

2. Liturgia della Parola

Terminata la colletta ci si siede e inizia la liturgia della Parola, prima grande parte del rito. È il momento **importante dell'ascolto**. Nei giorni feriali è più breve, più ricca nei giorni festivi, sempre secondo uno schema particolare di regolamentazione.

Il silenzio

La Liturgia della Parola deve essere celebrata in modo da favorire la meditazione; quindi si deve assolutamente **evitare ogni forma di fretta** che impedisca il raccoglimento. In essa sono opportuni anche brevi momenti di silenzio, adatti all'assemblea radunata, per mezzo dei quali, con l'aiuto dello Spirito Santo, la parola di Dio venga accolta nel cuore e si prepari la risposta con la preghiera. Questi **momenti di silenzio** si possono osservare, ad esempio, prima che inizi la stessa Liturgia della Parola, dopo la prima e la seconda lettura, e terminata l'omelia.

La liturgia della Parola

Ragioniamo allora sulla liturgia della parola di ogni domenica.

Anzitutto **perché andiamo a Messa?** Una risposta fondamentale a questa domanda è: **per ascoltare la Parola di Dio**. Potrei però leggerla a casa per conto mio, è invece **l'impegno comunitario** ad ascoltare la Parola di Dio perché facciamo parte di una famiglia. **Andiamo a Messa per ascoltare la Parola di Dio e per fare la Comunione: certo. Prima facciamo la Comunione con le orecchie, poi la bocca.**

Riceviamo il pane eucaristico, che è **il corpo di Cristo, per avere la forza di vivere la Parola di Cristo.**

Abbiamo ascoltato la Parola, ma da soli non riusciamo ad applicarla, **abbiamo bisogno della sua forza e la Comunione eucaristica** ci dà la capacità di vivere la Parola che abbiamo ascoltato. Allora, sempre, in ogni Messa, ci sono questi due momenti: **la parola e il pane** strettamente uniti. La parola da sola non è efficace, il pane da solo non mi dice che cosa fare: **pane e parola insieme** sono una potenza, mi abilitano a vivere come Dio comanda, mi danno i criteri per vivere bene, mi danno la forza per applicare quei criteri.

Andiamo a Messa per ascoltare la Parola di Dio che viene proposta in **una serie di testi, sono dei brani** – Antico Testamento, un salmo, un brano degli apostoli, un brano di Vangelo – **è tutta Bibbia, ma variegata nella forma**: è un buon pranzo festivo e un buon pranzo comporta **diversi piatti**. Non si può mangiare un enorme vassoio di pasta, solo pasta; può capitare che si faccia una cosa del genere, ma un **buon pranzo comporta diverse pietanze.**

Il pasto domenicale che la Chiesa ci offre è a base di Bibbia con una bella varietà. Nonostante tutte le libertà che ci possiamo prendere, nell'organizzazione di un pranzo

abbiamo ancora delle **regole abbastanza solide**: *antipasto, primo, secondo, dolce*. Non abbiamo mai cominciato con il dolce per finire con la pasta. Non si potrebbe? Teoricamente sì, ma perché non lo avete mai fatto? Siamo abitudinari.

Dobbiamo imparare come è **fatta la liturgia della Parola**: il ruolo della prima lettura e il ruolo della seconda, perché non c'è solo il Vangelo: il Vangelo arriva al vertice, ma prima c'è il profeta, poi l'apostolo e in mezzo un Salmo.

Abbiamo circa **60 feste in un anno: 53 domeniche** più altre feste di precetto; nel ciclo di **tre anni abbiamo 180 pranzi con menù diversi**, c'è la possibilità di gustare tutta la Bibbia con una varietà meravigliosa.

Nello schema delle letture domenicali, nell'arco di tre anni, noi abbiamo tutta la Bibbia organizzata bene; messi insieme, i vari pezzi sono in rapporto fra di loro in modo tale da dare gusto alla vita.

È una vita che andiamo a Messa e che sentiamo la Bibbia ed è quella la strada: **ascoltarla sempre meglio, assimilarla, capirla, viverla.**

Se allora cercate uno schema per avvicinarvi alla Bibbia lo schema che vi propongo con tutte le mie forze è **lo schema liturgico, è la Bibbia della domenica**, sono le letture delle domeniche e su quelle dobbiamo impostare il lavoro della nostra vita; vale per tutti i cristiani, di tutte età, di tutti gli ambienti, di tutte le spiritualità, è il punto di riferimento.

