente, le nostre quattro figlie crescevano ed erano in piena età adolescenziale, qualche ribellione di qua e di là, tutto più o meno nella norma. Una sera arriva una notizia che ci pietrifica, restiamo **increduli**, com'era potuto succedere a noi tutto questo? Ci chiedevamo: ma dove abbiamo sbagliato? La nostra secondogenita, che aveva compiuto da poco quindici anni, era incinta. Il mondo c'è crollato addosso, niente aveva più senso, la preparazione in parrocchia ai fidanzati, il gruppo famiglia... tutto ci sembrava inutile.

La nostra bambina doveva diventare mamma: gli amici l'avrebbero derisa? Sarebbe riuscita a completare gli studi? Pensavamo al parto. Come un mare in tempesta, eravamo travolti da mille pensieri e domande. Piangevamo e pregavamo ogni giorno, le parole di conforto dei nostri parenti, dei nostri amici, erano vane, re-

stavamo in casa, chiusi nel nostro dolore. Quando nostra figlia ci confidò che aveva pensato al suicidio fu uno scossone fortissimo, improvvisamente smettemmo di piangere, cominciammo a cambiare atteggiamento, iniziammo a pensare che dovevamo essere felici di avere nostra figlia ancora con noi, dovevamo essere fieri di lei, dopotutto aveva scelto la vita per lei e per il suo bambino. Da quel giorno la nostra vita è stata un continuo **ringraziamento** a Dio. Una grande emozione quando questo essere indifeso ha visto la luce. *Amo il Signore perché ascolta il grido della mia preghiera.*



*Tonio e Mariella
Equipe Altamura 5 (Ba)*

Un Dono speciale



Siamo sposi nel Signore dal 1990 ed al secondo anno di cammino nel movimento End.

Quando ci è stato chiesto di scrivere questa testimonianza subito abbiamo risposto positivamente.

Dedichiamo questo nostro pensiero, che nasce dal profondo del nostro cuore, a ciò che di più bello e più prezioso la vita e Dio ci abbia mai donato: il nostro bambino adottivo, entrato nella nostra vita e nei nostri cuori per un atto di volontà. Avevamo avuto sempre il desiderio di avere un bambino nostro ed uno adottato e qualcuno deve averci ascoltati da lassù.

Dopo alcuni anni di matrimonio ci siamo detti "ora siamo giovani perciò iniziamo intanto ad avviare le pratiche dell'adozione" e così fu. Dopo un paio d'anni ci fu proposto un neonato di 6 mesi che si trovava in un orfanotrofio di Bucarest. Naturalmente accettammo e pochi giorni dopo

ricevemmo le sue prime foto e della documentazione medica. Che emozione!

Le nostre preghiere erano state esaudite, dovevamo solo farti crescere e farti conoscere l'amore, nonostante nel mondo ci sia tanto odio, starti accanto ed insegnarti la differenza tra ciò che è giusto e ciò che è sbagliato.

Fin dal tuo concepimento hai dovuto affrontare **un cammino** pieno di ostacoli e la tua bravura è stata tale da riuscire a superare quegli ostacoli, dando forza alla mamma che ti portava in grembo. Chissà quanti momenti di sconforto avrà dovuto superare quella giovane mamma che ti proteggeva nel suo pancione e quanto amore provava nei tuoi confronti; perché solo il fatto di averti messo al mondo per noi è segno del suo immenso amore per te. Non oso neppure immaginare la sua sofferenza nell'abbandonarti, agendo sempre per il tuo bene, sicura che il Signore avrebbe messo sulla tua strada dei

genitori che ti avrebbero accolto, accudito ed amato al meglio. E così è stato. Nelle nostre preghiere la ringrazieremo sempre per averti donato la vita e speriamo che in cuor suo possa sentire che sei cresciuto circondato dall'amore di due genitori che ti hanno tanto desiderato. Tu ci sei stato donato sì da lei, ma sei sempre quel dono che Dio ci ha dato; sì perché di dono prezioso si tratta. Con il tempo ci sono venuti dei dubbi, delle paure di non riuscire a proteggerti dalla violenza, dall'egoismo e dalla cattiveria, quando qualcuno ti avesse detto "non sono i tuoi veri genitori", ma eravamo altresì convinti che dicendoti sempre **la verità** avresti affrontato tutto e tutti con coraggio; paura di non riuscire a farti capire che l'amore e la famiglia sono le cose più importanti, quelle da custodire e da proteggere ad ogni costo.

