

# LA BELLEZZA SALVERÀ IL MONDO

*Piccola regola per le famiglie di Santa Giulia  
(ad experimentum)*

## INDICE

Premessa	3
<b>A) L'amore di Dio</b>	<b>5</b>
1. Regola di preghiera comune	5
2. Regola di preghiera personale ( <i>oratio, letio, meditatio</i> )	6
3. Sacramenti	7
4. La casa come luogo fisico di memoria	8
5. Tecnologie	8
<b>B) L'amore in famiglia</b>	<b>10</b>
1. L'amore coniugale	10
Affettività	10
Perdono	11
Dialogo e guida	12
2. Pranzi e cene	13
3. Povertà e carità	13
4. Il riposo e il giorno del Signore	14
5. Rapporto famiglia di origine	15
6. L'amore paterno e materno	16
La grazia di generare	16
L'introduzione alla fede	17
L'Avventura dell'educazione	17
<b>C) L'amore alla comunità e al mondo</b>	<b>20</b>
1. Una casa ospitale	20
2. La comunità della Chiesa	20
3. Piccola fraternità di famiglie	21
4. Sacerdoti	22
5. Missione	22
6. Lavoro	23
<b>D) Le nostre preghiere</b>	<b>25</b>

## PREMESSA

**«Sempre in ogni istante abbiate presente che bisogna amare Dio e il prossimo: Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutta la mente; e il prossimo come se stessi (cfr. Mt 22, 37. 39). Questo dovete sempre pensare, meditare e ricordare, praticare e attuare. L'amore di Dio è il primo come comandamento, ma l'amore del prossimo è primo come attuazione pratica. Colui che ti dà il comando dell'amore in questi due precetti non ti insegna prima l'amore del prossimo, poi quello di Dio, ma viceversa»<sup>1</sup>.**

In questi anni, attraverso una vita comune con la Fraternità San Carlo di Torino, per noi famiglie è diventata reale la possibilità di approfondire insieme la bellezza della nostra vocazione, come è già accaduto ad altri nell'incontro con diverse comunità religiose, monastiche o sacerdotali.

Nella comunità della Fraternità abbiamo visto come sia possibile un rapporto profondo con Cristo, vissuto innanzitutto in una casa come luogo di pace aperto al mondo.

Il lavoro, la società frenetica, la tecnologia, gli impegni familiari pressanti, spesso sembrano di impedimento alla vita di preghiera, alla serenità, al dialogo con il coniuge, con i figli, con gli amici, ad un rapporto concreto e intimo con Cristo. Eppure piano piano, attraverso un cammino che abbiamo iniziato in piccoli gruppi, ciascuno con modi e tempi propri, è cominciata, innanzitutto in casa, e poi nei diversi ambiti di vita, una reale esperienza di bellezza e di pace.

L'amicizia nata in questi anni per alcuni rappresenta tutt'ora un grande sostegno nella quotidianità, anche attraverso una piccola regola liberamente accolta. Per altri è un aiuto nel cominciare con speranza e grande entusiasmo l'avventura della famiglia.

Poiché diverse persone ci chiedono di raccontare e condividere la nostra esperienza, abbiamo pensato di metterla a disposizione di tutti attraverso questo piccolo libretto, che può offrire la possibilità di trovare spunti per vivere con più luminosità la propria vocazione.

---

<sup>1</sup> Sant'Agostino Vescovo *Trattati su Giovanni* 17,7-9; CCL 36,174-175

Esso non è in alcun modo esaustivo della pienezza di vita in cui siamo immersi, né vuole essere risolutivo dell'avventura che ciascuna famiglia è chiamata a vivere. È un semplice strumento che può far emergere domande, aprire un dialogo costruttivo, desiderare una strada propria e personale. Siamo infatti consapevoli che ogni famiglia è un miracolo unico e irripetibile, con esigenze proprie che spesso cambiano nel tempo, a seconda delle fasi della vita.

Questi piccoli passi sono il semplice frutto delle nostre esperienze e scoperte, speriamo possano essere di aiuto a chiunque desideri iniziare o approfondire un cammino.

## A) L'amore di Dio

**«La famiglia che prega resta unita» Madre Teresa.**

### 1. Regola di preghiera comune

***I coniugi stabiliscono liberamente una piccola regola di preghiera comune, che alimenta un costante dialogo con Dio, declinata secondo la vita e le esigenze della famiglia.***

All'interno di questa libertà, nello stabilire una regola c'è un minimo senza del quale il rapporto con Dio rimane un'idea astratta e si perde la consapevolezza di essere figli amati e voluti da Dio.

L'anima vive di preghiera, ma anche ogni corpo, ogni vita, vuole regola, ripetizione, ritmo, dal battito del cuore fino al respiro nel sonno. Questo è il nostro ritmo e ce ne sono ancora molti altri nell'esistenza, ma il più importante è quello della preghiera, respiro dell'anima.

È importante avere sempre un momento di raccoglimento breve alla mattina (es. un Angelus prima di fare colazione tutti insieme, o prima di uscire) e più lungo alla sera (es. una decina del rosario, la lettura di una frase del vangelo, esame di coscienza in silenzio, confesso, angelo di Dio, eterno riposo, affidamento alla Madonna e ai santi).

Prima dei pasti (colazione, pranzo, cena), se possibile comuni, si può riscoprire la bellezza di pregare insieme.

A questi momenti, se sono brevi, è importante che partecipino anche i figli. Abbiamo sperimentato che iniziare la mattina affidandosi a Dio o metterli a letto la sera nel silenzio e nella preghiera, aiuta anche loro ad entrare nella pace, sia che essi siano molto piccoli sia che siano più grandi. Dopo i 14 anni, se lo chiedono, nel rispetto del silenzio, si può lasciare ai figli libertà nella partecipazione a questi gesti.

