

SIATE PERFETTI COME IL PADRE

Schemi per l'esame di coscienza



Dio ci chiama ad essere santi, ad essere perfetti nell'amore.

Chiama te oggi ad intraprendere la strada affascinante della santità.

E' davvero possibile? E cosa significa essere perfetto nell'amore oggi per un ragazzo, per un giovane, per dei fidanzati, per degli sposi, per un sacerdote, per una consacrata? Cioè, posta la distinzione tra bene e male data nei 10 comandamenti, qual è l'altezza e quali sono i modi in cui il Signore chiama proprio me oggi alla santità nella mia vita?

Sono di seguito proposti degli schemi per esame di coscienza secondo situazioni vocazionali raccolte in tre grandi ambiti («Educarsi all'amore», «Per sempre?», «Per sempre!») nella prospettiva di un dono di vita irrevocabile.

EDUCARSI ALL'AMORE.

«Cresci umile, forte e robusto»: diventa capace di amare, per poter fare scelte che rimangono.

Ragazzi.

Giorni felici quelli che sto vivendo! Un periodo della vita che merita un elogio particolare! E' il tempo della progettazione, degli incontri, del consolidamento delle amicizie, della speranza, dei sogni e allo stesso tempo della conoscenza della realtà, che a volte delude e provoca ferite. È il tempo giusto per aprirsi fiduciosi al futuro, sapendo che è presente già ora, che adesso, proprio adesso ne decido: vivere ogni occasione nella prospettiva di ciò che rimane per sempre, nella prospettiva dell'eternità. La giovinezza è freschezza e vitalità, slancio, inventiva, coraggio, capacità di osservare e guardarsi intorno per vedere e apprezzare il bello e il buono, combattere ciò che è cattivo, ingiusto, ciò che rischia di riempire di banalità e di volgarità la nostra vita.

Questo è il tempo in cui mi accorgo che le giornate iniziano a scorrere più velocemente di quando ero bambino e che tante cose che ritenevo importanti ora non mi bastano più: tutto a un tratto mi scopro in ricerca, ma in ricerca di cosa? Sento il bisogno profondo che ogni cosa acquisti un senso, che ogni gesto sia vero: che uno sguardo sia pulito, che una parola sia autentica, che un abbraccio indichi che davvero quella persona mi sta a cuore e che io sto a cuore a lei ...

Sento la necessità di essere amato in modo nuovo, provo sentimenti nuovi, mi riconosco in grado di

donare qualcosa, agli amici, a chi ho intorno, a quella persona particolare dalla quale sono attratto. È questo un tempo in cui si fanno tanti cambiamenti: voglio dare un orientamento alla mia vita perché sia davvero felice. Allo stesso tempo ho un certo timore, il timore di chi non ha esperienza e rischia di lasciarsi tirare qua e là senza sapere perché e senza volerlo davvero.

Sta dunque a me essere allegro, fiducioso e spensierato e al contempo prudente, intelligente, capace di educarmi e lasciarmi educare in coscienza a distinguere il bene e il male, il bene e il meglio. Tenere sempre un occhio aperto per saper riconoscere le occasioni di tentazione, di un falso bene, due occhi spalancati per saper cogliere le occasioni vere di bene, di amicizia, di carità, di perdono.

Oggi decido chi sono! Qualcuno vorrebbe ingannarci: «adesso divertiti, poi ...», ma io non sono nato per essere un «soprammobile», o un «animale domestico» che si accontenta di passare il tempo in qualche modo: sono nato per cose più grandi! Intuisco, anche tremando un po', che le energie di questa età mi sono date per spendermi con coraggio in scelte veramente belle, di quella bellezza che riempie il cuore! Non ho paura di risultare ridicolo per qualcuno: forse ci sarà sempre qualcuno che tenterà di deridermi perché voglio essere cristiano, perché voglio crescere nella fede, perché voglio vivere come piace a Dio, ma è questo il momento buono per imparare la virtù della costanza e tirare fuori la forza necessaria per vincere lo scoraggiamento, l'indecisione e l'insicurezza.

Sì, intuisco che è bello conoscere Dio, è bello lasciarsi stringere in amicizia da Gesù. Non basta che sia Dio, ma deve diventare il mio Dio, che io conosco, da cui so di essere amato. Il Signore ci vuole nella gioia!

Mi esamino:

Il mio rapporto con Dio.

Sono capace di rendere grazie per ciò che ricevo? Dio per me è una presenza reale? Ho una vita spirituale ordinata e fedele che ogni giorno mi ricorda a chi appartengo e per cosa vivo? Ricordo di essere figlio di Dio, di essere all'interno di una storia di eternità, e quindi di essere fatto per essere felice?

Dedico tempo alla preghiera? Partecipo all'Eucaristia?

Mi do da fare per conoscere quello che piace a Dio? Ho riconosciuto nel vangelo la guida e la parola che illumina la mia mente, che rende realizzabili i miei propositi e mi indica la via dell'agire concreto?

Mi accosto con gioia e seria partecipazione ai sacramenti?

Ho rinnegato Dio affidando la mia speranza e fondando la mia felicità su altro da Lui?

Ho offeso Dio con parole o gesti di bestemmia?

Autenticità con le altre persone.

Considero le persone che incontro come un dono e un'occasione per la mia conversione?

In famiglia, nelle mie amicizie, con la/il ragazza/o, con tutte le persone che incontro sento il dovere e la responsabilità di testimoniare la gioia di condurre la mia esistenza secondo la Verità?

Ho giudicato con spregiudicatezza guardando ai difetti e alle mancanze delle persone, dimenticando la presenza di Gesù in loro?

Mi sono avvilito facilmente creando con la mia tristezza un clima pesante attorno a me?

Impegno e trasparenza.

