



CENACOLO “LACRIMEDAMORE” 2016/2017 – GENNAIO

Preghiamo insieme (1 Cor 13,4-7)

Signore, l'amore è paziente. Donami la pienezza che sa affrontare un giorno dopo l'altro
Signore, l'amore è benigno. Aiutami a voler sempre il suo bene prima del mio
Signore, l'amore non è invidioso. Insegnami a gioire di ogni suo successo
Signore, l'amore non si vanta. Rammentami di non rinfacciar(gli/le) ciò che faccio per (lui/lei)
Signore, l'amore non si gonfia. Concedimi il coraggio di dire “Ho sbagliato”
Signore, l'amore non manca di rispetto. Fa che io possa vedere nel suo volto il tuo.
Signore, l'amore non cerca l'interesse. Soffia nella nostra vita il vento della gratuità
Signore, l'amore non si adira. Allontana i gesti e le parole che feriscono
Signore, l'amore non tiene conto del male ricevuto. Riconciliaci nel perdono che dimentica i torti
Signore, l'amore non gode dell'ingiustizia. Apri il nostro cuore ai bisogni di chi ci sta accanto
Signore, l'amore si compiace della verità. Guida i nostri passi verso di te che sei via, verità e vita
Signore, l'amore tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta.
Aiutaci a coprire d'amore i giorni che vivremo insieme.
Aiutaci a credere che l'amore sposta le montagne.
Aiutaci a sperare nell'amore, oltre ogni speranza.
Spirito Santo, regalaci la gioia di capire che l'unica nostra felicità è nell'amare come Dio ci ama.
Amen.

Dalla prima lettera di San Paolo ai Corinzi (1 Cor 8, 1)

*La conoscenza riempie di **orgoglio**, mentre l'amore edifica.*

Dalla prima lettera di San Paolo ai Corinzi (1 Cor 4, 16-20)

*Vi prego, dunque: diventate miei imitatori! Per questo vi ho mandato Timoteo, che è mio figlio carissimo e fedele nel Signore: egli vi richiamerà alla memoria il mio modo di vivere in Cristo, come insegno dappertutto in ogni Chiesa. Come se io non dovessi venire da voi, alcuni hanno preso a **gonfiarsi d'orgoglio**. Ma da voi verrò presto, se piacerà al Signore, e mi renderò conto non già delle parole di **quelli che sono gonfi di orgoglio**, ma di ciò che veramente sanno fare. Il regno di Dio infatti non consiste in parole, ma in potenza.*

Dalla prima lettera di Pietro (1 Pt 5, 5)

*Rivestitevi tutti di **umiltà** gli uni verso gli altri, perché Dio resiste ai superbi, ma dà grazia agli **umili**.*

Dal vangelo di Luca (Lc 1, 46-55)

Allora Maria disse:

*"L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, perché ha guardato l'**umiltà** della sua serva. D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata. Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente e Santo è il suo nome; di generazione in generazione la sua misericordia per quelli che lo temono. Ha spiegato la potenza del suo braccio, **ha disperso i superbi** nei pensieri del loro cuore; ha rovesciato i potenti dai troni, **ha innalzato gli umili**; ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato i ricchi a mani vuote. Ha soccorso Israele, suo servo, ricordandosi della sua misericordia, come aveva detto ai nostri padri, per Abramo e la sua discendenza, per sempre".*

PREGHIERE SPONTANEE “Per intercessione di Maria, ascoltaci Signore”