Il primo giorno della settimana: la domenica

Una idea molto importante è che la domenica è il primo giorno della settimana. Ci siamo lasciati ingannare da impostazioni commerciali e non abbiamo fatto nessuna resistenza. Chiunque, alla domanda "*Qual è il primo giorno della settimana?*" *risponderebbe "il lunedì"*. **La domenica è il primo del giorno della settimana**, la settimana per noi cristiani inizia con la festa. C'è una idea di fondo che è importante da capire: se la settimana comprende sei giorni lavorativi e l'ultimo è quello di festa, vuol dire che prima c'è il lavoro e poi c'è la festa. È un criterio operativo: prima si lavora, poi si fa festa: poi il dovere, il piacere.

Noi cristiani abbiamo imparato che il primo giorno è quello della festa, **prima si fa festa, poi si lavora**. Non sono gli italiani che l'hanno inventato, sono i cristiani, è un concetto più ampio. Guardate che è una teologia elementare, ma basilare: **la festa viene prima del lavoro**. Che cosa vuol dire?

Perché la domenica per noi è festa? Perché è **il giorno della risurrezione di Cristo**, quindi quello che conta è che Cristo è risorto e ci ha salvato; in forza di questo noi possiamo lavorare. Guardate che è **un capovolgimento della mentalità**. la bella notizia cristiana è: Dio ti ha preceduto, ti ha regalato la salvezza e in forza di questo puoi lavorare. Capite la differenza?

Una salvezza gratuita

L'atteggiamento corretto che la Bibbia ci insegna – che il Nuovo Testamento mette in evidenza rispetto all'Antico – è che **Dio ci ha salvato gratis**. Quando non ci meritavamo nulla Dio si è fatto uomo ed è morto per noi e ci ha dato la possibilità di

vivere bene; non “comportati bene per essere salvo”, ma “sei salvo, quindi puoi comportarti bene”.

La domenica è il giorno del Signore e noi ci troviamo insieme per ascoltare il Signore e mangiare quella Parola vuol dire imparare i suoi criteri.

Alla domenica facciamo rifornimento

Allora, se ragionate con la domenica come primo di giorno della settimana, immaginate di andare **a fare la spesa**. Adesso molte le famiglie, proprio perché fanno la spesa grossa una volta alla settimana, con un grosso carrello prendono quello che serve per la settimana successiva. Così facciamo in Chiesa alla domenica: andiamo a fare la spesa, una spesa gratuita, **portiamo il carrello della nostra intelligenza, del nostro cuore e riempiamo, riempiamo il carrello con ciò che ci serve per mangiare durante la settimana**. Se volete usare la metafora del camminatore allora riempite **lo zaino** con i viveri per poter camminare e mangiate poi le scorte che avete. Cosa intendo dire? Quella parola di Dio che **ascoltiamo alla domenica diventa il nutrimento della settimana e allora il percorso metodologico da seguire è quello di ritornare durante la settimana sulle letture della domenica precedente**.

Molte volte si è usato il criterio del “prepariamoci alla domenica seguente”, ma non funziona. **La domenica è l’inizio, ascoltiamo la Parola di Dio, assimiliamola, leggiamola, l’ascoltiamola, poi ci torniamo sopra; durante la settimana meditiamo quello che abbiamo letto**.

La vita cristiana è strutturata sulla Messa della domenica: l’ascolto della Parola di Dio domenica per domenica ci dà la possibilità di avere la forza, settimana per settimana, di vivere con i criteri di Gesù Cristo. Allora se noi insegniamo queste cose con metodo ai bambini e alle famiglie offriamo uno schema operativo. Mangiare con equilibrio e costanza

Una volta c’erano questi messalini, adesso abbiamo la possibilità di molti strumenti più semplici, foglietto domenicale. Ci sono infinite proposte sul telefonino, sul computer, abbiamo mezzi di tutti i tipi dove è possibile avere questi testi. Ci sono genitori tecnologi che non sono abituati alla Messa, ma al telefonino o al computer si; possono essere indirizzati a trovare lì letture: dando l’indicazione poco per volta è un modo più attraente che non regalare il grande volume della Bibbia altrimenti devono leggerlo. **Non si può fare indigestione, bisogna mangiare moderatamente ma in modo continuato**.