## 2. Regola di preghiera personale

**È utile che ciascun coniuge stabilisca una regola di preghiera personale.**

Da questa piccola abitudine abbiamo sperimentato come la vita personale può lentamente diventare un costante dialogo con Dio, che dalla preghiera investe poi le relazioni con gli altri e ogni istante della giornata.

Consigliamo almeno un quarto d'ora di silenzio tutti i giorni. Si tratta di un momento della giornata in cui ci asteniamo dalle occupazioni quotidiane per raccoglierci alla presenza di Dio. Questo tempo è la condizione necessaria affinché possiamo ascoltare la sua voce che ci parla attraverso la Scrittura, gli insegnamenti della Chiesa, gli avvenimenti che ci accadono, le ispirazioni interiori.

Un'ora di silenzio il sabato o la domenica può essere facilitata, dove possibile, dall'adorazione eucaristica, che potrebbe essere svolta insieme ad altre famiglie, così da darsi un supporto vicendevole nella cura dei bambini durante il gesto.

Riportiamo qui, come aiuto, le tre dimensioni del silenzio che ciascuno può tradurre secondo i momenti e i modi a lui più confacenti.

**Preghiera.** Tanto più siamo consapevoli della nostra debolezza, tanto più chiediamo l'aiuto di Dio, sperimentando nel nostro cuore il suo sostegno, la sua luce, la sua forza. La preghiera è anche ringraziamento, lode, offerta di noi stessi a Dio per la salvezza delle anime. Ciascuno scelga le orazioni che più sente utili: dialogo personale con Gesù, santo rosario, la liturgia delle ore.

I salmi in modo particolare ci aiutano a vivere ogni momento della nostra vita, anche il più doloroso e drammatico, in rapporto con Dio. Il rosario possiamo recitarlo ovunque e in ogni momento.

Le giaculatorie, preghiere molto brevi, ci permettono di pregare anche mentre lavoriamo. Suggeriamo di sceglierne una e di ripetere sempre la stessa in modo che col tempo nasca spontaneamente dal cuore e ogni istante della vita possa diventare preghiera e offerta.

**Lettura.** Dio ci parla anche attraverso quello che leggiamo, in special modo quando si tratta della Bibbia, dei testi dei Padri o delle vite dei santi. Poiché nella preghiera e nella meditazione siamo spesso distratti, è di

grande aiuto mettersi a leggere. Non importa quanto si legge, è invece decisivo soffermarsi su ciò che ci colpisce, lasciare il tempo che metta radici nell'anima, domandare allo Spirito Santo la grazia di attuare quanto abbiamo compreso.

Partiamo sempre da quello che capiamo e ci ha colpito, accettando umilmente che ciò che non comprendiamo ci verrà svelato in futuro. Infatti, Dio dona sempre la luce necessaria per fare il passo che ci chiede.

**Meditazione.** Meditare significa: riflettere sull'esperienza che stiamo vivendo per distinguere ciò che è essenziale da ciò che non lo è, rendere grazie a Dio dei suoi doni, chiedere la luce per discernere il bene dal male; esaminarsi per cercare di capire se ciò che pensiamo, diciamo, facciamo è secondo la volontà di Dio o è falsato dalla nostra condizione di fragilità; ascoltare i suggerimenti dello Spirito Santo; domandarsi: «come posso mettere in pratica quello che ho letto e che mi ha colpito? Come posso viverlo?».

All'interno della preghiera e della meditazione, può capitare realmente di sperimentare la grazia della contemplazione, la gioia e la pace della conoscenza di Dio.

Spesso nella meditazione si è aiutati dallo scrivere.

## **1. Sacramenti**

**Accostarsi frequentemente al sacramento dell'eucarestia e della penitenza è la strada privilegiata per alimentare la grazia del matrimonio**

La santità coniugale non si misura dal tempo passato assieme, ma dalla decisione, rinnovata ogni giorno, di vivere la promessa fatta il giorno delle nozze. Nella nostra esperienza accostarsi ai sacramenti (eucarestia e confessione almeno una volta al mese), per quanto gli impegni lo permettono, diventa nel tempo il sostegno della vita e la riempie di gioia anche nelle difficoltà. Nella quotidianità i sacramenti aiutano a ricominciare ogni mattina l'avventura familiare, con uno sguardo positivo e con grande ironia. Infatti, l'amore fedele e stabile ci è donato per grazia da Dio che solo è realmente fedele.

## **2. La casa come luogo fisico di memoria**

**Nell'arredare la casa è utile domandarsi cosa si vuole vivere negli spazi comuni e come l'arredamento può aiutare il raggiungimento di questo scopo.**

Amiamo ciò che è bello perché è anticipo del mondo futuro che ci attende. L'arredamento e le "immagini" sono importanti anche per i bambini che imparano molto da ciò che vedono.

Per pregare e ricordarci che Dio non ci abbandona abbiamo anche cura che nella casa ci sia un luogo con un'immagine sacra dove potersi radunare in preghiera.

## **3. Tecnologie**

**Per avere un rapporto sano con la tecnologia assicuriamo tempi e spazi dove tutta la famiglia sia disconnessa.**

Le tecnologie costituiscono un mezzo con cui lavoriamo, potenziamo le nostre possibilità di entrare in rapporto con gli altri, siamo aiutati nello svolgere mansioni altrimenti molto faticose e complesse. Tuttavia sono anche fonte di grande distrazione, ci espongono a una quantità di informazioni che il nostro cervello non è in grado di elaborare, ci tentano con immagini depressive o sconvenienti, rischiamo di non avere più un attimo di reale silenzio interiore. Per tali ragioni è necessario che i coniugi giudichino assieme se l'uso che fanno di tali mezzi permette loro di crescere nella santità e non li renda schiavi di tali strumenti.