Ho svolto i miei doveri e le attività a cui partecipo con pigrizia, mediocrità e superficialità?

Ho accettato di essere responsabile dei miei amici, e quindi della loro conversione, o ho costruito rapporti falsi, doppi, o caratterizzati dall'indifferenza?

Sono stato trasparente nelle azioni e nei pensieri? Sono sincero con me stesso? Sono stato bugiardo? Riconosco le mie mancanze e i miei difetti? Do ascolto alla coscienza del mio cuore eliminando le vie di mezzo, i favoritismi, la ricerca della vanagloria? Faccio scelte vere, di cui sono convinto e che non dipendono solo dal senso del dovere?

Generosità.

Ho saputo andare incontro a chi aveva bisogno, partecipare ai suoi dolori e alle sue gioie, o mi sono tirato indietro quando questo costava sacrificio? Sono stato caritatevole nelle relazioni che vivo?

Sono riconoscente verso i miei genitori, rendo loro onore e gratitudine anche per il semplice fatto di essere stati per me strumento di vita?

Nelle mie relazioni, in famiglia, con gli amici, con la/il ragazza/o, ho saputo essere al servizio degli altri e fare dono di me stesso, o mi sono invece concentrato solo sul ricevere, sulla pretesa?

Ho svolto il mio servizio in spirito di gratuità?

Ho fondato la mia felicità sulle soddisfazioni materiali che passano e che all'eccesso allontanano dalla verità?

Sono stato superbo imponendomi sugli altri, sui più deboli o sui più poveri?

Ho saputo perdonare?

Educazione all'amore.

Sono cosciente della preziosità della mia persona e della ricchezza che posso ricevere dagli altri?

So aspirare all'amore vero ricercando un'autentica purezza di cuore?

Ho assecondato pensieri impuri? Ho usato il mio corpo ricercandone piacere attraverso l'autoerotismo?

Ho volto la mia sessualità verso il desiderio di possesso che degrada l'uomo e lo rende schiavo di sé stesso? Ho strumentalizzato le persone per il mio godimento? Ho custodito il mio sguardo da immagini volgari?

Sono stato capace di dominarmi, di orientare le mie emozioni, i miei sentimenti, i miei istinti al bene della mia persona e al rispetto degli altri? Ho controllato la mia rabbia, la mia invidia, le mie gelosie?

«Cosa vuoi che io faccia?». Mi guardo attorno, sono in ascolto!

Giovani.

Dove sto indirizzando la mia vita? E' una domanda che a volte diamo per scontata e altre volte invece cerchiamo di fuggire, ma essa affiora, ci scuote ... Sento di essere attirato verso qualcosa, ma non riesco a capire bene verso cosa. Sono tirato tra speranze e delusioni ... A volte ti cerco Signore, ma non trovo risposte, non capisco dove sei, dove vuoi condurmi, se sei veramente presente nella mia vita.

Ho desiderio di creare amicizie vere, profonde, che mi possano aiutare nelle mie scelte, ma non è

facile aprirsi, non è facile trovare il tempo, ognuno ha i suoi impegni ... A volte la solitudine mi marca vicino, anche se non è facile ammetterlo. Forse dimentico che questo è un periodo ricco, in cui ho la possibilità di giocarmi e costruirmi un futuro. Ho tempo da dedicare agli amici, da dedicare a cose che mi piacciono, e invece ne perdo molto in cose inutili, quasi senza accorgermene. A volte basterebbe un piccolo sforzo in più, basterebbe una chiamata o un sms, basterebbe vincere le piccole paure che ho dentro per iniziare una conversazione anche con persone nuove. Basterebbe aprire il cuore e rimuovere i pregiudizi che mi legano.

E' difficile per me «prendere il largo», mi sembra più un lanciarmi nel vuoto ... forse in certi momenti è proprio così. Fare scelte vere che orientano decisamente la vita è davvero impegnativo: scelte che riguardano la vocazione, la/il ragazza/o, le amicizie che voglio rimangano ... Come spendere il mio tempo? Al lavoro, in università? ... Mi sento in diritto di usare il tempo soprattutto per i miei comodi o i miei «interessi»; fatico a donarne gratuitamente ... In fondo non voglio rinunciare alla comodità della mia vita. Forse la mia fatica è dovuta al fatto che dentro di me non ho ancora preso una decisione seria, per cui mi lascio trascinare dove capita sperando che prima o poi accada qualcosa che mi «illumini». Ma la vocazione è un dialogo d'amore: dov'è questo dialogo con Dio? Forse adesso mi sto aprendo seriamente: cosa vuoi che io faccia? Voglio davvero saperlo?

Mi esamino:

Vivo la mia vita in profondità? Accolgo la realtà che mi sta attorno come lo strumento di Dio per rivelarsi a me? Sono in ascolto? Prego? La mia preghiera è solo "Ti prego Signore, fai questo" o piuttosto "Ti ascolto Signore, cosa vuoi che io faccia?". Come celebro i sacramenti? Come vivo l'Eucaristia e il mio cammino di conversione nella confessione?

Vivo la mia vita come vocazione per poter discernere la mia vocazione fondamentale? So guardare alle situazioni, alle persone, alle solitudini come occasioni in cui Dio si rivela e mi chiama?

Sono aperto al dono di me? So essere generoso? Nell'utilizzo del tempo, dei miei beni, materiali e spirituali?

Sto coltivando un'umanità matura, capace di un amore puro e trasparente, qualunque sarà la mia vocazione fondamentale? Percepisco me stesso e gli altri come un dono unico di anima e corpo? So riconoscere e promuovere la dignità del corpo, delle parole e dei gesti, come espressione del mistero della persona?

Sono veritiero? Sono leale? So testimoniare opportunamente la mia fede?