Padre nostro

L'AMORE NON SI VANTA E NON SI GONFIA

Chi ama, non solo evita di parlare troppo di se' stesso, ma inoltre, poiche' e' centrato sugli altri, sa mettersi al suo posto, senza pretendere di stare al centro. L'amore non e' arrogante, non si "ingrandisce" di fronte agli altri. Non e' solo un'ossessione per mostrare le proprie qualita', ma fa anche perdere il senso della realta'. Ci si considera piu' grandi di quello che si e' perche' ci si crede piu' "spirituali" o "saggi". Bisogna fare attenzione a non assumere quest'atteggiamento in famiglia *"meno male che in questa casa, in questa famiglia, in questo matrimonio ci sono io perche' capisco di piu', perche' ho studiato di piu', perche' ho piu' carismi, lui/lei invece, non e' capace di far nulla, non sa fare nulla, meno male che ci sono io"*. E' importante che i cristiani non vivano questo atteggiamento, inoltre, nel loro modo di trattare i familiari poco formati nella fede, fragili o meno sicuri nelle loro convinzioni. A volte accade che quelli che, nell'ambito della loro famiglia, si suppone siano cresciuti maggiormente, diventano arroganti e insopportabili. L'atteggiamento dell'umilta' appare, quindi come qualcosa che e' parte dell'amore, perche' per poter comprendere, scusare e servire gli altri di cuore, e' indispensabile guarire l'orgoglio e coltivare l'umilta'. Nella vita familiare non puo' regnare la logica del dominio degli uni sugli altri o la competizione per vedere chi e' piu' intelligente o potente, perche' tale logica fa venir meno l'amore. Quindi, se l'amore non si gonfia, se l'amore non si vanta e' perche' l'amore e' umile; e in questo abbiamo il grande esempio di Maria.

L'AMORE NON MANCA DI RISPETTO

Amare significa anche rendersi amabili: indica che l'amore non opera in maniera rude, non agisce in modo scortese, non e' duro nel tratto. I suoi modi, le sue parole, i suoi gesti, sono gradevoli e non aspri o rigidi. Essere amabile non e' uno stile che un cristiano possa scegliere o rifiutare: e' parte delle esigenze irrinunciabili dell'amore. Ogni giorno, entrare nella vita dell'altro chiede la delicatezza di un atteggiamento non invasivo, che rinnova la fiducia e il rispetto. Chi ama e' capace di dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano. Non parole che umiliano, che rattristano, che irritano, che disprezzano. In *Amoris Laetitia* si sottolinea l'elemento della amabilita': **non basta amare l'altro, bisogna aiutare, rendere facile l'opera dell'amore**; cioe', spesso pensiamo che l'amore segua un'unica direzione; quante volte in una famiglia lui o lei, il papa', la mamma, veramente fa sacrifici per l'altro, o tutti i segni di amore, di affetto, pero' poi nel modo di atteggiarsi, nel modo di relazionarsi si e' abbastanza duri, si e' un po' burberi. Questo non aiuta gli altri, non rende facile amare. **Quindi non basta amare, bisogna rendersi amabili, cioe' aiutare l'altro a far si' che mi ami**. E' importante chiedersi nella relazione coniugale *"si va bene, lei non mi rispetta, lei non mi considera, lei non mi stima, lei non mi vuole bene come merito, non credo che lei mi ami cosi' tanto"*; pero' a volte e' altrettanto importante chiedersi, *"ma io rendo semplice, sto aiutando il mio coniuge, il mio sposo, la mia sposa, mio marito, mia moglie, ad amarmi? O sono cosi' burbero, sono cosi' duro, che posso farle/fargli ribrezzo?"* Questa amabilita' e' molto importante e noi la apprendiamo da Cristo. E' importante l'amabilita' nelle relazioni di amore, e' importante aiutare l'altro a farsi amare. Quando uno e' amabile e ravviva questa sua amabilita' e rende facile questa attrazione dell'altro partner nei suoi confronti, e' normale che l'amore si rigeneri, si ravvivi. E quindi l'amabilita' non puo' vivere di rendita, ma vive di alimento, di fecondita', vive di sostegno, vive anche di tenerezza. L'amabilita', possiamo dire, fa fiorire o rifiorire un amore che potrebbe inaridirsi, l'amabilita' rende feconda una relazione, l'amabilita' rende gioiosa la casa dei coniugi. Amare **non e' solo non mancare di rispetto, ma e' un rendersi amabili l'uno per l'altro**.

Spunti per la condivisione Nella mia relazione coniugale, chi pongo al centro delle mie attenzioni e del mio interesse? Sarebbe spontaneo rispondere: "il mio coniuge". Ma facendo un onesto lavoro di introspezione cerco davvero sempre e soltanto di valorizzare ed esaltare il bello e il bene dell'altro, oppure

sono in preda alla convinzione che in ogni caso, quello che faccio, quello che penso, quello che dico, quello che “sono”, sia sempre migliore credendo che lui/lei non sia capace di eguagliarmi e di arrivare al mio livello?