Dopo alcuni anni, un bel giorno ci hai detto che anche tu, come gli altri bambini, desideravi avere un fratellino o una sorellina.....ci viene da pensare che il buon Dio abbia ascoltato più le tue preghiere di bimbo che le nostre e così nel Natale del 2004 Babbo Natale ha scritto a te una letterina, annunciandoti l'arrivo di un bimbo o una bimba che cresceva nella pancia della tua mamma. Ti aveva anche chiesto di considerarlo ancora per un po' un segreto, ma lo raccontasti subito a tutti, tanto eri emozionato. Sin da subito avete legato senza distinzione tra te e lei, eri il suo fratellino maggiore. Se ripensiamo ai tuoi anni scolastici ci viene in mente che già all'asilo dicesti agli altri bimbi che tu eri più fortunato perché avevi 2 mamme, senza che loro ne capissero il motivo. Poi crescendo, cresceva anche la tua curiosità, la tua sete di sapere ed essere un passo avanti rispetto agli altri, tanto che la maestra della primaria ti propose la sua cattedra e lei avrebbe preso il tuo posto

nei banchi. Al primo incontro scuola-famiglia alle medie, una professoressa ci fece i complimenti e noi pensammo al tuo profitto, che fino ad allora era stato impeccabile; invece lei intendeva congratularsi con noi per il lavoro di genitori, per aver sempre reso tutto limpido nella vicenda della tua storia. Trattando la tematica dell'adozione ti alzasti e raccontasti alla classe il tuo essere ragazzo adottivo. Ad oggi ci viene da pensare che se hai avuto la sfortuna di essere stato abbandonato alla nascita, il Signore ti ha ricompensato donandoti serenità ed un grande intelletto. Perché anche se per te ora è difficile da capire, devi sapere che quello che sei diventato non è solo merito tuo, ma qualcuno ti ha guidato e continuerà a farlo facendoti realizzare i tuoi **desideri** di affermarti positivamente negli ambienti che frequenti, anche ora che ti sei allontanato da casa per gli studi che hai scelto di frequentare. Combatti sempre per affermare ciò che sei e ciò che credi; fallo con lealtà ed onestà ed il risultato sarà gratificante, lasciandoti guidare dal Signore, come ti hanno insegnato agli scout.

Condividere con voi équipiers questa nostra esperienza di vita è stato molto commovente. Riconosciamo in tutta questa avventura la manifestazione di Dio sul nostro essere coppia che si è affidata a lui e non è rimasta delusa. Continueremo a pregarlo affinché ci sostenga ancora con il suo amore.



Renzo e Anna Manco
Taurisano 3 (LE)

Ricordando zio Dino



È bello lodare il Signore per le sue opere. Dino è stata un'opera meravigliosa compiuta dalla grazia di Dio.

Ho avuto la gioia di conoscere Dino e Lia e seguirli per circa quaranta anni. Abbiamo cominciato con l'Azione Cattolica e abbiamo continuato con l'End.

Vedendo come Dino ha vissuto la sua malattia fino alla morte mi sono convinto ancora di più che in realtà la morte è solo quella porta stretta che si apre verso l'Infinito, verso l'eterna felicità per l'incontro con il Padre Celeste.

Mi risuonavano nella mente le parole di S. Paolo: "Dov'è o morte la tua vittoria?".

Ho visto in Dino la vittoria della vita che nasceva dalla corruzione del corpo.

Ho visto realizzare le parole di Papa Francesco in *Amoris Laetitia* 162: "Una donna può curare suo marito malato e lì, accanto alla Croce, torna a ripetere il "sì" del suo amore fino alla morte".

Guardare con affetto Dino e Lia in questi anni di sofferenza mi ha aiutato a capire cosa è la fedeltà fino alla morte, anche per me prete.

Don Tonino Di Tommaso

Ciò che abbiamo condiviso in 38 anni di equipe non si può riassumere. Non ci proviamo neppure! Testimoniamo: questo sì! Lodiamo e ringraziamo Dio per averci dato questo fratello e amico. Negli ultimi quattro anni, da quando la malattia si è fatta

insistente, abbiamo condiviso momenti di tristezza, di timore, anche di imbarazzo sul da farsi. Cosa ci ha unito di più in questo tempo? La preghiera. Dino e Lia ci invitavano incessantemente a pregare. Dino per noi oggi è "intercessore per sempre" in Dio. Non possiamo dimenticare quella compartecipazione a casa loro, quando con estrema lucidità e serietà, sussurrando, Dino ci disse che stava offrendo le sue sofferenze come preghiera e che non avrebbe chiesto sconti, se questo serviva per il bene.

Abbiamo visto con i nostri occhi che "il Signore fa sicuri i passi dell'uomo e segue con amore il suo cammino. Se cade, non rimane a terra, perché il Signore lo tiene per mano" (salmo 36)

Lia, negli ultimi giorni su questa terra di Dino, ci ha confidato quanto la condivisione della malattia abbia "portato a compimento" la realtà del sacramento del loro matrimonio e come, proprio per questa unione fortificata, fosse umanamente ancora più doloroso pensare al distacco.