“Chi è fedele nel poco, è fedele anche nel molto” (Lc 16, 10): sii leale e responsabile delle tue scelte.

Giovani che hanno iniziato un cammino di coppia.

La persona che ho accanto oggi è proprio un bel dono per me! Ci vogliamo bene e insieme desideriamo fare il bene l'uno dell'altro ed il bene delle tante persone e situazioni che il Signore quotidianamente ci affida e ci fa incontrare. Sento che questa relazione mi aiuta a crescere ed arricchire la mia umanità,

il mio carattere, le mie aspirazioni, sento che mi spinge a maturare ideali alti, a fare sogni grandi sulla mia vita e sul nostro futuro che desidero spendere accanto a questa persona. Le giornate appaiono più degne d'essere vissute ora che posso dividerle con lei: davvero questa relazione spinge il mio cuore ad allargarsi sempre di più!

Voglio allora gustare con intensità questo momento in cui mi è chiesto di non lasciar cadere nessuna occasione di confronto, di maturazione, di crescita: ho la certezza che il **lavoro** che oggi compio **sul mio cuore** rimarrà un tesoro prezioso anche se dovessi capire che questa non è la persona giusta per me, che questa non è la mia strada ... non è tempo perso!

Certo, intuisco la **responsabilità** che ho accolto nel momento in cui abbiamo cominciato a camminare insieme: non posso più pensare solo a me perché le mie scelte oggi interpellano maggiormente anche l'altro e influiscono sul nostro domani. Avverto così l'urgenza di rimbocarmi le maniche e **lavorare per la sua e nostra gioia!**

Anzitutto desidero che i nostri incontri siano veri, intensi e fruttuosi perché nella **conoscenza l'uno dell'altra** possiamo scoprire le nostre ricchezze e le nostre debolezze per imparare ad accoglierci ed volerci ancora più bene. Sento che tutto questo debba avvenire in una **gradualità** che rispetti i tempi di entrambi, perché si possa vivere in libertà il mettersi in gioco, lo scoprirsi, il raccontarsi con delicatezza e coraggio.

Spesso percepisco, alla luce di questa condivisione di vita, la necessità di **riempire il mio cuore** delle tante cose belle che posso portare in dono all'altro per non rischiare di presentarmi a lei a mani vuote, rendendo inconsistente o inutile il tempo vissuto insieme. Volentieri allora mi ritaglio i miei spazi di **riflessione** per maturare idee, proposte, interrogativi, temi da condividere che mi stanno a cuore perché a questa persona voglio portare il meglio di me!

Ma da solo non ne sono capace; a volte parlo troppo e penso poco e rischio di creare tensioni che ci fanno soffrire; a volte penso troppo e parlo poco, e rimango nella poca chiarezza. Mi affido allora al Signore nella **preghiera**, al solo che può riempire il mio cuore: chiedo che sia Lui a suggerirmi come possiamo volerci bene, cosa dobbiamo fare per avvicinarci, come possiamo trattarci in maniera degna e rispettosa.

Capisco allora che questa relazione può maturare solo nella **lealtà**: voglio imparare a giocare "a carte scoperte", in una **trasparenza** che non occulta i limiti né nasconde i sogni più profondi perché desidero essere voluto bene per ciò che sono mettendomi disponibile a cambiare quelle cose di me che ci impediscono di crescere. Allo stesso tempo però non voglio riversare senza intelligenza sull'altro le mie fatiche: devo diventare forte per vivere le mie battaglie, per essere capace di portare le mie responsabilità.

Questa nostra storia coinvolge tutto le mie energie, mi prende tutto, cuore, testa, tempo ... e mi rende felice!

Non voglio però rischiare di vivere in un mondo parallelo. Certo, se desidero far fiorire questa relazione devo dedicargli molto spazio ma essa non può esser tutto. Non voglio eclissarmi dal mondo, rinchiudermi nel mio piccolo angolo di "paradiso" che presto diventerebbe una prigione: intuisco che per volere ancora più bene a questa persona devo **dilatere il mio cuore!** Ci sono forse molti modi che non ho considerato abbastanza per tenermi **allenato al dono**: le mie amicizie, un servizio in cui spendermi, le iniziative della mia Parrocchia, del mio Movimento... Vale la pena continuare a guardarsi intorno, per lasciare che queste esperienze mi arricchiscano condividendo la gioia che dono e ricevo

anche nella mia coppia!

Mi esamino:

Curo **la relazione con Dio**? Riconosco il Suo amore? La sua amicizia rende tutte le altre relazioni più luminose, io ci credo? Cerco Lui per “ricaricare le pile”? Nella mia coppia che posto ha Lui? Lo ringrazio per la persona a cui voglio bene? La custodisco nella mia preghiera?

Sono una persona capace di portare gioia agli altri? Sono attento nel preparare i momenti di festa, di dialogo, di confronto, di divertimento con i miei amici? Curo l’incontro con loro, dedico loro del mio tempo oppure il mio unico “pensiero” è la/il mia/mio ragazza/o? Viviamo “appiccicati” senza aprirci agli altri?

Dio è contento della mia **coppia**? Il nostro affetto è un motivo di gioia per il Suo cuore? Sono consapevole di tutte le mie potenzialità nell’amore o “tiro a campare”? So cogliere la preziosità della/del mia/mio ragazza/o e la/lo aiuto a custodirla? La/lo apprezzo e la/lo stimo, la/lo valorizzo? Cerco di vivere un amore puro nei pensieri, nelle parole, nelle azioni?

Quando la/il mia/mio ragazza/o non c’è ne approfitto e faccio il/la furbo/a, oppure le/gli sono sempre fedele? Le/Gli do dei motivi seri per essere gelosa/o? Oppure sono io ad essere eccessivamente possessivo/a? Mi piace metterle/gli “il muso” ogni volta che non fa esattamente quello che voglio? Rispetto la sua libertà o mi piace manovrarla? Sono disposto/a ad accettare di non essere sempre al centro con i miei gusti, le mie voglie, i miei problemi?

