

ARCIDIOCESI DI MILANO
Servizio per la famiglia
Azione Cattolica Ambrosiana

Ogni giorno *un grazie*

La rivoluzione della gratitudine
nel cuore della famiglia

ITINERARIO PER GRUPPI
DI SPIRITUALITÀ FAMILIARE



CENTRO AMBROSIANO

Hanno collaborato:

Rosa e Giuseppe De Micheli

*Comunità Pastorale Santa Croce, Garbagnate Milanese
(Dec. Bollate – MI)*

Silvia e Simone Di Sora

*Parrocchia San Paolo Apostolo, Milano
(Dec. Niguarda-Zara – MI)*

Cecilia e Giuseppe Gazzola

*Comunità Pastorale San Carlo Acutis, Cologno Monzese
(Dec. Cologno-Vimodrone – MI)*

Monica e Elio Mazzi

*Comunità Pastorale San Gregorio Magno, Olgiate Olona
(Dec. Valle Olona – VA)*

Annamaria e Giuseppe Rossi

*Parrocchia San Gregorio Magno, Milano
(Dec. Città Studi – Porta Venezia – Lambrate – MI)*

Laura e Pier Taverni con don Tommaso Castiglioni

*Parrocchia Annunciazione, Milano
(Decanato di Affori – Mi)*

Natalia e Enzo Zari

*Comunità Pastorale Madonna del Rosario, Cesano Boscone
(Dec. Cesano Boscone – Mi)*

Un ringraziamento a Giuseppe Gazzola per la collaborazione
alla realizzazione di questo sussidio.

Per i testi biblici:

© Fondazione di religione Santi Francesco di Assisi
e Caterina da Siena, Roma 2008

© 2026 ITL srl a socio unico

Via Antonio da Recanate, 1 – 20124 Milano

Tel. 02 67131639

e-mail: libri@chiesadimilano.it

www.itl-libri.com



Proprietà letteraria riservata – Printed in Italy

ISBN 978-88-6894-863-4

PRESENTAZIONE

La gentilezza, la cura, la capacità di ringraziare vengono spesso viste come segno di debolezza, suscitano diffidenza, a volte perfino ostilità. Ma questa tendenza va contrastata, ovunque, a partire dal nucleo originario della società, dal grembo della famiglia. Dobbiamo diventare intransigenti sull'educazione alla gratitudine e alla riconoscenza: la dignità della persona e la giustizia sociale passano entrambe da qui. Per un credente, soprattutto, la gratitudine è nel cuore stesso della fede: un cristiano che non sa ringraziare è semplicemente uno che ha dimenticato la lingua di Dio.¹

Ce lo ha lasciato scritto, in una sorta di testamento spirituale, papa Francesco, nella sua autobiografia *Spera*, pubblicata all'inizio del 2025.

Mentre il mondo cancella vite innocenti come fossero vuoti a perdere, mentre i responsabili politici delle nazioni, quasi capovolgendo il saluto finale delle Eucarestie domenicali, hanno osato dire: «la pace è finita, andiamo in guerra», noi famiglie vorremmo, nel nostro piccolo, vogliamo ostinatamente ripartire da una lingua che tutti comprendiamo,

¹ Francesco, *Spera. L'autobiografia*, Mondadori, Milano 2025, p. 68.

ma spesso dimentichiamo di parlare: la lingua del «grazie». Non ha bisogno di traduzioni, non dipende dal tono o dal volume, ma dal cuore.

È la lingua che apre, che guarisce, che riconcilia.

La lingua disarmata e disarmante che cerca sempre il dialogo e la mediazione, come ha chiesto papa Leone XVI.

È la lingua di Dio.

Come diceva papa Francesco, «un cristiano che non sa ringraziare è un cristiano che ha dimenticato la lingua di Dio».

La gratitudine non è un sentimento accessorio, è il cuore stesso della fede.

Dire «grazie» è riconoscere che la vita è dono; è ricordarsi che nulla ci è dovuto, ma tutto ci è affidato.