Ci siamo sentiti al telefono con lei poco prima di salire in macchina alla volta di Assisi per la mini sessione regionale, per salutarla e per confermare che la portavamo con noi nel cuore e nella preghiera. Lia ci ha detto con forza di testimoniare a tutti che il cammino End cambia la vita a noi coppie. Se lo facciamo fino in fondo, non in maniera superficiale, ci cambia la vita. Ha detto: "Fatelo fino in fondo e fatelo soprattutto con la preghiera; se non pregate non c'è coppia, non c'è famiglia, non c'è equipe!"

Eugenio e Maria Grazia

PREGHIERA

Signore, noi coppie della Pescara 4 vogliamo dirti il nostro "Magnificat" per averci

dato Dino come amico e fratello nel cammino End per tanti anni.

Ti benediciamo perché ci hai resi capaci di essere abitati dal Tuo amore nuziale.

Hai reso noi sposi partecipi del vortice di amore che ti unisce alla Chiesa Tua sposa.

Ci hai coinvolti in un gioco infinito di amore che non si lascia fermare dai nostri difetti, anzi ci vuoi rendere così forti da essere segno della tua fedeltà assoluta, del Tuo legame indissolubile.

Magnificat per tutte le esperienze significative che insieme abbiamo condiviso.

Vogliamo dirti ancora grazie per la testimonianza di amore oblativo di questa coppia proprio nella fragilità, nella malattia. E' proprio in questi momenti che sei presente nell'amore infinito ricevuto nel Sacramento del Matrimonio.

Così ogni attimo, ogni spazio, ogni gesto sembrano diventare una celebrazione.

Il dono dello Spirito Santo nel loro matrimonio ha portato frutti abbondanti, semi di speranza per noi, per tante coppie, per tanti fidanzati che hanno accompagnato e per tutta la parrocchia da loro adottata.

Ora che Dino è con Te, Padre, la sua sposa Lia, chiamata a vivere un amore più forte della morte, ricorda a tutti noi l'attesa di incontrarti, Signore - Sposo definitivamente.

Magnificat in eterno. Amen!

Franco e Lidia

Ciao zio Dino. Riecheggiano in noi ancora i tuoi inviti a purificare il cuore quando dicevi: "togliete le ragnatele dal vostro cuore". Sei stato per noi un esempio nel vivere con serenità la sofferenza e il dolore generati da quel "mostro" più grande di te che avevi dentro. Ci hai insegnato concretamente come non dubitare mai dell'Amore che il Signore ha per ognuno di noi. Grazie zio

Domenico e Milena

La malattia di Dino è stata una "benedizione" per la nostra equipe. Ci ha fatto partecipi di ogni pensiero, di ogni sussurro della sua anima.

Negli ultimi mesi poi è stato meraviglioso osservare Lia che accarezzava e coccolava Dino, rivolgendogli parole d'amore e di incoraggiamento, mentre Dino le lanciava sguardi di gratitudine, quasi a volerla tranquillizzare.

Il loro è stato un "meraviglioso gioco d'amore" che si è concluso il mattino del 12 Febbraio scorso, quando Dino ha risposto "ECCOMI" alla chiamata dello SPOSO.

Ora con Dino "intercessore" dal cielo e Lia, testimonianza vivente del loro amore, la nostra equipe vivrà una realtà nuova, di cui scopriremo le ricchezze cammin facendo.

Pasquale e Isabella



Equipe Pescara 4

Una compagna di vita



Mille pensieri affollano la mia mente: i ritmi incessanti di lavoro che ci portano lontano da casa per molte ore al giorno, le richieste capricciose dei nostri due bambini, il passare del tempo particolarmente visibile sul volto dei nostri genitori, la perdita di persone tanto care, compagne di indimenticabili **momenti di felicità** e spensieratezza, la preoccupazione per la rapidità con cui spesso i problemi di salute possono sconvolgere una famiglia...

D'un tratto la voce di Gianfranco interrompe queste tristi riflessioni:

"Andiamo a fare una passeggiata?"

"Troppe faccende ancora da fare"... vorrei rispondere... ma il cuore, che ha le sue ragioni che la ragione non conosce, ha la precedenza e si scioglie in un: "Sì, andiamo!"

E così in dieci minuti ci ritroviamo a Porto Selvaggio, immersi nella natura. Il sentiero davanti a noi scivola giù verso il mare

tra alberi di pino marittimo, ulivi e nuvole bianche e rosa di fiori di mandorlo... Accompaniati dal volo degli uccelli, meravigliati dalla livrea dei primi fiori selvatici, inebriati dal profumo della brezza di mare mista a quello della macchia mediterranea, l'animo si acquieta aprendosi ad una riflessione che parte dal ricordo di tanti brani del Vangelo, uno fra tutti Mt (6,25-34): "Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre... osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro..."