Mi interesso dei sogni, delle paure, dei desideri dell’altro? Faccio in modo che il suo mondo diventi il mio?

Ci aiutiamo a crescere insieme? Se l’altro fa uno sbaglio ho il coraggio di farlo presente? Se l’altro mi fa una osservazione la so accogliere con equilibrio? Oppure per orgoglio mi arrabbio e non lo ascolto? Come impieghiamo il nostro tempo insieme? Lo perdiamo a criticare gli altri o a dire sciocchezze? Se facciamo un servizio, ci aiutiamo nella fedeltà e nella generosità?

PER SEMPRE?

«Io sono del mio amato e il suo desiderio è verso di me» (Ct 7, 11): prepararsi alla comunione di vita nell’amore.

Fidanzati.

Il Fidanzamento è tempo di grazia, di crescita e di responsabilità che trae forza dal battesimo, da quella vita nuova che ci è donata in Cristo e che tende alla perfezione nell’amore. I fidanzati sono chiamati a far risplendere la loro appartenenza a Cristo nella certezza che solo Lui potrà definitivamente consegnarli l’uno all’altra nel Matrimonio.

Che bello potersi preparare a ricevere il Sacramento dedicando questo tempo prezioso a rendere fertile il terreno del mio cuore, intuendo che fin da ora lo Spirito è già all’opera, è già in azione per operare

le Sue meraviglie, per trasformarci e plasmarci ad immagine vivente dell'Amore di Dio l'uno per l'altra. E' questo il momento di un impegno maturo per levigare il mio carattere, irrobustire i miei ideali, approfondire i valori, purificare i desideri, allenarmi al dono e all'accoglienza della persona che il Signore ha voluto accanto a me, riconoscendola quale Suo dono prezioso.

Nel fidanzamento imparo a riconoscere il gusto delle cose grandi, belle e degne, a tendere verso questa pienezza con l'aiuto delle **virtù** che mi allenano al Bene, che mi incoraggiano a vivere un amore autentico, a non accontentarmi di meno.

Avverto l'esigenza di creare un clima di serena armonia dentro di me e nella mia coppia per poter sognare e progettare insieme il futuro, per avvicinarci l'uno all'altra e chiedere insieme il dono di una profonda unità: questo clima è la **purezza**. Come custodire il mio corpo e il mio cuore per un dono meraviglioso e nuovo? Mi rendo conto che la vita non si presenta facile per nessuno. E' una conquista, spesso una vera e propria lotta ma voglio raccogliere la sfida e combattere con coraggio. Riconosco tanti attacchi interni ed esterni al mio desiderio di mantenere integri corpo ed anima ma non voglio lasciarmi scoraggiare: desidero volare alto accettando un ritmo costante di sforzo per allenarmi a voler bene.

Il dominio sulle mie voglie, sui miei capricci e le mie pretese, una **visione realistica** della condizione umana in cui mi trovo, la forza dello **Spirito Santo** mi aiutano in questa ricerca.

Ci vuole **coraggio, umiltà, pazienza!** Cioè avere coscienza di ciò che sono, senza sopravvalutare le mie forze né svilire le mie possibilità, disperare credendo che questa sia una via troppo esigente, in fondo praticamente impossibile. E' vero, non è banale ma posso attrezzarmi ed essere **prudente**, usare cioè i mezzi più idonei per raggiungere il mio scopo: rendere questo cuore adatto a ricevere l'Amore e donarlo.

Non voglio essere superficiale ma prestare attenzione a ciò che faccio, guardo, ascolto, dico, penso, educandomi attraverso scelte che valgono il prezzo della mia gioia, la possibilità di costruire una vera comunione di vita! Nelle parole, nei gesti, nei pensieri e nelle situazioni desidero questa capacità di scegliere e vivere ciò che è adeguato alla situazione del fidanzamento. Desidero questa **temperanza** per custodire il dono di un Amore più grande

E ancora e soprattutto, come possiamo maturare come coppia uno stile comune, un pensiero comune sulle cose essenziali? Come possiamo prepararci a diventare una cosa sola nel Matrimonio? Non voglio sottrarmi a questo confronto, non voglio sottrarmi a questa scoperta, che è anche un lavoro. Costa fatica, ma fonda la possibilità meravigliosa di una vita insieme.

Mi esamino:

Sono vicino/a al cuore di Dio? Riconosco il Suo amore per me?

Riconosco che la/il mia/o fidanzata/o è un dono di Dio per me? Accolgo la/il mia/mio fidanzata/o anche nelle sue debolezze e difficoltà? Sono disponibile all'ascolto del suo cuore? Sono riconoscente al Signore nella quotidianità? Ringraziamo insieme il Signore per il nostro amore?

Pretendo sempre di essere capito/a e sostenuto/a? O lascio spazio anche all'umiltà? Sono pronto/a a rinunciare a qualcosa di me per la felicità di entrambi? O sono troppo orgoglioso/a per ammettere di dover cambiare? Come mi rivolgo alla/al mia/o fidanzata/o? Sono disponibile nel confronto o perdo facilmente le staffe? Sono disposto a trovare un punto di incontro?