La gratitudine è la risposta dell'uomo al Dio che si dona, e diventa lo stile con cui abitiamo il mondo e costruiamo le relazioni.

E dove si impara questa lingua?

Nel grembo della famiglia.

La famiglia è il primo luogo dove si riceve senza merito, dove si impara a condividere, dove si sperimenta che l'amore non si compra ma si dona, sempre, dall'inizio alla fine, quando si è bambini e quando si è diventati anziani come il vecchio Simeone del Vangelo.

È in famiglia che il grazie diventa pilastro di una casa che non crolla neanche in tempi di bufere, terremoti e guerre.

È nella famiglia che, sin dai primi giorni di vita o diventati più grandi, ci è stata donata la fede, nel battesimo.

È in famiglia che, giorno dopo giorno, dentro relazioni vive, ci alleniamo a uscire dalla fatica, dal lamento, dal primato dell'io, per aprirci al primato del noi, riconoscendo i doni di Dio anche dentro le prove e lasciandoci rinnovare dall'incontro con Gesù.

La famiglia è la prima scuola della gratitudine, la palestra dove si impara a riconoscere il bene e a custodirlo con gesti di cura, attenzione e gentilezza.

In famiglia si diventa persone che sanno accogliere la vita, custodirla e rilanciarla nel mondo.

Come diceva il salmista, il sogno di Dio è un'umanità che sia realmente una famiglia, la sua, dove amore e verità s'incontrano, dove giustizia e pace si baciano (cfr. *Sa/ 85,11*).

Ma la gratitudine non riguarda solo le buone maniere: è una forma di giustizia.

Chi ringrazia riconosce l'altro, gli restituisce dignità, anche quando il tempo avanza e si diventa più fragili, anche quando ha pochi giorni e da solo non sa far nulla, anche quando ha sbagliato, anche quando se ne è andato altrove a cercare altra vita e poi magari torna, oppure no.

Chi dimentica di ringraziare si mette al centro del mondo ma smarrisce il legame con Dio e con gli altri. Ecco perché la gratitudine è anche la radice della giustizia sociale: una società riconoscente è una società che sa prendersi cura, che non spreca, che non lascia indietro.

E, quando la vita in famiglia fosse pesante, quando fosse aspro territorio di scontro, stillicidio di dolori inferti e ricevuti, abbiamo sempre la possibilità di tornare a lasciarci abbracciare, ogni domenica, da Gesù che si fa Eucaristia per tutti, senza escludere nessuno, e ci riconsegna il suo dono, per ricordarci che famiglia ed Eucaristia parlano la stessa lingua, la lingua del grazie (*cháris*) come bene (*eû*) quotidiano e irrinunciabile.

Le coppie che hanno scritto queste pagine desiderano fortemente aiutare tutte le famiglie a riscoprire la gratitudine come stile di vita: queste parole possano raggiungere i cuori e i pensieri di chi le leggerà, come un invito sempli-

ce a custodire e condividere il bene che abita ogni storia familiare, sempre, nella malattia e nella salute, nel dolore e nella gioia.

Don Gianluigi Frova, Maria e Paolo Zambon
Servizio per la Famiglia dell'Arcidiocesi di Milano

SCHEDA	TITOLO	BRANI BIBLICI
1	LA COPPIA, primo luogo del grazie	<i>Colossesi</i> 3,8-17
2	LA LINGUA DI DIO: la gratitudine nella fede	<i>Matteo</i> 11,16-18.25-30
3	EDUCARE ALLA RICONOSCENZA: accogliere la vita, custodirla e rilanciarla nel mondo	<i>Luca</i> 2,41-52
4	LA FAMIGLIA che si prende cura	<i>Giovanni</i> 13,1-15
5	LA GRATITUDINE VERSO GLI ANZIANI: onorare chi ci ha donato la vita e la fede	<i>Luca</i> 2,25-32
6	GRATITUDINE, giustizia e vita sociale	<i>Giacomo</i> 2,1-9.14-17.26
7	L'EUCARISTIA, sorgente e culmine della vita grata	<i>Luca</i> 22,1-20

LA COPPIA, primo luogo del grazie

Scopo dell'incontro

Riflettendo sulla *Lettera ai Colossesi*, comprendiamo la portata dell'impegno esigente che ci viene proposto da Paolo quando ci esorta a vestire i panni dell'uomo nuovo, ma al tempo stesso impariamo ad apprezzare la bellezza e i doni che esso porta con sé. Pensiamo ai frutti che questa proposta può portare all'interno della coppia e della famiglia orientandola verso uno stile di vita caratterizzato da accoglienza, gentilezza e gratitudine.