GUIDA

L'AMORE NON SI VANTA E NON SI GONFIA

Anche in queste due espressioni dell'Inno all'amore si sottolinea ciò che l'amore non è: l'amore non è invidioso e l'amore neppure si vanta né si gonfia. Quest'altro elemento completa l'elemento dell'invidia dell'amore, cioè come l'amore non è invidioso, cioè non guardo l'altro con invidia perché lo percepisco più fortunato, lo percepisco più avanti di me, più in alto rispetto a me, come uno a cui le cose vanno bene, l'amore neppure si gonfia: per cui io sono superiore all'altro, io sono più bravo dell'altro.

L'espressione *perpereuetai* indica, infatti, la vanagloria, l'ansia di mostrarsi superiori per impressionare gli altri con un atteggiamento pedante e piuttosto aggressivo. Chi ama, non solo evita di parlare troppo di sé stesso, ma inoltre, poiché è centrato sugli altri, sa mettersi al suo posto, senza pretendere di stare al centro. La parola seguente – *physioutai* – è molto simile, perché indica che l'amore non è arrogante. Letteralmente esprime il fatto che non si “ingrandisce” di fronte agli altri. Non è solo un'ossessione per mostrare le proprie qualità, ma fa anche perdere il senso della realtà. Ci si considera più grandi di quello che si è perché ci si crede più “spirituali” o “saggi”. Paolo usa questo verbo altre volte, per esempio per dire che «*la conoscenza riempie di orgoglio, mentre l'amore edifica*» (1 Cor 8,1). Vale a dire, alcuni si credono grandi perché sanno più degli altri, e si dedicano a pretendere da loro e a controllarli, quando in realtà quello che ci rende grandi è l'amore che comprende, cura, sostiene il debole. In un altro versetto lo utilizza per criticare quelli che si “*gonfiano d'orgoglio*” (cfr 1 Cor 4,18), ma in realtà hanno più verbosità che vero “potere” dello Spirito (cfr 1 Cor 4,19).

Bisogna fare attenzione a non assumere quest'atteggiamento in famiglia “*meno male che in questa casa, in questa famiglia, in questo matrimonio ci sono io perché capisco di più, perché ho studiato di più, perché ho più carismi, lui/lei invece, non è capace di far nulla, non sa fare nulla, meno male che ci sono io*”. È importante, inoltre, che i cristiani non vivano questo atteggiamento nel loro modo di trattare i familiari poco formati nella fede, fragili o meno sicuri nelle loro convinzioni. A volte accade che quelli che, nell'ambito della loro famiglia, si suppone siano cresciuti maggiormente, diventano arroganti e insopportabili.

Gesù ricordava ai suoi discepoli che nel mondo del potere ciascuno cerca di dominare l'altro, e per questo dice loro: «*tra voi non sarà così*» (Mt 20,26). La logica dell'amore cristiano non è quella di chi si sente superiore agli altri e ha

bisogno di far loro sentire il suo potere, ma quella per cui «*chi vuole diventare grande tra voi, sarà vostro servitore*» (Mt 20,27).

L'atteggiamento dell'umiltà appare qui come qualcosa che è parte dell'amore, perché per poter comprendere, scusare e servire gli altri di cuore, è indispensabile guarire l'orgoglio e coltivare l'umiltà. Nella vita familiare non può regnare la logica del dominio degli uni sugli altri o la competizione per vedere chi è più intelligente o potente, perché tale logica fa venir meno l'amore. Vale anche per la famiglia questo consiglio: «*Rivestitevi tutti di umiltà gli uni verso gli altri, perché Dio resiste ai superbi, ma dà grazia agli umili*» (1 Pt 5,5).

Quindi, se l'amore non si gonfia, se l'amore non si vanta è perché l'amore è umile; e in questo abbiamo il grande esempio di Maria («*perché ha guardato l'umiltà della sua serva*»), colei che si è data tutta nel progetto di Dio.