Troviamo lo spazio per la preghiera di coppia? La mia preghiera si è trasformata in un noi?
Come guardo la/il mia/o fidanzata/o? Ho uno sguardo limpido su di lei/lui? La/lo rispetto in ogni mio pensiero e gesto? La/lo custodisco? E io mi custodisco per lei/lui?
Come vivo l'intimità nella coppia? Sono prudente?
Riserviamo il momento dell'intimità sessuale al matrimonio? Ci facciamo aiutare da persone capaci che possono accompagnarci in questo percorso? Se è successo che cadessimo, cerchiamo una soluzione perché non si ripeta più o ci giustifichiamo restando nell'ipocrisia?
Cerchiamo gli amici come ricchezza per la nostra coppia? Dedichiamo loro tempo per conoscersi più a fondo? Con loro siamo una coppia gioiosa? Sono contento/a che la/il mia/o fidanzata/o abbia degli amici o sono possessivo/a? Ci confrontiamo insieme con altre coppie?
Facciamo del nostro tempo un luogo di crescita e di progetto? Come ci prepariamo al matrimonio? Dedichiamo il nostro tempo ad un servizio? Siamo dono per chi ci incontra?

“Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi” (Gv 15, 16a): Dio è la tua parte.

Seminaristi.

Un «sì», per sempre, a Cristo ... Un «sì» a stare con Lui, ad imparare da Lui, ad amare Lui per conformare lentamente l'intera mia vita alla Sua. Conformare a Lui stile, sguardo, libertà, atteggiamenti, pensieri, cuore perché tutto questo sia plasmato sulla forma del Suo amore che arriva fino alla fine. Questo mi provoca e mi attira!

La consacrazione nella verginità mostra un fascino tremendo: il fascino di non appartenere più a sé; il fascino di una libertà che in un modo specialissimo non scommette più sui propri pensieri, sui propri criteri, sui propri progetti, ma che è continuamente riportata e richiamata agli ampi orizzonti dell'amore di Dio; il fascino d'essere segno, con l'intera propria vita, che davvero vivere in Dio è possibile e bello, che davvero è Lui l'essenziale che sa custodire l'esistenza nella verità; il fascino di una vita spesa in un amore che desidera essere sacramento dell'amore di Dio per ogni uomo.

Certo, ma di fronte a questa scelta il cuore è abitato anche dal timore: la definitività di una così alta vocazione sembra far emergere, insieme all'essenziale, tutto ciò che si sarebbe potuto fare e non si è fatto, tutto lo scarto che separa la propria vita da ciò verso cui è chiamata, tutto il proprio peccato, i propri tradimenti, le proprie chiusure, le proprie pigrizie, quei luoghi della propria persona in cui ancora non si è lasciato a Cristo libertà di entrare, quei piccoli o grandi spazi dell'esistenza tenuti per sé, per essere gestiti indipendentemente da Lui.

Eppure anche qui il Signore chiama, il Signore opera, non per consegnarmi allo sconforto, ma per amore, per attirarmi a Sé, per realizzare la Sua opera, proprio in me ed insieme a me. In Lui confido, in Lui rimetto ogni mia battaglia, ogni conquista, e ogni sconfitta, anche vergognosa. Compi Signore la Tua opera in me, rendimi docile, plasma il mio cuore perché sia capace di vivere l'amicizia con Te e di renderla presente a tanti.

Mi esamino:

La mia vita è vita di fede? Vivo continuamente attingendo a Cristo che mi ha amato e ha dato la Sua vita per me? Vivo nella certezza che Lui opera nella mia vita, nella storia, nelle persone? O penso piuttosto che tutto dipenda da me, dalle mie scelte, dal caso ...?

Custodisco come tempo fondamentale e prezioso il tempo della preghiera, quale luogo sorgivo del senso della mia vocazione? Lo ricerco come momento privilegiato d'amicizia con Gesù? Cerco di dispormi all'ascolto di Dio e all'adesione alla Sua volontà?

Vivo, anche nella fatica, il dono che faccio a Dio in una verginità veramente casta? Cerco e attendo Lui come mio vero bene? Vivo con le persone che mi sono accanto un amore puro e generoso? Coltivo uno stile e atteggiamenti che mi custodiscano da tutto ciò che porti a perdere di vista il mistero di Dio presente in ogni persona e la sua grande dignità? So creare attorno a me un clima di autentica familiarità e amicizia in Cristo?

Sono umile? So lasciarmi amare da Dio? Lo metto al primo posto? So accogliere il servizio dell'autorità, la compagnia dei fratelli? Ricevo e mi sforzo di conoscere e testimoniare l'insegnamento della Chiesa? Credo davvero alla possibilità di vivere santamente la mia vocazione proprio nella quotidianità, in quello che sono, così come il Signore mi chiama adesso?

Faccio pesare sulle persone la mia fatica o sono testimone credibile della gioia che scaturisce da Dio? Uso al meglio il tempo per immergermi continuamente nel mistero di Dio in Cristo? Nello studio, nella preghiera, nella Liturgia, nella lettura delle Sacre Scritture, nel confronto, nel riposo ...?

PER SEMPRE!

«I due saranno un'unica carne» (Gen 2, 24b): uno in Cristo.

Sposi.

Il matrimonio è l'unione d'amore di un uomo e una donna finché morte non li separi. L'amore vive di due caratteristiche proprie, unità e fecondità: proprio dalla natura dell'amore scaturisce l'essenza del matrimonio.

«L'amore coniugale comporta una totalità in cui entrano tutte le componenti della persona – richiamo del corpo e dell'istinto, forza del sentimento e dell'affettività, aspirazione dello spirito e della volontà – ; esso mira ad una unità profondamente personale, quella che, al di là dell'unione in una sola carne, conduce a non fare che un cuore solo e un'anima sola; esso esige l'indissolubilità e la fedeltà della donazione reciproca definitiva e si apre sulla fecondità» (FC 13; CCC 1643).

L'unità è di ogni momento: fedeltà; di tutta la vita: indissolubilità.