È oggi più che mai necessario assicurare alla famiglia dei tempi e degli spazi in cui tutti siano disconnessi, fatte salve gravi ragioni lavorative o di carità. In modo speciale durante i pasti è importante non essere distratti dalla tecnologia, per poter curare un dialogo costruttivo in cui ciascuno possa essere guardato e valorizzato. Anche durante la preghiera e il silenzio la tecnologia è spesso fonte di distrazione: se possibile è meglio non avere vicino mezzi tecnologici connessi mentre si prega o si fa silenzio.

Dopo cena e prima di addormentarsi sarebbe meglio mantenere un clima di silenzio, mettere da parte i mezzi tecnologici che, sia per i genitori che per i figli, sono spesso fonte di confusione e ansia.



Se le condizioni lo permettono, durante la settimana, è utile che i genitori si riservino un tempo serale in cui poter scegliere cosa fare insieme (lettura, un film scelto insieme, dialogo comune) così da poter trovare riposo anche nell'anima oltre che nel corpo.

Se viviamo assediati dalle televisioni, dai telefoni e dai PC sempre accesi, come possiamo gustare la bellezza del raccoglimento, dell'incontro con gli altri, del riposo?

## **B) L'amore in famiglia**

**«L'importante nella vita non è fare, ma nascere e lasciarsi amare» Chiara Corbella Petrillo.**

### **1. L'amore coniugale**

**Intraprendiamo un cammino quotidiano perché la casa diventi sempre di più un luogo di pace e di amore ricevuto e donato.**

L'uomo non può amare se non attraverso una gerarchia. La prima persona che siamo chiamati ad amare e da cui sperimentiamo l'amore di Dio è il coniuge.

Dio ce l'ha donato per poter camminare assieme verso la felicità, il compimento di sé stessi, la santità.

Nella gerarchia dell'amore il coniuge viene prima dei figli. Potrebbe sembrare un'ingiustizia verso di loro. In realtà, nulla rende più felici i figli che vivere con due genitori che si amano e camminano insieme verso Dio. Quando i genitori conducono una vita bella, che ha la sua sana indipendenza dai figli, trasmettono quasi naturalmente ad essi questa vita.

### ***Affettività***

**I coniugi sono chiamati a sostenersi con un affetto reciproco, tenendo conto della sensibilità, della differenza di sesso, della specificità di ognuno.**

Si tratta di un esercizio in cui non si finisce mai di crescere: non si conosce mai in maniera esaustiva la persona che ci è accanto, le esigenze affettive cambiano a seconda delle fasi della vita che attraversiamo, l'amore non conosce limiti e confini.

Ciascuno è chiamato a scoprire i modi più consoni per comunicare il proprio affetto all'altro e scoprire cosa gli è più gradito.

Ad esempio, scambiarsi gesti di affetto, collaborare nei lavori domestici e nella cura dei figli, fare regali, dialogare, spendere del tempo gratuito con l'altro, ascoltare, consolare, perdonare.

Attraverso il loro reciproco amore i coniugi ospitano nel loro rapporto la Trinità, dove la gioia del donare e del ricevere sono un'unica e medesima cosa.

## ***Perdono***

**Impariamo a riconoscere il male che ci facciamo, a chiedere scusa, a perdonare.**

A causa delle conseguenze del peccato originale, che offuscano la capacità di riconoscere il bene e indeboliscono la volontà nell'aderirvi, cadiamo ogni giorno nel peccato. Ciò si manifesta anche nel rapporto coniugale. Ecco perché è impossibile un'autentica vita comune senza il sacramento della penitenza che ci libera dal male e dell'eucarestia che ci dona la forza di perseguire il bene.

È importante che i coniugi si abituino a riconoscere il male che si fanno, si chiedano scusa e si perdonino, prendendosi anche il tempo adeguato a comprendere insieme e in profondità quali siano le reciproche ragioni. Spesso le reazioni istintive nascondono disagi più profondi, occorre tempo e carità per farli emergere in maniera vera, senza alcuna censura, accogliendo davvero l'altro. I tempi nostri non sono i tempi dell'altro, e la diversità è una risorsa non un ostacolo, occorre però mettersi continuamente in un ascolto sincero e paziente anche di ciò che non è detto con le parole (silenzio, pianto, sguardi, gesti).

Vi è poi un'intimità dell'altro che occorre imparare a rispettare senza invaderla violentemente. Questo immediatamente sembrerebbe far perdere qualcosa al rapporto, ma nel tempo lo rende più profondo, nella consapevolezza sempre maggiore che l'altro non è un nostro possesso, ma un dono gratuito per sostenere il cammino verso il cielo.

Nel tempo è necessario riflettere personalmente sull'atteggiamento con cui si dialoga e sulle parole che si utilizzano. Ci sono reazioni o parole che possono ferire e rendono più difficile ripartire. La conversione del proprio cuore per il bene dell'altro e la ricerca di un dialogo rispettoso è un lavoro costante che può portare grandi frutti all'interno della famiglia.

Il perdono in ogni caso va chiesto riconoscendo espressamente il proprio male. Al contempo, il perdono va dato sempre di cuore. Nessun peccato, riconosciuto e perdonato è impedimento nella vita matrimoniale. All'inizio

può essere difficile, ma poi diventa quasi automatico, si riesce a ripartire più velocemente dopo una difficoltà, si impara a guardare l'altro con più tenerezza e ironia, ed emerge subito che la cosa più importante è ciò che ci lega, non ciò che tende a dividerci. Nel reciproco perdono sperimentiamo ciò che scrive san Paolo: «Dove il peccato è abbondato, la grazia è sovrabbondata» (Rm 5, 20).

### ***Dialogo e guida***

**Almeno una volta al mese (più spesso a seconda delle situazioni e dei temperamenti) ritagliamo un tempo prolungato, senza la presenza dei figli, per comunicarci le grazie ricevute e le difficoltà. Nelle coppie più mature, questo strumento può essere validamente sostituito dal dialogo quotidiano tra i coniugi.**

Questo momento può avvenire dopo che i figli sono a letto, se non si è troppo stanchi e non è troppo tardi, oppure sarebbe preferibile uscire a pranzo/cena, fare una passeggiata, ecc. per ritagliarsi un momento più rilassato e tranquillo.