Pensate davvero al paragone del cibo: mangiamo tutti i giorni più volte al giorno e i medici dicono che bisogna mangiare in modo regolare: fa male mangiare troppo e fa anche male non mangiare. Bisogna mangiare la quantità giusta a distanza giusta. Ci vuole un equilibrio, siamo fatti così.

Anche l’ascolto della Parola di Dio è paragonabile al mangiare, **ci vuole un equilibrio, non un eccesso, non una carenza e ci vuole la continuità**: tutti giorni, più volte al giorno, per poter vivere, per poter essere sani.

La Bibbia è uno strumento fondamentale per la catechesi per la vita cristiana perché è lo strumento che si adopera sempre a tutte le età e la Bibbia liturgica è la strada primaria.

Famiglia e Bibbia sono una risorsa: messe insieme con lo schema liturgico possono aiutare davvero a crescere nella vita cristiana. È un mangiare bene e salutare. Buon appetito!

Cicli liturgici e letture bibliche

Gli anni liturgici sono tre, cioè l'organizzazione delle letture bibliche è articolata **in tre anni**, chiamati con le lettere dell'alfabeto A, B, C che si ripetono ciclicamente.

L'anno liturgico **inizia con la prima domenica di Avvento e termina con la festa di Cristo Re.**

La caratterizzazione di questi tre cicli è data dai vangeli sinottici: nell'anno A si legge preferibilmente Matteo, nell'anno B si segue Marco, nell'anno C predomina Luca. Questo vale per le feste e le domeniche.

Giovanni non ha un anno proprio, viene letto in alcune celebrazioni particolari: in genere nel tempo di Pasqua si sempre legge Giovanni, così in alcune domeniche di Quaresima; il giorno di Natale si legge sempre il prologo del vangelo secondo Giovanni e così via.

L'organizzazione di questo ciclo delle letture è complessa, tuttavia ricordo che è il Vangelo che tiene il filo di tutto l'anno, nel senso che viene letto in modo continuativo.

La prima lettura, tratta dall'**Antico Testamento**, varia continuamente perché viene scelta **in base al contenuto tematico del Vangelo**: è un'immagine antica che serve **per preparare il brano di Vangelo** in modo da passare, con brani corrispondenti, dalla promessa antica alla sua realizzazione nella rivelazione di Gesù. Tale rapporto fra prima lettura e Vangelo manca con **la seconda lettura**; quest'ultima è infatti tratta dalle Lettere degli apostoli ed è un'altra tradizione continua, cioè una lettura continuata di un testo. È logico che in questo modo è improbabile che ci sia contatto con il Vangelo e con la prima lettura.

Ciò significa che il patrimonio di testi che ci viene offerto è molto ampio ed è praticamente impossibile durante una singola celebrazione accogliere, abbracciare tutti i temi biblici.

Salmo responsoriale

Alla prima lettura segue il salmo responsoriale, che è parte integrante della Liturgia della Parola e che ha grande valore liturgico e pastorale, perché favorisce la meditazione della parola di Dio.

Il salmo responsoriale deve corrispondere a ciascuna lettura e deve essere preso normalmente dal Lezionario. Conviene che il salmo responsoriale si esegua con il canto, almeno per quanto riguarda la risposta del popolo. Il salmista, quindi, o cantore del salmo, canta o recita i versetti del salmo all'ambone o in altro luogo adatto; tutta l'assemblea ascolta restando seduta, e partecipa di solito con il ritornello, a meno che il salmo non sia cantato o recitato per intero senza ritornello. Se il salmo non può essere cantato, venga proclamato nel modo più adatto a favorire la meditazione della parola di Dio.

L'acclamazione prima del Vangelo

Dopo la lettura che precede immediatamente il Vangelo, si canta l'Alleluia o un altro canto stabilito dalle rubriche, come richiede il tempo liturgico. Tale acclamazione costituisce un rito o atto a sé stante, con il quale l'assemblea dei fedeli accoglie e saluta il Signore che sta per parlare nel Vangelo e con il canto manifesta la propria fede. Viene cantato da tutti **stando in piedi**. L'Alleluia si canta in qualsiasi tempo, tranne in Quaresima.