Queste sono le caratteristiche di ogni amore coniugale. Questo amore per così dire «naturale», iscritto da Dio nella creazione, è assunto in Cristo come Sacramento, segno e strumento della comunione con Dio, specificamente dell'amore sponsale di Cristo per la Sua Chiesa, per tutta l'umanità redenta: per questo riceve una grazia sacramentale specifica. Il dono di Cristo è un dono irrevocabile e chiede di essere accolto dalla Sua creatura: similmente il dono reciproco degli sposi è irrevocabile e chiede di

essere accolto e coltivato perché l'amore possa crescere.

Gli sposi sono l'uno, e insieme per tutti, primi i figli che il Signore vorrà loro donare, segno e strumento dell'amore di Dio.

Mi esamino:

Ho vissuto con responsabilità e rispetto questo dono di Amore? Ho saputo cogliere e servire nell'altro l'immagine di Dio?

Mi sono impegnato per avere un dialogo vero con la/il mia/o sposa/o, per vivere in un'autentica intimità con lei/lui? Mi impegno per essere in comunione?

Vivo l'intimità sessuale con la/il mia/o sposa/o come un completo dono di me stesso/a abbandonando ogni logica egoistica di ricerca del solo piacere? Sono capace nell'atto unitivo di accogliere il dono che la/il mia/o sposa/o mi sta facendo di se stesso e di vivere la grande dignità di questo momento? Mi educo ad una vera castità per essere capace di un vero dono, perché la sessualità sia davvero espressione della comunione delle persone?

Mi ricordo della/del mia/o sposa/o davanti a Dio nel ringraziamento, nelle richieste e nella lode? Mi impegno per coltivare e far crescere quotidianamente la nostra fede mediante la preghiera vissuta insieme e l'Eucarestia?

Ho cercato di perdonare di vero cuore il mio coniuge? Ho chiesto perdono delle mie mancanze alla/al mia/o sposa/o? Ho usato con parole offensive, comportamenti violenti o in un'indifferenza silenziosa? Uso parole o termini cattivi quando parlo all'altra persona? Sono irascibile?

Sono capace di riconoscere quali sono i miei comportamenti e pensieri che impediscono il dono della mia vita all'altro?

Sono capace di ringraziare la/o sposa/o per la sua disponibilità nella vita quotidiana? Sono capace di offrire le mie fatiche per la salvezza della mia famiglia o lascio che appesantiscano troppo i rapporti nella mia famiglia? Uso l'altro come sfogo delle mie ansie e frustrazioni?

Vivo la mia responsabilità per la mia famiglia? Amministro bene i miei beni, il mio tempo, le mie energie? Sono responsabile per la vita nascente? Mi educo ad una genitorialità responsabile?

Il rapporto con i miei genitori e con quelli della/del mia/o sposa/o è motivo di crescita e di edificazione o sono causa di litigi e strappi?

A riguardo della fedeltà.

Ho tradito con altre persone la/il mia/o sposa/o? Ho desiderato di avere rapporti amorosi con altri? Ho coltivato la fedeltà alla/al mia/o sposa/o tenendomi lontano da ambienti o persone che potessero indurmi al tradimento?

Ho anteposto il mio lavoro o la mia carriera al bene del mio coniuge o della mia famiglia? Ho dedicato troppo tempo ed energie al lavoro quando non era necessario, e trascurando il rapporto con la/il mia/o sposa/o o i miei figli?

A riguardo dell'indissolubilità.

Sono convinto/a che il mio matrimonio sia indissolubile al di là di qualunque fatica e di qualunque mancanza del mio coniuge? Ho coltivato il pensiero del divorzio in seguito a qualche difficoltà tra me e

mia moglie/marito, per essere libero di accompagnarli con qualcun altro?

A riguardo della fecondità.

L'amore autentico degli sposi è sempre fecondo, sempre allietta, educa e rincuora ogni persona che ne veda la testimonianza. Sono capace di riconoscere e vivere la fecondità del nostro matrimonio mediante il servizio agli altri e mantenendo aperte le porte della nostra casa agli amici, ai familiari e alle persone bisognose?

Cerco di essere da esempio con la mia vita familiare e il mio comportamento sul mondo del lavoro per i miei colleghi? Porto nel mondo del lavoro i valori cristiani su cui ho fondato la mia vita e il mio matrimonio?

In modo specifico la fecondità familiare si manifesta nel dono dei figli. Accolgo con gratitudine e con responsabilità questo aspetto di fecondità del matrimonio?

Vivo l'atto unitivo con il mio coniuge rispettando i ritmi naturali della donna e comunque con una preventiva disponibilità di accoglienza della vita? Faccio uso di metodi contraccettivi¹ eliminando in tal modo il dono della fecondità propria dell'atto unitivo coniugale? Abbiamo parlato di che cosa significhi per la nostra famiglia maternità e paternità responsabile?

Ho fatto ricorso a tecniche di fecondazione artificiale separando così l'atto unitivo dall'atto procreativo? Ho fatto ricorso all'aborto o ho consigliato qualcuno ad abortire non riconoscendo e non aiutando a riconoscere il grande dono di una nuova vita? Ho praticato esami clinici sul feto con l'intenzione chiara di abortire se fosse risultato con problemi fisici?

Per i genitori.

La generazione dei figli non si limita alla vita biologica, ma si estende alla vita morale, spirituale e soprannaturale che i genitori trasmettono ai loro figli attraverso l'educazione (*cfr. CCC 1653*).

Riconosco la presenza dei figli come un dono per la nostra famiglia? Riconosciamo che i nostri figli sono figli di Dio, che ci sono stati affidati e che con Lui dobbiamo confrontarci? Sappiamo insieme ringraziare, supplicare, invocare il Signore perché apra il loro cuore al Suo incontro?

Ho educato i miei figli all'incontro con il Signore pregando con loro? Gli ho impedito di partecipare ai sacramenti, in modo particolare all'Eucarestia domenicale? Sono stato di scandalo nella fede ai miei figli criticando banalmente la religione, la Chiesa, i suoi ministri?