In questo incontro desideriamo dare un giudizio sulla nostra vita comune, sul lavoro, sul rapporto con i figli, sulle questioni economiche, sulle amicizie, sulla vita di fede, sulla salute, ecc. Ovviamente non affronteremo tutto assieme. Da questo consiglio comune traiamo la luce per capire cosa confermare e cosa cambiare nella guida della famiglia. Questi momenti saranno preparati da un tempo di silenzio durante il quale ciascuno, riflettendo sulla sua vita, cerca di capire quali sono le cose più importanti che vuole comunicare al coniuge. All'inizio questo lavoro può sembrare un po' artificioso. In realtà, questi dialoghi distesi, non interrotti da mille altre cose da fare, creano nel tempo un terreno fertile che rende possibile capirsi molto velocemente.

## **2. Pranzi e cene**

**Il momento dei pasti è fonte di gioia: qui dialoghiamo, accogliamo e siamo accolti, educiamo i nostri figli.**

La cena è un'occasione di dialogo quotidiano in cui, raccontandosi ciò che si è vissuto, si sperimenta la gioia dell'amore fraterno. Per quanto possibile, è importante staccare dalle preoccupazioni personali, per ascoltare veramente l'altro. La cena vissuta in questo modo è un aiuto per sganciarsi dalle incombenze lavorative ed entrare nella vita familiare. Se ci sono dubbi urgenti su cui chiedere un consiglio, se ne parli, ma di norma la cena sia un momento non appesantito da questioni da discernere o da decisioni troppo pesanti da prendere. Sia un momento di pace e di gioia in cui anche i figli si sentano coinvolti nel dialogo.

Per quanto possibile abituiamoci a parlare uno alla volta, così da ascoltarsi a vicenda. Quando ci sono i figli, è utile che uno dei due coniugi si ponga come "moderatore" per aiutare la discussione che altrimenti diventa caotica. Tale guida si eserciti sempre con discernimento per non pregiudicare la gioia del ritrovarsi e si ometta quando si è in troppi per dialogare tutti assieme. I pasti in comune sono un momento prezioso per guardare con verità gli altri membri della famiglia, oltre ad essere un ambito privilegiato per la trasmissione ai figli dei valori in cui crediamo. Nei giudizi che si danno sulle cose di tutti i giorni (lavoro, scuola, politica, società) si trasmette una cultura cristiana capace di abbracciare ogni ambito dell'esistenza.

## **3. Povertà e carità**

**Abbiamo il desiderio di vivere un'attenzione agli altri anche attraverso l'utilizzo di mezzi concreti, secondo la libertà e le possibilità di ciascuno**

Per mantenere il cuore nella gioia è necessario vivere una povertà di spirito, ovvero un sano distacco da cose e persone, mantenendo lo sguardo fisso a Dio.

La società consumistica ci spinge a guadagnare sempre di più per avere più beni materiali. Tutto ciò è fonte di affaticamento e di dispersione. Per

questa ragione è più bella l'essenzialità, che ci aiuta a non riporre la nostra speranza nei beni che passano, ma in quelli eterni.

Ciascuna famiglia può decidere come vivere concretamente l'ideale della povertà che Gesù indica a tutti come strada insostituibile per entrare nel regno dei cieli. Siamo chiamati a discernere ciò di cui abbiamo veramente bisogno da ciò che è superfluo e spesso appesantisce. Condividendo le nostre risorse con chi è più in difficoltà contribuiamo all'edificazione di un mondo più giusto.

Anche le opere di carità, secondo le possibilità di ciascuno, aiutano i membri della famiglia a comprendere che tutto ci è donato per costruire il regno di Dio.

Tra famiglie facciamo attenzione a chi ha delle necessità, non solo economiche ma anche pratiche. Talvolta mettere a disposizione noi stessi e i nostri mezzi per coloro che camminano insieme a noi, genera un clima di letizia e fraternità più di tante parole.

#### **4. Il riposo e il giorno del Signore**

**Nel tempo libero dal lavoro è possibile fare un'esperienza reale di libertà, riposo e condivisione.**

Non esiste vero riposo senza l'esperienza di essere amati da Dio e dai fratelli. È questo il senso di una casa e del tempo passato assieme.

La messa domenicale deve avere un posto centrale, come il tempo trascorso assieme alla famiglia e agli amici.

Il tempo speso per la preghiera comunitaria e il silenzio personale sembrerebbe inizialmente togliere spazio agli impegni, mentre in realtà, rivolgendo il cuore a ciò che conta, ha l'effetto di dilatare il tempo, liberandolo dall'ansia e donando la pace.

Desideriamo inoltre mantenere mensilmente l'impegno di incontrarci a gruppetti con altre famiglie per camminare insieme, guidati se possibile da un sacerdote o da una persona capace di testimoniare una fede vissuta.

Una corretta pianificazione del tempo vissuto assieme è uno degli aspetti più importanti per la serenità della famiglia. È decisivo perciò che i coniugi ne siano consapevoli e ne assumano il governo. Se ciò non avviene l'agenda familiare sarà governata dalla scuola, dal lavoro, dallo sport dei figli. È

molto importante, per quanto possibile, preoccuparsi di preservare il giorno del Signore da impegni lavorativi. Dove non fosse possibile per gravi ragioni lavorative facciamo comunque di tutto per ritagliarci questi spazi in altri giorni.

È necessario domandarsi: cosa riposa veramente il corpo e l'anima? Il tempo che passiamo assieme ci rigenera? Ci restituisce le forze per affrontare le fatiche del lavoro? Non bisogna avere paura di provare, verificando poi se ciò che si è fatto ha aiutato veramente. Bisogna fare tanti tentativi, sbagliare tante volte, l'importante però è imboccare una direzione e verificarla.