Gesù ci invita a non avere paura, ad affidarci al Padre, **ad avere fede**, perché solo così troveremo ciò che fa volare, ciò che fa fiorire! Quale mezzo più potente, allora, della preghiera per rafforzare lo spirito, indebolito dalle fatiche quotidiane, fiaccato dalle preoccupazioni di ogni giorno... A volte basta fare silenzio, spegnere le luci del mondo, togliere il volume al frastuono della vita, per ritrovarsi in religioso **silen-**
zio, in un dialogo col Signore che scalda il cuore e scioglie dubbi, rinfranca l'animo e allontana preoccupazioni, costa poco e si ottiene molto. L'importanza della preghiera emerge dal fatto che quasi tutto il Vangelo è una lezione sulla preghiera.

Gesù infatti risponde sempre ad una preghiera fatta con fede: "Tutto quello che chiederete con fede nella preghiera lo otterrete" (Mt 21,22).

Gesù spiega che prima di innalzare una preghiera al Cielo bisogna sempre prima **perdonare**: "Quando vi mettete a pregare, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate, perché anche il Padre vostro che è nei cieli perdoni a voi i vostri peccati" (Mc 11,25).

Gesù insegna che occorre essere costanti nella preghiera: "Bisogna pregare sempre, senza scoraggiarsi mai" (Lc 18,1).

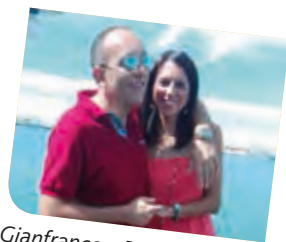
Gesù comanda di pregare per difenderci dal male: "Pregate per non entrare in tentazione" (Lc 22,40). Ci ricorda che non bisogna rifugiarsi nella preghiera per risolvere i problemi: "Non chiunque dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli" (Mt 7,21).

Papa Francesco sulla preghiera si esprime affermando "che è la più potente arma che abbiamo, una chiave che apre il cuore di Dio".

Proprio Gesù nel vangelo di Matteo ci lascia in eredità questo insegnamento: "Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chi chiede riceve, chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto. Chi, tra voi, al figlio che chiede un pane darà una pietra? O se gli chiede un pesce darà una serpe? Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro che è nei cieli darà cose buone a quelli che gliele domandano" (Mt 7, 7-11).

Gesù ci ha dato un modello di preghiera, il "Padre Nostro".

Non riusciamo a trovare parole più belle e dolci di queste: si potrebbe pensare di pregare unicamente con queste due parole!



Gianfranco e Roberta Cirone
Equipe Nardò 3 (BA)

Quaresima e Preghiera

Siamo Ivana e Piero, sposati da 15 anni e due figli di 11. Durante la nostra vita insieme non abbiamo mai fatto parte di gruppi parrocchiali, gruppi famiglia o altro ma sempre in continua riflessione spirituale e soprattutto consapevoli del fatto che è Dio che guida la nostra vita.

Sono trascorsi cinque anni da quando una coppia di amici ci ha invitati ad una serata d'amicizia. Dopo le iniziali titubanze, con grande sorpresa abbiamo scoperto che il metodo End ti impegna ad interrogarti, a studiare, a "sederti" e confrontarti con l'altro, ti aiuta nell'ascolto della Parola, ti insegna a pregare... quello di cui avevamo bisogno. Il nostro gruppo End è formato da altre cinque coppie e il nostro Consigliere Spirituale, con i quali ci incontriamo regolarmente.

Durante questi anni di cammino abbiamo capito che le nostre paure, debolezze e ansie sono comuni a tante altre coppie; sentiamo (e abbiamo) il dovere come persone, figli, coniugi, madri e padri, di fare delle scelte e prendere decisioni. In questo tempo in cui il male sembra avere il sopravvento sul bene, affidiamo le nostre speranze alla forza della preghiera comunitaria.

"...In verità vi dico: se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre Mio che è nei cieli ve la concederà. Perché dove sono due o tre riuniti nel Mio Nome, lo sono in mezzo a loro..." - (Matteo 18,19-20).



Sieger Köder - Il Cireneo

La comunità riunita nel nome di Gesù realizza la Sua presenza sulla terra, diventa tempio vivo, luogo della Sua dimora ("...*Io sono in mezzo a loro...*"). Questa preghiera comune è irresistibile, ha la certezza di essere ascoltata.

L'essere insieme nella preghiera, al di là delle cose che si possono ottenere, vuole esprimere una realtà importante: dal momento che intendiamo rimanere attaccati al Padre, restiamo attaccati fra di noi.