[1.1] VARCARE LA SOGLIA CON L'INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

Spirito santo, consolatore, rinnova i nostri cuori,
rendili casa dalla porta spalancata alla grazia di dio,
voce del nostro grazie al dono del padre e del figlio,
che ci rende donne e uomini nuovi,
famiglie accoglienti,
seminatori di relazioni gentili
e di cura gratuitamente offerta a tutti.

*Ci prendiamo qualche momento di silenzio
per aprirci all'ascolto della Parola.*

[1.2] ASCOLTO DELLA PAROLA

Colossesi 3,8-17

Ora invece gettate via anche voi tutte queste cose: ira, animosità, cattiveria, insulti e discorsi osceni, che escono dalla vostra bocca. Non dite menzogne gli uni agli altri: vi siete svestiti dell'uomo vecchio con le sue azioni e avete rivestito il nuovo, che si rinnova per una piena conoscenza, ad immagine di Colui che lo ha creato. Qui non vi è Greco o Giudeo, circoncisione o incirconcisione, barbaro, Scita, schiavo, libero, ma Cristo è tutto e in tutti. Scelti da Dio, santi e amati, rivestitevi dunque di sentimenti di tenerezza, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di magnanimità, sopportandovi a vicenda e perdonandovi gli uni gli altri, se qualcuno avesse di che lamentarsi nei riguardi di un altro. Come il Signore vi ha perdonato, così fate anche voi. Ma sopra tutte queste cose rivestitevi della carità, che le unisce in modo perfetto. E la pace di Cristo regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo. E rendete grazie!

La parola di Cristo abiti tra voi nella sua ricchezza. Con ogni sapienza istruitevi e ammonitevi a vicenda con salmi, inni e canti ispirati, con gratitudine, cantando a Dio nei vostri cuori. E qualunque cosa facciate, in parole e in opere, tutto avvenga nel nome del Signore Gesù, rendendo grazie per mezzo di lui a Dio Padre.

[1.3] CHE COSA DICE LA PAROLA

La *Lettera ai Colossesi* fu scritta da Paolo di Tarso probabilmente a Roma durante la sua prima prigionia intorno al 60 d.C., anche se alcuni studiosi ritengono che l'autore possa essere un discepolo molto vicino a Paolo, forse Onesimo o Timoteo.

1. La coppia, primo luogo del grazie

La lettera è indirizzata alla comunità cristiana di Colossi che era stata fondata da Epafra, amico di Paolo. La città di Colossi si trovava in Asia Minore, esattamente in Frigia (nell'attuale Turchia), sulle rive del fiume Lico. Era un attivo centro commerciale situato in un punto strategico della strada che conduceva da Efeso verso le province orientali, luogo in cui si incrociavano genti, culture, religioni e credenze diverse. Paolo ricevette da Epafra informazioni circa la situazione di questa comunità cristiana animata dalla fede, ma che non possedeva ancora una spiritualità robusta capace di arginare le varie influenze a cui si trovava continuamente esposta. Aveva quindi bisogno di essere messa in guardia dal pericolo della commistione di idee e correnti. Per questo Paolo, nella parte della lettera che precede questo passo, fa un richiamo molto forte alla centralità di Cristo e alla necessità di non distogliere lo sguardo da lui. Scrive infatti: «Come dunque avete accolto Cristo Gesù, il Signore, in lui camminate, radicati e costruiti su di lui, saldi nella fede come vi è stato insegnato, sovrabbondando nel rendimento di grazie» (*Co/ 2,6*). Dunque, il fondamento della fede è Cristo e a lui solo bisogna fare riferimento.