Nella gestione del tempo libero dal lavoro è importante discernere ciò che edifica tutti da ciò che aiuta la singola persona. Ci sono cose che oggettivamente edificano tutti. Tuttavia, chi ci sta accanto ha una sua personalità che non si esaurisce nel rapporto con i membri della famiglia. Bisogna pertanto lasciare all'altro lo spazio per ciò che gli è utile a rigenerarsi. Custodire il buon umore dell'altro è un bene per tutta la famiglia.

## **5. Rapporto con la famiglia di origine**

Coltiviamo la gratitudine, il rispetto e la carità nei riguardi di chi ci ha preceduto e ha reso possibile le nostre esistenze. Dove ci sono esperienze sane, riteniamo un grande tesoro la tradizione che le nostre famiglie d'origine ci hanno tramandato e che vogliamo rivivere tenendo conto della diversa situazione storica. Anche per i figli il rapporto con i nonni è particolarmente importante. Dove le famiglie d'origine siano gravemente problematiche o non ci siano cerchiamo di riferirci ad altre famiglie.

Al contempo, occorre decidere con il proprio marito/moglie un sano distacco dalle famiglie d'origine per evitare che ci sia confusione nei ruoli: la nuova famiglia ha la sua vita, il suo percorso, le sue fatiche, le sue scelte da affrontare che possono anche essere diverse da quelle della famiglia d'origine. Facciamo attenzione a vivere il rapporto con i genitori in maniera libera, in modo che possa intensificarsi o diminuire a seconda delle esigenze. Il distacco implichi anche un rapporto sano con le comunicazioni tecnologiche: foto, telefonate, ecc.

#### 4. L'amore paterno e materno

**Il nostro compito è accogliere i figli come un dono gratuito di Dio, crescerli nella fede e accompagnarli verso il compimento del loro destino.**

##### *La grazia di generare*

Poiché Dio è trinità, per mantenere vivo l'amore tra due ci vuole sempre un terzo che travalica i due che si amano: un compito, un interesse comune, qualcosa che spezza il cerchio.

L'immagine trinitaria di Dio si manifesta in modo particolare nella relazione tra uomo e donna. Essi, in un primo momento, non percepiscono altro che la loro reciproca dedizione, ma ecco che compare tra l'uomo e la donna il figlio, che apre senza riserve il cerchio del loro amore che altrimenti minaccia di chiudersi.

Il primo compito per una famiglia è perciò quello di accogliere i figli che Dio vorrà donare, crescerli e introdurli al senso della vita. L'impossibilità a generare fisicamente non preclude la fecondità del matrimonio che non si esprime solo nel generare figli nella carne, ma anche nello spirito. Tutti i coniugi sono chiamati ad essere generatori di figli spirituali (figli adottivi, amici dei figli, allievi, membri della comunità, ecc.). Trasmettere noi stessi e le grazie che abbiamo ricevuto è ciò che rende pieno il cuore in qualunque momento della vita.

È una strada lunga, dove non ci sono ricette prefabbricate, occorre avere molta umiltà nel cammino.

È prezioso che i coniugi possano fare spesso memoria dell'importanza della loro vocazione materna e paterna, perché anche nella fatica del quotidiano percepiscano l'importanza del loro compito, che viene prima di qualunque altra occupazione (lavoro, amici, opere di carità).

Ciò non significa affatto che i figli devono diventare il centro assoluto della vita della coppia, che deve mantenere la sua alterità; ciascun coniuge non deve in alcun modo perdere la propria identità per sottomettersi a quella dei figli. Al contrario marito e moglie, pur percependo il "dovere" della famiglia come primario, non devono smettere mai di camminare insieme verso Cristo.

Anche quando i figli crescono non si smette mai di essere padri e madri, il compito cambia la sua forma nel tempo ma non la sua importanza.



## ***L'introduzione alla fede***

L'offerta quotidiana e le preghiere del cuore aiutano a ripartire ogni istante anche nella più grande fatica e dispongono i genitori ad un atteggiamento amorevole, che si trasmette ai figli anche in maniera non verbale.

La vita comunitaria aiuta a sostenere la coppia, che evita così di concentrarsi solo sulle fatiche della gestione familiare. Questo è sicuramente un valore per la crescita serena dei figli.

Quando i figli cominciano ad avere uno o due anni, è già possibile abituarli alla preghiera comune, la mattina e prima di andare a dormire. Dopo cena, entrare in un clima di silenzio, in una routine fatta di gesti che si ripetono e che si concludono con la lettura di una storia edificante o di semplici preghiere, aiuta i figli ad addormentarsi nella pace.

Ovviamente non sarà tutte le sere così, gli imprevisti sono all'ordine del giorno, ma mantenere una regola di preghiera semplice con i figli sostiene la famiglia e nel tempo dà i suoi frutti positivi.

Anche la messa domenicale è un'avventura da scoprire. Organizzarsi con altre famiglie per andarci insieme aiuta i figli ad attenderla come un reale momento di gioia e condivisione. I bambini cominceranno fin da piccoli ad abituarsi al silenzio guardando quelli più grandi, poi, piano piano, cominceranno a partecipare in maniera più attiva insieme agli amici e diventerà naturale per loro dividerne la bellezza.

In un mondo così secolarizzato questo li aiuterà a non vivere la fede da soli. È importante anche condividere il percorso dei sacramenti con altri amici e favorire il ritrovo non formale dei figli (fin da piccoli) insieme ad un sacerdote, a un educatore, o durante i momenti di ritrovo degli adulti.