Parliamo insieme dei doni dei nostri figli, delle loro difficoltà, di come possiamo meglio aiutarli perché possano riconoscere la bellezza e la preziosità della vita che hanno ricevuto in dono?

Quando sono più piccoli, siamo capaci di dire dei no capaci di educare alla responsabilità? E quando sono più grandi, siamo capaci di ascoltare i nostri figli e di dialogare con loro accompagnando con sapienza le fasi della loro crescita, per educarli ad una vera libertà e capacità di amare?

Riesci a dialogare in modo costruttivo con il coniuge ed evitare, per quanto dipende da te, discussioni inappropriate davanti ai figli? Sappiamo custodire un clima di fondamentale serenità in casa?

Vai in crisi anche tu quando sono in crisi i tuoi figli? Come potrai aiutarli se non sai stare in piedi?

Come padre, ho saputo riprendere i miei figli con forza e con coraggio ma nella verità e nella giustizia,

¹Alcuni metodi che vengono presentati come «contraccettivi» sono in effetti «abortivi».

senza esasperare e senza lasciare andare ogni cosa, all'interno di un amore orientato al fiorire dei loro doni? Oppure mi lascio travolgere dall'ira, per stanchezza o banalizzazione della vita dei figli? Come madre, ho saputo resistere alla tentazione di bastare a me stessa e alla famiglia (così unica e perfetta come sono), oppure ho pensato che solo io so qual è il bene per i miei figli e per mio marito? Sappiamo custodire l'amore di sposi, gli spazi e i tempi della confidenza coniugale, sapendo che proprio l'amore sponsale dei genitori è il primo fattore di educazione dei figli?

«Attirami» (Ct 1, 4): «tutto per Dio, mai troppo per Dio».

Consacrate.

E' il Signore stesso, forte e onnipotente, a chinarsi sulla Sua creatura, ad amarla, a renderla sua sposa. Questo è per tutti i cristiani un richiamo all'eterno banchetto di nozze del Paradiso, in cui "Dio sarà tutto in tutti" per i Suoi eletti. La risposta a questa chiamata richiede un amore esclusivo e indiviso per il Signore e, in Lui, un amore generoso ed esigente verso il prossimo.

Egli, che ti ha liberamente scelto, chiede di rinnovare il tuo sì dinnanzi ad ogni uomo, donna, giovane, bambino o anziano incroci la tua strada ed interpelli la tua carità in molti modi: è Cristo che in ciascuno e prima di ciascuno ti chiede: "mi ami tu?". E' questo ciò che è decisivo per una sposa: se ama veramente, con tutta se stessa, il Suo sposo.

E' Cristo stesso che chiede di rinnovare il proprio sì quotidianamente ai piedi della croce di una persona cara, sulla croce di una prova personale, sull'altare della sofferenza dell'umanità.

Ti prende per mano e ti chiede talvolta di esplorare con Lui gli abissi di gioia e di dolore che il cuore dell'uomo può conoscere: ti propone "vieni con me, condividi un poco la mia strada, quale sposa amorevole".

Ci sono, inoltre, i giorni dell'attesa fiduciosa e confidente, quando Egli nasconde il Suo volto e desidera che sia tu per una volta a cercarlo, come la sposa del Cantico dei Cantici, come la Maddalena all'ingresso del sepolcro.

Ci sono gli spazi incalcolabili dell'intimità, laddove nel dialogo sponsale è Lui stesso a consegnarsi a te, con speranza e trepidazione, ad affidarti i "segreti del Re", perché, Sposa fedele, ad imitazione di Maria, Vergine e Madre, tu sappia con la Sua grazia custodirli e portarli a fecondità, secondo la concretezza della tua vocazione.

Ti chiede fedeltà, responsabilità, trasparenza di te stessa per manifestare Lui, ti chiede il dono gioioso di tutto, secondo la tradizione dei consigli evangelici.

E' l'amore l'ago della bilancia, quella partecipazione intima alla redenzione del mondo operata da Cristo, che inizia dal cuore.

Mi esamino:

Ho custodito il mio sguardo e i miei affetti con prudenza, ponendo il Signore al primo posto?

Ho condiviso la responsabilità dell'autorità, accogliendo la volontà di Dio nel quotidiano con docilità?

Ho mantenuto il cuore aperto al dono di tutto, nello spirito della povertà evangelica, anziché avere

come priorità la comodità della mia situazione? Mi sono messa completamente in gioco?
Ho lasciato aperto il cuore alla confidenza nel Signore, anche quando ho scoperto in me il peccato, combattendo con speranza contro l'orgoglio e il ripiegamento su me stessa?
Ho custodito la fedeltà alla preghiera e ho conservato la ricerca dell'incontro con il Signore anche quando ha nascosto il Suo volto?
Ho vissuto l'incontro con ogni persona come un dono di Dio, imparando a perdonare e ad accogliere il perdono con delicatezza e attenzione?

“Ne costituì Dodici che stessero con lui e anche per mandarli a predicare e perché avessero il potere di scacciare i demoni” (Mc 3, 14-15): riconosci e vivi la tua dignità.

Sacerdoti.

“Tutto posso in Colui che mi dà forza” (Fil 4, 13): con questa coscienza san Paolo affronta il ministero che ha ricevuto, per cui si riconosce prescelto per grazia (cfr. Rm 1,1). È sempre l'iniziativa di Dio che azzarda il primo passo, che si muove nella ricerca dell'uomo, nel tentativo estremo di aprirsi un varco nella storia per fare grazia all'uomo. Così san Paolo è stato raggiunto da Cristo e così ha compreso che attraverso di Lui Cristo vuole continuare a dilatare il suo Vangelo; infatti per questo gli ha affidato “il ministero della riconciliazione” (2 Cor 5, 18); e ancora “Tutto io faccio per il vangelo, per diventarne partecipe con loro” (1 Cor 9, 23).