L'incontro con Gesù, però, non può esaurirsi in un'adesione formale: esso opera necessariamente in noi una trasformazione interiore che si manifesta in uno stile di vita radicato nell'amore e nella Parola di Dio. In virtù del battesimo ricevuto, lo Spirito di Dio ci trasforma e ci chiede un cambiamento concreto: far morire l'uomo vecchio, abbandonando la logica del mondo in cui prevalgono ira, passione, malizia, menzogna, prepotenza, cioè atteggiamenti fortemente divisivi, e vestire i panni dell'uomo nuovo.

Questo nuovo vestito, spiega con chiarezza Paolo, è fatto di sentimenti ispirati alla tolleranza, al perdono, alla collaborazione. Rispetto a quanto accade comunemente nella società civile, rappresentano un cambiamento radicale, quasi un ribaltamento.

Si tratta di entrare in una logica differente, di vivere nell'amore tenendo lo sguardo rivolto a Dio coltivando in noi «la carità che è il vincolo di perfezione».

Paolo ci dà due indicazioni per aiutarci a compiere questo cambiamento.

Prima di tutto viene indicata la centralità della Parola che egli auspica possa dimorare in noi abbondantemente. Il verbo “dimorare”, qui, indica un ascolto e un confronto costanti con la Parola di Dio e la nostra capacità di accoglierla veramente, di lasciarla entrare nella nostra vita orientandola.

Viene, inoltre, indicata l'importanza della preghiera: «Con ogni sapienza istruitevi e ammonitevi a vicenda con salmi, inni e canti ispirati, con gratitudine, cantando a Dio nei vostri cuori» (Co/ 3,16). Sapersi inseriti nel solco della sequela di Cristo, guidati dalla Parola e sostenuti dalla preghiera ci dona la serenità interiore e la pienezza di vita di cui parla Paolo quando dice: «E la pace di Cristo regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo» (v. 15). Di questo bene prezioso dobbiamo rendere continuamente grazie: «E rendete grazie!». E ancora: «E qualunque cosa facciate, in parole e in opere, tutto avvenga nel nome del Signore Gesù, rendendo grazie per mezzo di lui a Dio Padre» (v. 17).

Il “grazie” diventi il nostro stile di vita: grazie al Signore, ma grazie anche al coniuge, ai figli, ai genitori, agli amici e alle persone che compiono con noi questo percorso di vita.

[1.4] CHE COSA MI DICE LA PAROLA

Molti secoli dopo, l'indicazione di Paolo rimane attuale nella nostra coppia, nelle famiglie, nelle comunità cristiane, se vogliono essere solide e profetiche: è fondamentale supe-

1. La coppia, primo luogo del grazie

rare le logiche del mondo, vivere nell'amore e nella gratitudine. Vestire i panni dell'uomo nuovo, quando si decide di fare insieme un cammino per la vita, è sicuramente una sfida impegnativa, è un percorso che si compie assieme, si perfeziona a poco a poco e ci conduce inevitabilmente a essere riconoscenti per il grande dono che abbiamo ricevuto e che ci sostiene.

Il "grazie" rivolto alla moglie o al marito diventa il tratto fondante della coppia: «Grazie per prenderti cura di me, per esserci in ogni circostanza, per accompagnarmi nelle mie fragilità, per aver deciso di condividere con me progetti, speranze e questo cammino impegnativo e bello. Grazie per la tua presenza attenta che mi sostiene e mi consente di affrontare la vita con coraggio e leggerezza al tempo stesso».

Quando don Lorenzo Milani, sulla lavagna della scuola di Barbiana, scriveva «I CARE» voleva trasmettere quanto fosse decisivo che ognuno avesse interesse per l'altro, che se lo prendesse a cuore. Lo stesso avviene nella coppia e nella famiglia dove si stabiliscono rapporti fondati sull'amore e sulla cura reciproca che non sono dovuti ma gratuiti. Rivolgersi agli altri con gentilezza, ringraziare non sono gesti per niente scontati nella nostra società. Dobbiamo, invece, pensare che quando si pronuncia un grazie, davanti anche a un minimo gesto («Grazie per l'ottima torta di mele che hai preparato, per essere andato a comprare il giornale oggi che non sto bene...») gli si dà valore, contribuendo ad alimentare la stima e la fiducia, a creare una buona disposizione reciproca.