È fondamentale che ogni famiglia rifletta sulle persone che divideranno l'educazione alla fede dei propri figli. Insegnanti, educatori, sacerdoti, animatori, altre famiglie, sono "collaboratori" preziosi che vanno, se possibile, scelti con cura, o comunque con cui è necessario avere un dialogo.

## ***L'avventura dell'educazione***

A prima vista accostarsi ai sacramenti sembra non c'entrare con l'educazione. In realtà, niente educa di più i figli che vivere con dei genitori in grazia di Dio. La seconda strada dell'educazione, non staccata dalla

prima, consiste nell'esempio che diamo nell'essere disponibili a ricominciare ogni giorno un cammino di sequela a Cristo. Il rapporto di amore che i genitori vivono fra loro vale più di tutti gli insegnamenti che possiamo trasmettere. Più i coniugi cureranno la loro vocazione alla santità più sarà un bene per i figli: cercare la propria felicità, intesa come senso della propria esistenza e rapporto con Dio, è porre le premesse per la felicità dei figli.

Anche sbagliare e rialzarsi è però un grande insegnamento. Solo così i figli comprenderanno che non c'è nessuna caduta da cui, con l'aiuto di Dio e dei fratelli, non ci si possa rialzare.

Nell'educazione c'è un tempo per parlare e un tempo per tacere. Occorre trasmettere ai figli ciò che desideriamo ma anche ascoltarli in silenzio. Il figlio è un dono e un mistero che non finiremo mai di conoscere, che cambia, che cresce, e che siamo chiamati a rincontrare ogni giorno. Questa attenzione vigile è la premessa affinché le nostre parole e i nostri silenzi trovino i modi e i tempi per essere efficaci. Occorre fare delle proposte chiare ai figli: se non abbiamo chiaro cosa desideriamo per loro, è difficile che possano seguirlo. Al contempo non vogliamo essere ossessivi.

Il tempo trascorso con i figli, soprattutto quando sono piccoli, costituisce un bagaglio di affetto e di conoscenze che permetterà loro di avere le forze per rispondere alla vocazione che Dio vorrà donargli. Abbiamo sperimentato che dedicare del tempo a fare qualcosa con ciascun figlio, singolarmente, è un grande aiuto per instaurare un rapporto di fiducia e dialogo, e per far percepire a ciascuno che è amato e voluto così com'è, in modo unico e speciale.

Quando i figli sono grandi, occorre stimare fino in fondo la loro libertà, come fa Dio con noi. Se abbiamo fatto tutto ciò che ritenevamo utile alla loro crescita, e abbiamo nel contempo approfondito anche il nostro cammino personale verso la verità, saremo più disposti a lasciarli andare, meno possessivi, più pronti ad accompagnarli quando fosse necessario.

Questo passaggio alla vita adulta è particolarmente delicato per quanto concerne il rapporto con la tecnologia che può causare gravi storture educative. I genitori sono chiamati a discernere quando dotare i figli di smartphone, la gradualità e i tempi per permettere loro di accedere al mondo virtuale.

Il padre e la madre sono i primi responsabili dell'educazione dei loro figli, pertanto non possono e non devono delegare ad altri questo compito. Al

contempo, un'educazione sana è sempre apertura positiva al mondo. Per tale ragione i genitori si avvalgono di tutti gli aiuti necessari per realizzare la loro vocazione educativa.

La scuola e gli ambiti educativi in cui i figli vengono inseriti (parrocchia, società sportiva, gruppi di amici) sono da scegliere con grande cura e necessitano un dialogo costante e sincero tra coniugi, che devono essere certi della direzione ma aperti e liberi al cambiamento dove è necessario.

Il vantaggio di essere insieme ad altre famiglie che condividono con noi l'avventura dell'educazione è enorme. Aiuta a non essere soli di fronte alla società che spesso persegue ideali che nulla hanno a che vedere con il cristianesimo vissuto. Inoltre sostiene nella gestione pratica e nell'educazione quotidiana. È perciò molto prezioso che i gruppi di famiglie condividano gli atteggiamenti ideali e pratici da adottare con i figli, perché anch'essi non si sentano soli nel mondo, ma insieme ad un gruppo di amici.

## C) L'amore alla comunità e al mondo

*Dio, fa che possiamo essere l'uno per l'altro un'aurora amabile del Tuo amore eterno<sup>2</sup>*

### 1. Una casa ospitale

**Desideriamo vivere una casa che possa essere un punto di luce per noi e per quanti lo desiderano**

Una casa vive di due dimensioni: l'ospitalità e il raccoglimento. Quando c'è solo accoglienza si disfa. Quando c'è solo raccoglimento implode. La sapienza dei coniugi sta nel governare con equilibrio queste due dimensioni. È importante perciò aprire con gioia la casa agli ospiti, agli amici, ai più bisognosi, certi che si sta accogliendo Cristo stesso. Al contempo, è un bene che la famiglia preservi momenti per dialogare riservatamente e raccogliersi nel silenzio.

Quando si decide chi e quando invitare è bello farlo il più possibile insieme tra coniugi, perché l'accoglienza dell'altro sia condivisa e preparata. È più bello ancora quando anche i figli sono coinvolti nell'attesa dell'ospite, partecipando alla preparazione del pasto o preparando un piccolo regalo per chi arriva (un disegno, un segnaposto, un fiore, ecc.).

### 2. La comunità della Chiesa

**È utile avere un confronto con una guida spirituale e mettere al servizio della comunità ciò che abbiamo gratuitamente ricevuto**

La famiglia trova il terreno vitale nel quale crescere e nel quale dare il suo contributo al bene di tutti attraverso l'appartenenza alla più vasta comunità della Chiesa. È importante cercare sacerdoti o consacrati che aiutino la vita spirituale, attraverso un insegnamento che sia più possibile in grado di indicare strade concrete per vivere la fede nel mondo di oggi. Ogni famiglia è chiamata a mettere al servizio di tutta la Chiesa i doni ricevuti attraverso l'offerta quotidiana della propria vita per la salvezza

---

<sup>2</sup> Egied van Broeckhoven

delle anime, attraverso la preghiera e con opere educative o caritative. Non importa la quantità del tempo donato, che cambia a seconda delle condizioni, ma la letizia interiore con cui lo si vive. Questo sostiene tutta la comunità e nello stesso tempo aiuta ciascuno ad imparare uno sguardo gratuito e amorevole all'interno della famiglia.