"...Portate i pesi gli uni degli altri, così adempirete la Legge di Cristo..." (Galati 6.2).

Questo scambio, questa condivisione dei pesi, si realizza soprattutto nella preghiera comune. Non tutti sentiamo alla stessa maniera. Non tutti ci troviamo nelle stesse condizioni. Qualcuno sta nella gioia ed altri sono attanagliati nell'angoscia. Uno è sereno e il vicino è tormentato. Lo slancio degli uni si accompagna alla fiacchezza

degli altri. Ebbene, tutto viene messo in comune. La forza sostiene la debolezza e le debolezze, unite, diventano forza. Non conta lo stato d'animo del singolo. La preghiera ricompone i vari frammenti diversi fra loro e li solleva verso Dio, formando un insieme unitario.

L'equilibrio viene garantito non dalla perfezione di pochi, ma dall'essere tutti mancanti in qualcosa.



*Ivana e Piero Panepinto
Caltanissetta 2*

Nel quadro "Simone di Cirene", parte di un ciclo pittorico raffigurante l'intera passione di Gesù, l'attenzione è focalizzata su Simone di Cirene che aiuta Gesù a portare la croce nella salita verso la collina del Golgota. Gesù e Simone come viaggiatori sulla stessa strada: corpo che sostiene corpo, spalla a spalla, guancia a guancia. Simone accettando di aiutare Gesù si mette dalla sua parte e assume il suo stesso sguardo sul mondo e sull'umanità.

Sette bello

Reggio Calabria 5... 30 anni di vita insieme!

La nostra equipe è costituita oggi da 3 Coppie ed un Consigliere Spirituale. È proprio lui il più giovane sia d'età, sia di inserimento nel movimento. Infatti in questi anni quanti volti, quante esperienze, quante perdite abbiamo vissuto!

Chi è ritornato al Padre, chi non si è sentito di continuare, chi è andato lontano per missione... sta di fatto che il tempo continua a scorrere inesorabile. Come mai, nonostante le innumerevo-

li problematiche date dall'età e dalle situazioni familiari, ancora per noi è così importante stare insieme per camminare alla sequela di Gesù? I nostri passi si sono rallentati ma il cuore aspetta con trepidazione il momento dell'incontro.

Dire 3 coppie e un Sacerdote sembrerebbe poco..., ma dire 7 persone unite in Cristo dice qualcosa!

Perché 7 è biblicamente il numero della **perfezione**, della pienezza, del Paradiso. I 7 sacramenti, le 7 opere di misericordia corporale e spirituale, i 7 giorni della setti-



mana, i 7 vizi capitali, le 3 virtù teologali e le 4 cardinali...

Ebbene il Signore evidentemente vuole dirci qualcosa, vuol dire che ha bisogno ancora di noi, regalandoci il Suo tempo!

Il Suo tempo è il tempo del deserto e della preghiera in cui come Gesù si affrontano le tentazioni in un dialogo con Dio fatto di silenzio e di ascolto. Si ringrazia, si loda, si chiede, si intercede e si offre. "Signore sono così, siamo così con le nostre debolezze...ma eccoci!"

È il tempo del servizio! In una età in cui tanti "esigono" di essere serviti? Eppure la suocera di Pietro non aveva una certa età? Ma, toccata da Gesù, si è messa subito a servire.

Quando ci incontriamo nella nostra riunione anche noi siamo toccati da Gesù, pregando, ascoltando la Sua Parola, mettendo in comune la nostra vita, compartecipando il nostro stile di vita, rettificando il percorso attraverso una regola che si rinnova. Insomma Dio ci parla, ci chiama e di conseguenza dobbiamo rispondere senza

tentennamenti. Quale lamentazione, quale ripiegamento...non è tempo di piangerci addosso! Dobbiamo essere presenti nell'incalzare dei giorni senza perdere le occasioni, anche con la sola presenza di testimoniare al mondo quanto sia importante riconoscere nella nostra quotidianità di coppia il tocco di Dio, che risana, dà forza per andare avanti, cingendoci i fianchi col grembiule.

L'incontro con gli altri è **preziosa opportunità** per costruire, attraverso le relazioni umane, un rapporto intimo con Dio!

Siamo pronti quindi ad accogliere la volontà del Padre, qualunque essa sia, senza "ritenere scontato ciò che siamo e che abbiamo", ma che altresì tutto è un dono! Siamo pronti a restituire a Dio quello che ci ha donato in questi trent'anni di vita nell'END.

*Don Pascal,
Angelica e Nino Morabito,
Enza e Salvo Guzzetta,
Vera Stella e Tonino Caccamo
Reggio Calabria 5*

La vita si fa preghiera

Che cosa è stata per me la preghiera nelle diverse situazioni che ho vissuto?