Nella chiamata al sacerdozio ministeriale il Signore ci ha chiamato all'intimità con Sé, alla Sua amicizia, per farci partecipi del Suo cuore di buon Pastore che dà la vita per le Sue pecore, e perché ne siamo segno visibile. Tutta la nostra vita infatti trova la sua ragion d'essere a partire da quella Sua scelta verso di noi, da quella elezione “per stare con Lui ed essere mandati”.

Spesso è facile dimenticarci di questo sguardo dall'alto che penetra in profondità nel mistero di grazia che è la nostra chiamata, la nostra vita. Assorbiti dalle situazioni diventiamo incapaci di leggere la storia, anzitutto quella della nostra vocazione, come un'opera di Dio, facendone una cosa di nostra proprietà, oppure una serie di cose da svolgere. Il nostro ministero è il “luogo” della nostra santificazione, ma senza un vero sguardo di fede, le varie situazioni diventano confuse, le persone diventano servizi da svolgere, la carità pastorale il tentativo di fare più o meno bene quello che presumibilmente si deve fare e diventiamo freddi con Dio, con le persone che ci sono affidate, con gli amici, con i confratelli.

Vedere questa opera di Dio ogni giorno, riuscire a stupircene per credere davvero che “abbiamo questo tesoro in vasi di creta” (2 Cor 4, 7). Di fronte al nostro stesso corpo dovremmo soffermarci in contemplazione perché proprio queste mani, proprio le nostre parole, la nostra umanità il Signore ha scelto per continuare a far risuonare la Sua voce, per rendere presente il Suo corpo, per gettare il seme della sua parola e soffiare l'alito del suo Spirito.

Mi esamino:

La recita del breviario, la celebrazione quotidiana dell'Eucaristia, sono un vero chinarsi sul petto di Gesù (cfr. Gv 13, 25) o sono diventate pratiche fredde e sbrigative quasi a non credere veramente che

è proprio la preghiera la prima priorità pastorale? Proprio in comunione con Cristo matura un cuore che si sa amato e quindi libero di amare, capace di riconoscerlo come Giovanni sul lago di Tiberiade, desideroso di dare la vita come i martiri e pronto a seguire al voce dello Spirito per lasciarci condurre dove Lui vuole. Dedico tempo al colloquio in amicizia con Gesù? E' soltanto lì, anche attraverso le varie e preziose forme di preghiera che la Chiesa ci consegna (adorazione eucaristica, devozione mariana ...) che il mio cuore può riprendere slancio di fronte a ferite e resistenze che solo Lui può guarire e sciogliere.

Così "vicini", poiché amministratori della grazia di Dio (*cf. 1 Pt 4, 10*), siamo noi i primi ad essere esposti alla tentazione della svalutazione, a quella dell'abitudine che diventa sterilità. Proprio per questo siamo i primi chiamati a tenere uno stile che ci custodisca in una fede grande nel regno di Dio che è operante in noi e intorno a noi. Riconosco e combatto la tentazione del pressapochismo che porta a impoverire la fiamma della fede, perché non si spenga agitata dal vento?

Un certo modo di celebrare i sacramenti può dirci che ci siamo un po' "assuefatti". Si tratta di attraversare dal di dentro e di non sottrarci (quasi "rivestendoci" di virtù) a queste tentazioni perché, come Cristo, siamo chiamati a essere provati in ogni cosa per essere sacramento di Lui che sa compatire le infermità dell'uomo (*Eb 4, 15*). Accogliamo la prova come momento di crescita nella fede?

Chiamati a guidare le comunità e le persone possiamo essere tentati di sottovalutare l'importanza di farci guidare a nostra volta, di non prenderci il tempo necessario per prepararci ad essere guide autorevoli ed efficaci. Quanto do spazio per crescere nella docilità allo Spirito attraverso quegli strumenti che la Chiesa ci consegna come la confessione e la direzione spirituale?

Accade, nella vita di tutti i giorni, che le persone (anche i cristiani impegnati in pastorale e questo fa ancora più male) non ti considerino in base al dono che hai ricevuto da Dio e a loro vantaggio ma come uno che interessa nella misura in cui riesce a fare questo o quel servizio, ad avere questa o quella responsabilità, a colmare questo o quel bisogno. È la tentazione di accomodare il dono ricevuto in base alle esigenze del momento o delle persone: ma capiamo bene che c'è in ballo la visione di fede della nostra identità, il senso sacrale del mistero della nostra vocazione. Senza una costante esperienza della grazia sostenuta dalla preghiera è facile considerarci come gli altri vogliono più che come siamo diventati per grazia di Dio: "ognuno ci consideri come ministri di Cristo e amministratori dei misteri di Dio" (*1 Cor 4,1*). Questo è il nostro primo compito e il primo annuncio in un mondo che appiattisce e impoverisce tutto quello che tocca. Quanto ci siamo aiutati come confratelli nel tenere alto questo sguardo o quanto invece ci siamo fermati alle lamentele che mentre apparentemente ci sollevano da alcune delusioni condivise, in realtà ci insinuano il senso di inutilità proprio della nostra vocazione e in definitiva il senso d'inutilità della fede di fronte a tante necessità pratiche? Impegniamoci allora per costruire cenacoli di fede, dove si gareggia nello stimarsi a vicenda (*cf. Rm 12, 10*), ci si educa all'edificazione vicendevole (*cf. Rm 14, 19*) ci si aiuta per essere collaboratori della gioia di chi incontriamo come ci esorta san Paolo (*cf. 2 Cor 1, 24*).