L'AMORE NON MANCA DI RISPETTO

Amare significa anche rendersi amabili (qui trova senso l'espressione *aschemonei*). Vuole indicare che l'amore non opera in maniera rude, non agisce in modo scortese, non è duro nel tratto. I suoi modi, le sue parole, i suoi gesti, sono gradevoli e non aspri o rigidi. Detesta far soffrire gli altri. La cortesia «è una scuola di sensibilità e disinteresse» che esige dalla persona che «coltivi la sua mente e i suoi sensi, che impari ad ascoltare, a parlare e in certi momenti a tacere». Essere amabile non è uno stile che un cristiano possa scegliere o rifiutare: è parte delle esigenze irrinunciabili dell'amore, perciò «ogni essere umano è tenuto ad essere affabile con quelli che lo circondano». Ogni giorno, entrare nella vita dell'altro, anche quando fa parte della nostra vita, chiede la delicatezza di un atteggiamento non invasivo, che rinnova la fiducia e il rispetto. Per disporsi ad un vero incontro con l'altro, si richiede uno sguardo amabile posato su di lui. Chi ama è capace di dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano. Non parole che umiliano, che rattristano, che irritano, che disprezzano.

In Amoris Laetitia si sottolinea l'elemento della amabilità: **non basta amare l'altro, bisogna aiutare, rendere facile l'opera dell'amore**; cioè, spesso pensiamo che l'amore segua un'unica direzione; quante volte in una famiglia lui o lei, il papà, la mamma, veramente fa sacrifici per l'altro, o tutti i segni di amore, di affetto, però poi nel modo di atteggiarsi, nel modo di relazionarsi si è abbastanza duri, si è un po' burberi. Questo non aiuta gli altri, non rende facile amare. **Quindi non basta amare, bisogna rendersi amabili, cioè aiutare l'altro a far sì che mi ami**. È importante chiedersi nella relazione coniugale «*si va bene, lei non mi rispetta, lei non mi considera, lei non mi stima, lei non mi vuole bene come merito, non credo che lei mi ami così tanto*»; però a volte è altrettanto importante chiedersi, «*ma io rendo*

semplice, sto aiutando il mio coniuge, il mio sposo, la mia sposa, mio marito, mia moglie, ad amarmi? O sono così burbero, sono così duro, che posso farle/fargli ribrezzo?” Questa amabilità è molto importante, e noi la apprendiamo da Cristo. È importante l'amabilità nelle relazioni di amore, è importante aiutare l'altro a farsi amare. Quando uno è amabile e ravviva questa sua amabilità e rende facile questa attrazione dell'altro partner nei suoi confronti, è normale che l'amore si rigeneri, si ravvivi. E quindi l'amabilità non può vivere di rendita, ma vive di alimento, di fecondità, vive di sostegno, vive anche di tenerezza. L'amabilità, possiamo dire, fa fiorire o rifiorire un amore che potrebbe inaridirsi, l'amabilità rende feconda una relazione, l'amabilità rende gioiosa la casa dei coniugi. Amare **non è solo non mancare di rispetto, ma è un rendersi amabili l'uno per l'altro**, perché se si parla solo di rispetto e, come dire, mettere un confine, mettere un limite, invece qui si parla di amabilità.

Dinamiche

- Visione introduttiva del video
<https://www.youtube.com/watch?v=mHyMd2ry5PQ>.
- Preparare un cartellone con al centro scritte le tre parole proposte da Papa Francesco: permesso, grazie e scusa.
Ogni coppia (o ognuno) inserisce attorno tutte quelle parole che esprimono amabilità ed affabilità in famiglia. Chi propone la parola deve giustificarne l'inserimento raccontando esempi di vita vissuta.

Spunti per la condivisione

Nella mia relazione coniugale, chi pongo al centro delle mie attenzioni e del mio interesse? Sarebbe spontaneo rispondere: “il mio coniuge”. Ma facendo un onesto lavoro di introspezione cerco davvero sempre e soltanto di valorizzare ed esaltare il bello e il bene dell'altro, oppure sono in preda alla convinzione che in ogni caso, quello che faccio, quello che penso, quello che dico, quello che “sono”, sia sempre migliore credendo che lui/lei non sia capace di eguagliarmi e di arrivare al mio livello?