**LA CONVERSAZIONE SPIRITUALE NELLA COPPIA**

PREPARAZIONE ALLA CONDIVISIONE DI COPPIA

Preparare l’incontro di coppia individualmente a partire dalle revisioni di preghiera/giornata:

• Quali principali frutti

• Quali aridità/difficoltà

• In generale quale è lo stato d’animo che ha caratterizzato la mia settimana

• Quali gli elementi significativi considerando:

o pensieri o sentimenti o azioni

SCELTA DEL TEMPO E DEL LUOGO

Programmate per tempo il momento di condivisione così che sia più facile rimanervi fedeli e non lasciare che sia soppiantato da altri impegni od urgenze;

Datevi il tempo necessario per una buona condivisione, senza fretta e possibilmente non compressa tra altri impegni ed urgenze;

Se l’appuntamento salta per una qualche urgenza indifferibile, riprogrammate subito l’incontro a breve termine;

Scegliete un luogo confortevole e possibilmente significativo per la vostra coppia;

Mettete cura nella preparazione dell’incontro aiutandovi eventualmente con qualche oggetto simbolico, significativo per la vostra coppia, che vi aiuti a fare memoria della vostra personale e unica “storia della salvezza” declinata nel quotidiano e fra le mura domestiche;

Se riuscite a mantenere una certa costanza anche nel luogo, questo diventerà caro ai vostri occhi; IN COPPIA

Qui i doni, i frutti, si moltiplicano nella condivisione. Si passa al “noi”. Come e in che cosa vedete il Signore all’opera nella vostra coppia?

1^ momento

Condividete quello che per ciascuno è stato importante o che avete scoperto, sempre custodendo le modalità del dialogo con ascolto attivo: chi parla lo fa con semplicità, sincerità e a “cuore aperto”, chi ascolta non interviene e non interrompe, non commenta;

Rispettate le pause e i silenzi di chi racconta e solo al termine [esplicitato] scambiate il ruolo, dopo un breve silenzio che lasci sedimentare nel cuore ciò che si è ascoltato;

Racconto/ascolto … pausa di silenzio … cambio… racconto/ascolto … pausa di silenzio.

2^ momento

Condividete ciò che l’esperienza dell’altro ha risuonato in voi, sempre con la modalità dell’ascolto attivo, alternandosi nel parlare e nell’ascoltare;

3^ momento

Insieme poi cercate cosa risuona in voi che vi accomuna, il frutto, regalo, il sentire comune. Quale dinamica di movimento avvertite? Maggior fiducia, ri-centramento, maggior desiderio, maggiore intimità? Si passa dall’ascolto attivo al dialogo.

Si tratta di leggere l’esperienza alla Sua luce.

E quali insegnamenti avete ricevuto? Quale invito il Signore vi rivolge? E quali gesti o azioni o cambiamenti vi sentite di compiere/attuare?

Individuate se c’è qualcosa di concreto da fare.

Se emerge un impegno individuale che riguarda uno solo della coppia, l’altro sarà custode amorevole dell’impegno preso.

***Compagno di viaggio,***

Levati i sandali polverosi, parlami dei tuoi incontri, Lungo i sentieri allo spuntar dell’alba,

Attraverso il cammino della tenerezza, parlami di Dio che ama. Compagno della terra,

Venuto dal continente azzurro, dal paese dei grandi laghi, Dimmi come rompi l’igname,

Per annunciare la vita, scaturita quel mattino,

La tua mano tesa mi ricorda che Dio ci invita all’incontro.

Compagno dell’eternità,

Le tue mani callose, il tuo sguardo sfinito Si aprono oggi su un mondo da costruire, Il tuo sorriso e la tua complicità

Trasformano le nostre frontiere in paesaggi aperti, Per danzare nel cuore della tenerezza di Cristo.

Bernard Stoehr