### **3. Piccola fraternità di famiglie**

**Unirsi in piccole fraternità di famiglie è fondamentale per essere un sostegno reale gli uni per gli altri nella vita di fede e nelle sfide che dobbiamo vivere ogni giorno.**

Nella nostra società, senza stringere un'amicizia con altre famiglie, si rischia di rimanere soli. Anche l'appartenenza alla Chiesa corre il rischio di rimanere generica, relegata ai sacramenti o, nel migliore dei casi, a delle attività. Inoltre, anche l'insegnamento migliore rimane normalmente lettera morta, senza una comunità con cui si cerchi di metterlo in pratica. Questo, che è sempre stato vero, è aggravato oggi dal fatto che, non vivendo più in una società cristiana, gli ideali che respiriamo tutti i giorni sono molto lontani da quelli che Cristo ci ha insegnato.

Questi gruppi di famiglie possono nascere liberamente, su invito di qualcuno, per gruppi generazionali o per affinità elettive. L'importante è essere concordi nella ragione del ritrovarsi e nei mezzi per raggiungere lo scopo: crescere nell'amore di Dio e dei fratelli.

Senza esplicita unità di intenti il gruppo è destinato a disgregarsi.

Poiché una famiglia isolata non può affrontare tutte le sfide che pone la società contemporanea, queste piccole fraternità possono essere il luogo dove chiedere consiglio e confrontarsi su temi che i coniugi hanno già affrontato tra di loro. Lo scopo è aiutarsi prima di tutto sulla vita di fede e sulle gioie e le fatiche della vita comune. È importante che vi sia la libertà di correggersi, senza mai intromettersi nel governo delle altre famiglie.

Nella scelta dell'abitazione anche la vicinanza ad altre famiglie è un fattore che può essere fondamentale per favorire il sostegno e l'aiuto vicendevole nella quotidianità.

È utile nominare un segretario\a che si preoccupi di stabilire luoghi, date, ordine del giorno degli incontri.

#### **4. Sacerdoti**

**Desideriamo condividere una comunione ed una sincera amicizia con i nostri sacerdoti, vivendo una matura corresponsabilità nel portare l'amore di Cristo a tutti gli uomini.**

Dio ha pensato la vocazione matrimoniale e quella sacerdotale o religiosa come due fuochi di una stessa ellisse. Le famiglie necessitano del sacerdote che, non essendo completamente immerso nelle dinamiche del mondo, le aiuta ad alzare lo sguardo verso ciò che vale, dura per sempre. I sacerdoti, a loro volta necessitano della compagnia delle famiglie per imparare un amore stabile e capace di sacrificio.

Desideriamo sempre di più una comunità in cui sacerdoti e famiglie si sostengono vicendevolmente nel cammino di fede, nel pregustare la vita eterna che si assapora nell'amicizia, nella fraternità e nella fedeltà alla propria vocazione.

Desideriamo vivere tra noi un rapporto verginale e gratuito, che favorisca una condivisione autentica.

I sacerdoti devono essere coscienti che lo scopo di questi gruppi è il sostegno reciproco nella vocazione matrimoniale, non l'animazione della vita comunitaria che può avvenire attraverso altri strumenti più idonei (consigli pastorali o raduni di responsabili). Sono chiamati a esercitare la loro paternità non sostituendosi alle famiglie nelle decisioni che devono assumersi. Le famiglie, a loro volta, non devono pretendere dai sacerdoti, chiamati al servizio di tutta la comunità, un'attenzione esclusiva o la soluzione ai loro problemi. Desideriamo tutti vivere la carità del consiglio reciproco e della correzione fraterna.

#### **5. Missione**

**La nostra vocazione è essere missionari: annunciare Cristo a chi incontriamo e donare gratuitamente l'amore che gratuitamente abbiamo ricevuto.**

Amore e missione coincidono. Solo donando ciò che abbiamo ricevuto lo riscopriamo in maniera nuova. Se una famiglia vive nell'amore di Cristo diventa un luogo di speranza, accoglienza e testimonianza per tutti.

Come ha scritto Dostoevskij: la bellezza salverà il mondo. La bellezza che si manifesta quando il Bene e il Vero si incarnano in una forma concreta di vita<sup>3</sup>.

È questo il compito di una famiglia cristiana. La missione non si enuclea perciò innanzi tutto attraverso delle attività, ma attraverso l'accoglienza di persone anche lontanissime dalla vita cristiana o segnate dalle forme più svariate di solitudine.

Evidentemente questo sarà grandemente facilitato quando una famiglia partecipa attivamente alla vita di una parrocchia, di un movimento o di una comunità religiosa.

Testimoniare la grazia che si è ricevuta aiuta la famiglia a rendersi conto della luce che può donare agli altri, e anche nei momenti difficili può contribuire a ritrovare il coraggio e a riscoprire la bellezza della propria vocazione.

Esiste una gerarchia attraverso cui i coniugi realizzano la loro missione: il bene reciproco, l'educazione dei figli, la testimonianza attraverso il lavoro, l'edificazione della comunità cristiana. Evidentemente non si tratta di uno schema rigido, perché le vocazioni possono essere molto diverse a seconda delle età e dei compiti che la provvidenza assegna a ciascuno.