È importante trovare momenti per parlarsi e imparare a esplicitare, verbalizzandola, la nostra riconoscenza. Ritagliamoci qualche spazio (una cena al ristorante, una passeggiata, una sera seduti sul divano) per rivivere assieme gli ultimi fatti che ci sono capitati e fare luce sugli aspetti meno positivi ma anche sui motivi di gratitudine.

Diciamoci ciò che non va ma anche ciò che abbiamo apprezzato nell'agire dell'altro e ricordiamoci che il riconoscimento di un atteggiamento positivo e costruttivo incoraggia sempre a migliorare.

Sarebbe bello che questo atteggiamento permeasse anche il rapporto tra genitori e figli, dei figli tra di loro, dei nonni con i nipoti.

La famiglia è il primo luogo dove si impara a riconoscere il bene e a custodirlo con gesti di cura, attenzione e gentilezza. La gentilezza, affermava papa Francesco, è «una forma di amore che apre i cuori all'accoglienza ed aiuta tutti a diventare più umili» ovvero capaci di quell'umiltà che «predispose al dialogo, aiuta a superare le incomprensioni e genera gratitudine».

Nella *Laudato si'* (n. 213), sempre papa Francesco scriveva: «La famiglia è il luogo della formazione integrale. Si impara a chiedere permesso senza prepotenza, a dire "grazie" come espressione di sentito apprezzamento per le cose che riceviamo, a dominare l'aggressività o l'avidità, a chiedere scusa quando facciamo qualcosa di male. Questi piccoli gesti di sincera cortesia aiutano a costruire una cultura della vita condivisa e del rispetto per quanto ci circonda».

Per acquisire questo stile di vita serve prima di tutto l'esempio, bisogna vivere in prima persona la cura, la gentilezza, l'attenzione... solo così avremo la speranza di essere credibili sia nei confronti del partner sia dei figli. E allora, la sfida che ci aspetta è grande e impegnativa: dobbiamo cercare di diventare sempre più delle persone grate per quanto riceviamo, attente, sensibili, perseveranti, capaci di riconoscere il bene e di viverlo.

Abbandoniamo la pretesa di poter percorrere da soli questa strada, cerchiamo il sostegno e l'esempio di altre coppie o persone che ci possano essere di ispirazione e di aiuto: una vacanza condivisa con altre famiglie, qualche

1. La coppia, primo luogo del grazie

momento di confronto con coppie amiche, i racconti dei nonni che ci fanno rivivere i tempi passati e riflettere sul nostro presente.

È possibile sperimentare un modo alternativo di stare
assieme, sta a noi trovare i tempi e le modalità perché
questo avvenga.

Nel silenzio, lasciamo risuonare nel cuore e nella mente le parole sentite. Le pagine bianche che seguono sono un invito a fissare nello scritto nostre riflessioni da donare agli altri, se vogliamo, nella comunicazione e nella fede.

OGNI GIORNO UN GRAZIE

[1.5] DOMANDE PER SUSCITARE LA COMUNICAZIONE NELLA FEDE

- La consapevolezza che la nostra vita scorre immersa nei doni di Dio è presente nella nostra giornata?
- Sappiamo accogliere e vivere con gratitudine la vita di coppia?
- In che modo il percorso intrapreso assieme con il matrimonio ci ha trasformati facendo di noi persone che riconoscono di essere amate?