Durante la malattia, quando può essere necessario nascondere tante cose e ci si accorge che non tutto si può comunicare... anche allora però un sorriso di accoglienza ristabilisce il contatto e fa sentire il valore dell'esserci ancora, comunque, vicino a noi, sensibile. Al momento della morte, quando una parte di te muore insieme con la persona che ti manca, e sai che niente sarà più come prima. Dici, di fronte a un evento: "ne parlo con lui" e lui non c'è più. Nella malattia c'era, nella morte no. Dopo la morte, quando ti accorgi finalmente che può esserti vicino in un altro modo. Ciò che ti tiene è la Parola di Dio. Scopri la sua importanza dopo, quando leggi in un altro modo tutti i passi che ti dicono: "Non temere, non avere paura, non sono un fantasma, sono io", e senti vicino a te, insieme con il tuo caro, il Signore ed arrivi a ringraziarlo di averlo preso con sé perché avrebbe sofferto troppo qui (e forse non ce l'avrebbe fatta) a sopportare le prove pesanti accadute ai figli.

E poi scopri che il mio ringraziare il Signore davanti a un'alba, a un tramonto, a un fiore spuntato nella notte, a un incontro (Come splende Signore Dio nostro... sal.8), o nella fatica e nei momenti difficili (Il Signore è mio pastore...Sal.23) è frutto di aver vissuto assieme a una persona con una sensibilità poetica e una fede profonda. Salmi che Gesù ha pregato. Salmi che ho imparato ad amare grazie al



cardinal Martini e alla comunità di Bose. Salmi che accompagnano ogni stagione della vita. Salmi che mi consolano, che mi aiutano a vedere i miei limiti, a chiedere perdono e a sentirmi perdonata. Salmo che recito in ricordo di Angelo, mio marito:

"Signore, non si inorgoglisce il mio cuore e non si leva con superbia il mio sguardo; non vado in cerca di cose grandi, superiori alle mie forze.

Io sono tranquillo e sereno come bimbo svezzato in braccio a sua madre, come bimbo svezzato è l'anima mia. Speri Israele nel Signore, ora e sempre". (Salmo 131)



Giovanna Azzimonti
Busto Arsizio 1 (Va)

La gru dell'anima



Vi parleremo della nostra vita, delle nostre **fragilità**, dei nostri momenti bui, e di come il Signore si è preso cura di noi, ci ha accompagnati e condotti per mano. Questo ci è stato chiesto di fare. Non vogliamo "teorizzare" nulla, ma parlare di noi, sperando che il nostro racconto possa illuminare ed accendere speranza in altri. Ci siamo conosciuti durante la specializzazione in pediatria e sposati dopo un anno che stavamo insieme. Gli inizi non sono stati semplicissimi. Provenivamo da esperienze diverse, da famiglie diverse. Abbiamo avuto troppo poco tempo per "costruire" un tempo comune, per arrivare al matrimonio con un modello tutto nostro. Dopo due mesi di matrimonio è iniziata una gravidanza gemellare, a rischio, che mi ha portato a stare a letto per nove mesi. Gioia grande, ma anche tanta ansia. Ed allora sono cominciati i segni della presenza di DIO, con l'apparizione a Roberto mentre era in stato di dormiveglia della Mamma Celeste che gli diceva "andrà tutto bene". Lo so che può sembrare assurdo... Roberto, tra noi due, è sempre stato il meno "clericale", ma è andata proprio

così. I nostri gemelli sono nati bellissimi, ed è iniziata la **fatica**. Tanta. Ed il tutto è stato reso più complicato dal fatto che quando avevano otto mesi io sono rimasta di nuovo in attesa di un altro figlio. Tre figli in un anno e mezzo.

Pregare? Ringraziare? Non sapevamo neanche da dove cominciare, non avevamo il tempo di respirare.

La coppia? L'intimità? Uno sfascio!

Abbiamo trascorso mesi da "separati in casa". Parlavamo attraverso fogli di carta, su cui ci scrivevamo cosa fosse necessario comprare. E basta. In quei mesi abbiamo capito che tante coppie si rompono per colpa dello stress, perché sono lasciate sole, perché pensano che stia capitando solo a loro.

Ad un certo punto i miei genitori, che ci vedevano in **sofferenza**, ci hanno parlato dei corsi sulla "comunicazione nella coppia" organizzati alla Cittadella di Assisi. Quando ci siamo andati per la prima volta, soli, i nostri figli avevano pochi anni, abbiamo fatto il viaggio d'andata senza dirci una parola, siamo tornati cantando. Quell'esperienza è stata per noi "la gru" dell'anima.

Ed è stato lì che ci hanno parlato per la prima volta dell'esperienza End.

Siamo entrati in Equipe. È iniziato il **cammino**, la **consapevolezza**, la **salvezza** per noi e per i nostri figli. Ed è iniziata la preghiera, il ringraziamento.