## **6. Lavoro**

**Il lavoro è il mezzo, non lo scopo, per la realizzazione della nostra vocazione.**

Nella nostra esperienza è sempre più evidente come il lavoro non possa essere lo scopo ultimo del nostro fare, anche se certamente è buono tentare di realizzarsi nel lavoro per esprimere pienamente i nostri talenti e metterli al servizio del bene comune. Desideriamo che il nostro lavoro permetta alla nostra famiglia di vivere un'esistenza dignitosa e che possa diventare sempre di più offerta a Dio delle nostre azioni. Chiediamo a Dio la grazia e ci sforziamo di essere portatori di amore e pace lì dove siamo chiamati ad agire.

Spesso il mondo del lavoro non tiene conto delle condizioni familiari, invadendo il tempo del riposo settimanale ma soprattutto il giorno del

---

<sup>3</sup> Cfr. V. Solov'ëv, *Tre discorsi in memoria di Dostoevskij*, Ed. La casa di Matrona, Milano, 1981, pp. 58-59.

Signore. Occorre che ciascuna famiglia apra un dialogo costruttivo sul tema del lavoro, innanzitutto tra coniugi e poi nel confronto con altre famiglie. Talvolta non è il lavoro che ci ruba il tempo, ma siamo noi stessi a darglielo senza criterio riponendo in esso il significato ultimo della nostra realizzazione.

Nella preghiera si può essere aiutati a ritrovare la lucidità per dare un ordine alla vita e utilizzare in modo più costruttivo il tempo che ci è concesso.

Quanto più possibile è necessario preservare il tempo del riposo domenicale, per ritrovare il raccoglimento personale e la preghiera, e per ritrovarsi in profondità con i propri familiari, per riprendere le forze e un raccoglimento personale. Dove questo viene trascurato è facile che nel tempo la famiglia perda la propria stabilità.



## **D) Le nostre preghiere**

### **Angelus**

L'Angelo del Signore portò l'annuncio a Maria

- Ed ella concepì per opera dello Spirito Santo.

Eccomi, sono la serva del Signore.

- Accada di me secondo la tua parola.

E il Verbo si è fatto carne.

- Ed abita in mezzo a noi.

Ave, o Maria, piena di grazia, il Signore è con te.

Tu sei benedetta tra le donne e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.

- Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori, adesso e nell'ora della nostra morte. Amen.

Prega per noi, santa Madre di Dio.

- Perché siamo fatti degni delle promesse di Cristo.

Infondi, o Signore, la tua Grazia nei nostri cuori, affinché noi, che per l'annuncio dell'angelo abbiamo conosciuto l'incarnazione del Figlio tuo Gesù Cristo, attraverso la sua passione e Croce siamo condotti alla gloria della sua resurrezione. Per Cristo nostro Signore. Amen.

### **Memorare**

Memorare, o piissima Virgo Maria, a saeculo non esse auditum, quemquam ad tua currentem praesidia, tua implorantem auxilia, tua petentem suffragia, esse derelictum.

Ego tali animatus confidentia, ad te, Virgo Virginum, Mater, curro, ad te venio, coram te gemens peccator assisto.

Noli, Mater Verbi, verba mea despiciere; sed audi propitia et exaudi.

Amen.

### **Liturgia delle ORE**

Lodi, vesperi, compieta secondo quanto indicato dalla liturgia del giorno

## **Rosario**

Misteri della gioia

*(da recitare lunedì e sabato)*

L'annuncio dell'Angelo a Maria.

La visita di Maria a Elisabetta.

La nascita di Gesù a Betlemme.

La presentazione di Gesù al Tempio.

Il ritrovamento di Gesù nel Tempio.

Misteri della luce

*(da recitare giovedì)*

Il battesimo di Gesù al Giordano.

L'auto-rivelazione di Gesù alle nozze di Cana.

L'annuncio del Regno di Dio con l'invito alla conversione.

La trasfigurazione di Gesù sul Tabor.

L'istituzione dell'Eucaristia.

Misteri del dolore

*(da recitare martedì e venerdì)*

Gesù nell'orto degli ulivi.

Gesù flagellato alla colonna.

Gesù è coronato di spine.

Gesù sale al Calvario.

Gesù muore in Croce.

Misteri della gloria

*(da recitare mercoledì e domenica)*

Gesù risorge da morte.

Gesù ascende al cielo.

La discesa dello Spirito Santo.

L'assunzione di Maria al cielo.

Maria, Regina del cielo e della terra.

## **Preghiera dell'offerta**

Cuore Divino di Gesù, io ti offro per mezzo del Cuore Immacolato di Maria, in unione al Sacrificio Eucaristico, le preghiere, le azioni, le gioie e le sofferenze di questo giorno in riparazione dei peccati e per la salvezza di tutti gli uomini, (intenzione) a gloria del Divin Padre. Amen

## **Preghiera di padre Grandmaison**

Santa Maria, madre di Dio, conservami un cuore di fanciullo, puro e limpido come acqua di sorgente.

Ottienimi un cuore semplice, che non si ripieghi ad assaporare le proprie tristezze; un cuore magnanimo nel donarsi, facile alla compassione; un cuore fedele e generoso, che non dimentichi alcun bene e non serbi rancore di alcun male.

Formami un cuore dolce e umile che ami senza esigere di essere riamato, contento di scomparire in altri cuori, sacrificandosi davanti al Tuo Divin Figlio; un cuore grande e indomabile, così che nessuna ingratitudine lo possa chiudere e nessuna indifferenza lo possa stancare; un cuore tormentato dalla Gloria di Cristo, ferito dal Suo amore, con una piaga che non si rimargini se non in cielo.

## **Per i bambini**

Mio Dio ti offro il mio cuore, prendilo se vuoi, in modo che nessun altro lo posseda, ma solo tu, mio buon Gesù!

## **Giaculatorie**

O Dio, vieni a Salvarmi; Signore, vieni presto in mio aiuto.

*Veni sancte Spiritus, Veni per Mariam.*

Signore Gesù, abbi pietà di me.