[1.6] PREGHIERA FINALE

Signore Gesù Cristo, insegnaci il tuo stile di vita,
la tua capacità di cogliere, nelle piccole cose di tutti i giorni,
la presenza discreta e potente del Padre.
Tutto il creato si è trasformato in te
in un inno di lode perenne:
insegnaci a saperci meravigliare delle cose belle
che ci stanno attorno,
rendici sensibili alla bontà delle persone
che camminano con noi,
suscita in noi il sentimento e la pratica della gratitudine.
Te lo chiediamo, perché sei nostro fratello e nostro Dio,
e vivi e regni con il Padre, nell'unità dello Spirito Santo,
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

APPENDICE

IL METODO

[1] ASPETTI ORGANIZZATIVI

Nel primo incontro del gruppo familiare è necessario creare un clima accogliente che metta il più possibile a proprio agio ogni persona che vi partecipa. A tale scopo è importante dedicare tempo alla presentazione e alla conoscenza reciproca.

Sempre nel primo incontro di gruppo, è importante che la coppia referente ripresenti e motivi nuovamente le finalità e il programma del gruppo familiare.

[2] LA PROPOSTA DI UN METODO

L'annuncio e l'ascolto della Parola di Dio restano il cuore degli incontri dei gruppi familiari e la fonte che permette di confrontarsi in vista di un cammino di fede incentrato sulla chiamata alla santità attraverso il matrimonio.

Viene offerta una traccia completa di sette incontri per il gruppo di spiritualità familiare. Ogni scheda segue uno schema che si ripete. Riteniamo che seguire un percorso ben scandito sia un aiuto prezioso nel cammino quotidiano, spesso vorticoso, della vita matrimoniale e familiare. Si tratta di uno strumento per organizzare e vivere con frutto, in coppia e nel gruppo, ogni incontro alla luce della Parola di Dio.

[3] LA PAROLA NELLA VITA QUOTIDIANA DELLE NOSTRE CASE

Ogni incontro del gruppo familiare inizia nelle case; per questo va preparato con cura: singolarmente, nell'ascolto

di ciò che la Parola dice a ciascuno; poi in coppia, attraverso il dialogo-confronto col coniuge. Gli spunti e le domande possono aiutare questa preparazione preliminare che avviene in famiglia.

Per questo è stato inserito direttamente nel libretto uno spazio di due pagine bianche per mettere nero su bianco le riflessioni maturate nella preparazione previa o durante i momenti di silenzio previsti nell'incontro.

[4] IL MOMENTO DELL'INCONTRO DI GRUPPO

È un incontro semplice e cordiale, che dovrebbe dispiegarsi in un clima di tranquillità e condivisione. La libertà dello Spirito, comunque, esclude che ci sia una improvvisazione "selvaggia". Nel box che segue suggeriamo alcune attenzioni da tenere presenti nella preparazione e realizzazione dei momenti di gruppo.

LA PREPARAZIONE DELL'INCONTRO

La coppia guida e il prete

Ciascun gruppo si incontra una volta al mese nelle case o nei locali della parrocchia.

La preparazione viene affidata – a turno – a una coppia. Se possibile, nel primo incontro le coppie scelgono quale incontro condurre durante l'anno.

Se in parrocchia o in comunità pastorale ci sono altri gruppi, la coppia che conduce la serata potrà incontrarsi con i referenti di altri gruppi, coinvolgendo possibilmente anche il prete, se disponibile. Il miglior modo per condurre efficacemente l'incontro è quello di aver prima "collaudato" in coppia, a casa propria, l'intero percorso previsto dalla scheda. La

presenza del prete è utile e desiderabile; non conduce il gruppo e non interviene a spiegare i testi se non è esplicitamente richiesto il suo aiuto; piuttosto, mette in comune con spontaneità e gioia il proprio percorso di fede. È fratello tra fratelli che, insieme ai consacrati nel battesimo e nel matrimonio, porta la sua sponsalità "ordinata" al servizio del popolo di Dio.

Dove è possibile, va auspicata e invocata la presenza anche di una suora perché il dialogo tra matrimonio e verginità fa crescere entrambi. Se si crea l'opportunità e la possibilità è cosa buona invitare agli incontri anche le coppie di nuova unione conviventi o sposate civilmente. L'attenzione e la cura di un amore sincero sono sempre, anche se non in modo sacramentale, un segno dell'amore di Dio e fanno crescere la fraternità ecclesiale.