Il gruppo End ci ha guidati a ritagliarci i momenti per la riflessione, e ci ha sostenuti.

Sono arrivati gli anni dell'adolescenza dei figli, anni di terremoto puro, di messa in crisi di valori, ideali. Hanno smesso di andare a messa. Hanno smesso di essere scout. E noi a chiederci: "Ma in cosa abbiamo sbagliato?" ed i nostri amici équipiers a dirci: "Tranquilli, è tutto normale, è già successo a noi".

E poi è arrivata la malattia. Un cancro al seno. Uno tsunami. L'intervento chirurgico. La chemio. La radioterapia. E la forza dell'amore di mio marito, certamente soprannaturale, e la forza della preghiera. Sono passati nove anni. Penso spesso che la malattia sia stata la mia grande opportunità di cambiamento, grazie alla preghiera. Il dolore o ti inasprisce o ti fa **diventare saggio**. È iniziata in questi anni l'abitudine di leggere insieme, al mattino, durante la colazione, la pagina del Vangelo del giorno, insieme ad un breve commento. La Parola è diventata il "fil rouge" della nostra vita.

Mi sento oggi una moglie diversa, una madre diversa, un medico diverso. Ho capito meglio cosa significa stare dall'altra parte della barricata, quando sei malato.

Ho sfrondata tante cose inutili, ed imparato a valorizzare cose a cui davvo meno valore.

La storia potrebbe finire qui...

Ma non finisce. Ci ritroviamo a combattere una nuova battaglia. Questa volta è Roberto che combatte contro una malattia del sangue.

Abbiamo vissuto momenti di angoscia

pura, pieni di rabbia, di incapacità di pregare, di comunicare. Abbiamo lasciato perdere tutti i nostri momenti di preghiera. Vediamo nero, il cuore è pieno di domande che hanno tutte una risposta negativa. Ci sentiamo soli. La malattia è sempre una grande linea spartiacque. Gli amici, quelli del sabato sera, scompaiono. Non tutti hanno la forza di caricarsi dei problemi degli altri.

Ma vi posso assicurare che è proprio in quei momenti che il Signore con più forza fa sentire la Sua voce.

Ed il suo Spirito si serve di persone e cose a cui mai avremmo pensato. Per me la rinascita è cominciata con un messaggio trasmesso su "WhatsApp", quello che usiamo per le chat con gli amici. Ed il messaggio era un atto di affidamento a Dio, che ho ascoltato più e più volte... **Ho ricominciato a pregare**, a sorridere, a sentirmi capace di sostenere Roberto, i miei figli. Abbiamo ricominciato a leggere il Vangelo.

Chi di voi leggerà questa storia, e già ci conosce, sa che è tutto vero. Che nulla è romanizzato, che nulla è edulcorato.

Vogliamo testimoniare che Dio continua a portarci per mano, e ci dà forza. E gli siamo grati per tutti i doni, piccoli e grandi, di cui riempie la nostra vita con grande abbondanza ogni giorno. Anche nel dolore. Anche nella malattia. Lui è Luce. E la Luce è più forte delle tenebre.

Abbiamo trovato illuminante e consolante il racconto di Bruno Ferrero sul bozzolo della farfalla. Leggetelo!



Mariella e Roberto Grosso
Equipe Bari 7

Miracolo



Venerdì 23 marzo è morto Placido, l'amore della mia vita, con il quale ho condiviso quasi 32 anni, di cui 27 di matrimonio. Tra le varie esperienze che hanno segnato il nostro cammino di coppia, sicuramente l'End è stata molto importante e significativa.

Quante volte, in tutti questi mesi, ho sperato in un Miracolo...

Quante persone, insieme a me, hanno pregato perché si compisse "il miracolo"... Perché tu, Placido, che non meritavi tutta quella sofferenza, tornassi a casa

dall'ospedale guarito e fuori da ogni pericolo.

Ma lungo il cammino, in bilico tra speranza e disillusione, proprio tu, Placido, mi hai mostrato che il Miracolo si stava già compiendo sotto i nostri occhi.

Ogni giorno, anche in quelli più tristi e cupi, c'era qualcosa di Meraviglioso, c'erano dei chiari segni che rivelavano la presenza di Dio vicino a noi.

Quanti amici, lungo tutto il percorso della malattia, ci hanno accompagnato con

la preghiera e la presenza fattiva, capaci di prevenire le nostre necessità e di farci sentire accuditi e amati. Quanti incontri nuovi e imprevisi nelle diverse stanze da te abitate: ci siamo resi conto di non essere mai stati soli.

La nostra grande famiglia, unita e solidale come non mai, ha condiviso ogni nostra speranza e senso di impotenza, sorrisi e lacrime, rabbia e paura.

Abbiamo scoperto come anche i giovani Sebastiano, Maddalena, Marta, Irene, Lorenzo ed Elisabetta, siano capaci di tanta generosità: non sono scappati davanti alla tua sofferenza, ma, ciascuno a modo proprio, ti è rimasto vicino.

Quanti messaggi e lettere hai ricevuto dai tuoi studenti, Placido, anche da quelli ormai grandi e fuori dalla scuola.

Quante mail di solidarietà anche dai tuoi colleghi: è stata una grande consolazione leggere quello che hanno scritto della tua professionalità e umiltà, della tua generosità e disponibilità ad ascoltare. Anche se tu non ti rendi conto di aver fatto tutto ciò... e ti stupisci della loro gratitudine.

Ogni giorno, arrivando in ospedale trafelata e piena di pensieri, ho ritrovato il tuo sorriso sereno e ti ho sentito dire, nonostante tutto, "sarà lunga e difficile, ma ce la faremo, me l'ha detto tuo papà e di lui mi fido". E fino all'ultima settimana hai letto, hai scritto e fatto progetti per le tue attività di studio, per le conferenze che dovevi tenere...

Hai fatto in tempo, Placido, a festeggiare i 24 anni di Lorenzo. Ci siamo detti: "abbiamo portato a compimento una buona parte della nostra opera di genitori; questa sofferenza ci ha mostrato come nostro figlio stia diventando sensibile, affettuoso, premuroso, al di là delle nostre aspettative..." Con l'andare dei giorni in ospedale siamo riusciti a pregare con intensità e abbandono come non eravamo mai riusciti a fare a casa in tanti anni di vita insieme.

Ci siamo accorti così di amarci di un amore più intenso e nuovo e di vivere un momento di grazia per il nostro matrimonio. Tutte queste esperienze, emozioni, relazioni sono Miracolo e ci testimoniano come Dio ci ami e ci conduca per mano, anche nella sofferenza, alla realizzazione del Regno qui e ora.

**Sono stati
anni intensi e dinamici
duranti i quali Placido
si è dedicato
anche all'insegnamento
di filosofia e storia al liceo
e di teologia
presso l'Istituto
di Studi Ecumenici
di San Bernardino
a Venezia**

Vogliamo ringraziare il Signore per i giorni, i mesi, gli anni trascorsi con Placido.

E lo vogliamo fare con il suo sorriso e la sua fiducia negli altri e nel futuro, esprimendo il dolore per la sua morte ma, allo stesso tempo, la speranza che tutto ciò sia Segno.



*Carla e Placido
Equipe VR11*

Sestante

Giacomo Costa
Il Discernimento
Edizioni San Paolo

Come più volte indicato da papa Francesco, «oggi la Chiesa ha bisogno di crescere nel discernimento, nella capacità di discernere». Parlare di discernimento significa mettere a tema le occasioni o gli ambiti in cui sperimentiamo il dubbio, l'incertezza, la fatica di capire qual è la cosa giusta da fare, la direzione verso cui muovere il prossimo passo, che si tratti delle grandi decisioni della vita o delle tante opzioni che orientano il nostro stile di vita. Questo libro, ispirandosi alla prospettiva di fondo di papa Francesco, alla spiritualità che lo anima, al pensiero teologico che struttura le sue parole e azioni, vuole proporre qualche spunto per far cogliere al lettore che cosa è in gioco nelle diverse declinazioni di questa parola chiave. La speranza è che gli stimoli che il volume prova a offrire incoraggino a scavare più profondamente nella propria interiorità, per scoprire quel tesoro nascosto capace di riempire di gioia chi lo trova.



Giancarlo Bruni
Pellegrini in cerca di senso
Edizioni Qiqajon

L'uomo è un viandante sempre alla ricerca di frammenti di senso, in particolare oggi che è collocato in una società pluralista e in un tempo di crisi. "Uomo, dove sei in rapporto a Dio, in rapporto all'uomo, in rapporto al creato, in rapporto alla morte e in rapporto a te stesso?": nel rispondere a tali domande, l'autore ci conduce in un viaggio verso la scoperta della verità che abita ognuno di noi, nella ricerca di una strada per giungere alla nostra piena umanizzazione.



Il Gruppo degli Intercessori



**"intercedere è veramente lasciare Dio compiere in noi, con noi,
il suo disegno di salvare tutti gli uomini"**

Padre Henri Caffarel

Chi vuole inviare intenzioni di preghiera
o entrare a far parte del gruppo degli intercessori
si rivolga a:

Giuseppe e Tiziana Cuofano
Settore di Busto Arsizio, regione NEA

mail: giuseppecuofano@gmail.com

Cell: Giuseppe 3403732748 - Tiziana 3478834210