Il luogo

È molto importante predisporre il luogo, in modo che aiuti il clima di preghiera. Che ci si trovi in oratorio o in casa, chi ospita abbia cura e creatività per preparare al meglio questo momento: con un'icona o un crocifisso o un'immagine; magari iniziando la preghiera con l'accensione di un lume.

[4.1] LA PREGHIERA

L'invocazione allo Spirito Santo apre ogni incontro perché il suo aiuto permette di attualizzare la promessa di Gesù: «Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, lì sono io in mezzo a loro» (Mt 18,20). Un momento di silenzio può essere lo spazio opportuno per la preghiera personale e per aprire il cuore, allontanando ogni altro pensiero e aprire il cuore all'ascolto della Parola.

[4.2] INTRODUZIONE

Chi guida ha il compito di richiamare brevemente il tema centrale dell'incontro avendo cura di collegarlo al tema dell'incontro precedente e a quello successivo. Deve apparire chiaro che si sta facendo insieme un cammino di conversione.

[4.3] A TU PER TU CON LA PAROLA

L'ascolto della Parola è un esercizio importante; è una Parola che parla di te e che parla a te. Può essere utile un brevissimo silenzio per rileggere personalmente il brano.

[4.4] IL NOI DELLA COPPIA ALL'OPERA

Centrale resta lo spazio dedicato alla coppia e al dialogo degli sposi con il Signore. Qui emerge l'importanza del lavoro fatto "a casa" sulla Parola che viene proposta nell'incontro.

Alla luce di quanto ascoltato, ogni coppia sceglierà, di volta in volta, una propria *actio* per il mese successivo, come frutto della preghiera comune; il ritmo naturale della riflessione termina con una ricaduta concreta sulla vita.

Prima di partecipare alla condivisione di gruppo, di comune accordo, i coniugi decideranno che cosa ritengono opportuno comunicare agli altri.

[4.5] UNA BUONA COMUNICAZIONE

Per una buona comunicazione è bene tenere presente che è un incontro in cui non si discute, non si risolvono dubbi, non si ascolta una predica, ma si vive una vera comunicazione nella fede. Nella Chiesa non esistono navigatori solitari; chi fa così presto sarà un naufrago isolato. Ci si trova perché la fede di ciascuno sia sostegno e testimonianza alla fede degli altri.

Chi guida avrà cura di vigilare affinché vi sia un vero ascolto e tutti siano facilitati nell'intervenire, pur non obbligando nessuno. Per questi motivi ciascuno parli avendo cura di lasciare sufficiente tempo per tutti gli altri.

Dai modi di questa comunicazione nella fede dipende la possibilità che si crei un clima di apertura e fiducia fra i membri del gruppo, esempio concreto di comunione ecclesiale.

[5] LA VERIFICA FINALE

È opportuno, al termine del cammino, effettuare un incontro di verifica per il gruppo ed eventualmente tra una coppia referente per gruppo e il prete (se ci fossero in parrocchia più gruppi familiari). Si tratta di un momento importante: sia per mettere a punto modi, tempi e bisogni del percorso dei gruppi, sia per fare memoria del cammino che Dio ci ha fatto compiere e discernere i passi futuri.

INDICE

PRESENTAZIONE.....	5
--------------------	---

Scheda 1

LA COPPIA

primo luogo del grazie.....	11
-----------------------------	----

Scheda 2

LA LINGUA DI DIO:

la gratitudine nella fede.....	21
--------------------------------	----

Scheda 3

EDUCARE ALLA RICONOSCENZA:

accogliere la vita, custodirla e rilanciarla nel mondo	31
--	----

Scheda 4

LA FAMIGLIA

che si prende cura	43
--------------------------	----

Scheda 5

LA GRATITUDINE VERSO GLI ANZIANI:

onorare chi ci ha donato la vita e la fede	53
--	----

Scheda 6	
GRATTITUDINE,	
<i>giustizia e vita sociale</i>	61

Scheda 7	
L'EUCARISTIA,	
<i>sorgente e culmine della vita grata</i>	71

APPENDICE - Il metodo.....	81
----------------------------	----