Vangelo

Le letture eucaristiche domenicali sono il nutrimento della settimana e la proclamazione del vangelo è certamente il vertice della liturgia della Parola; l'ascolto e l'accoglienza della testimonianza degli apostoli sulla persona di Gesù è ciò che rende la nostra fede *apostolica*.

In genere, per la comunità cristiana che celebra l'Eucaristia domenicale, le letture della domenica **sono il pane della settimana**: è a casa, durante la settimana, che serve il Messale. Prima della lettura del Vangelo il celebrante formula sottovoce una preghiera per sottolineare come la proclamazione del Vangelo non sia semplicemente una lettura, ma sia sacramentalmente l'annuncio della salvezza: «*Purifica il mio cuore e le mie labbra, Dio onnipotente, perché possa annunciare degnamente il tuo Vangelo*». **Se non è un prete** ad annunciare il Vangelo, ma un diacono, quest'ultimo chiede la benedizione al celebrante e la formula, invece che in prima, viene detta in seconda persona come invocazione rivolta al Signore. Se la Messa è presieduta dal **vescovo** e legge il prete, quest'ultimo chiede la benedizione al vescovo. Quindi, chi legge il Vangelo, in ogni caso chiede al Signore **la purificazione del cuore e delle labbra** per annunciare degnamente il Vangelo. Non si tratta solo di una lettura, ma è la rappresentazione autentica

dell'annuncio evangelico: per questo la parola del vangelo può cancellare i peccati.

Il foglietto in Chiesa è pensato per poter seguire meglio le letture, eppure **servirebbe maggiormente a casa**. Ribadisco allora la necessità, l'utilità, di avere a casa il Messale completo da usare come strumento di preghiera.

Il Signore sia con voi... dal vangelo secondo... gloria a te, o Signore con le tre piccole croci: fronte, labbra, cuore...

C'è una distinzione fra le letture e il Vangelo, per cui al termine delle letture si dice «**Parola di Dio**» mentre solo al Vangelo si dice «**Parola del Signore**».

Non c'è una differenza sostanziale, ma questa distinzione sta ad indicare una **maggiore dignità del Vangelo**.

Sostanzialmente due sono i caratteri delle formule che i fedeli pronunciano alla conclusione delle preghiere o all'invito del celebrante. Le formule poste alla fine delle letture appartengono al **genere letterario della acclamazione e non della dichiarazione**.

Parola di Dio è una forma di **acclamazione** che comprende un tono di stupore e di garanzia: *Parola di Dio!*, come dire: *L'ha detto Dio*.

Non è quindi corretto aggiungere il verbo essere, (è Parola di Dio) come se uno non lo sapesse...

La dichiarazione si adopera invece opportunamente con il pane eucaristico: *Questo è il mio corpo*, perché effettivamente è il corpo: questo pane concreto è il corpo di Cristo.

Quando il celebrante **ha terminato la lettura del Vangelo**, bacia il testo del Vangelo e – anche se non si sente – pronuncia una formula. È la formula che accompagna segretamente il bacio del Vangelo, una formula di assoluzione: «*la parola del Vangelo cancelli i nostri peccati*», oppure: «*per evangelica dicta deleantur nostra delicta*». È molto bella l'idea: **l'ascolto del vangelo cancella i peccati!** Attenzione però, **è una esortazione**: l'ascolto del vangelo può cancellare i peccati, ma non è automatico; solo un ascolto attento, meditato, partecipato del vangelo lava, produce un effetto purificatore sulla vita, sulla coscienza di chi lo ascolta e può cancellare i peccati. È un altro intervento penitenziale di perdono: l'ascolto della parola è perdono dei peccati.

Omelia

Si tiene poi l'omelia, quella che **san Paolo** in qualche occasione (cf. At 20,7) protraeva **fino a mezzanotte o fino all'alba**. È un modo per condividere la riflessione del celebrante con i fedeli, è un ascolto per capire, per approfondire le letture, è una proposta di preghiera per rendere solida ed efficace quella celebrazione.

L'omelia è un grande compito, impegno e responsabilità del presbitero. Per molti cristiani è infatti uno dei pochi momenti – ma non l'unica occasione a disposizione – di **spiegazione e approfondimento** della parola di Dio.

Professione di fede

Nelle domeniche e nelle feste c'è la recita **del Credo**: è il momento della professione della propria fede da parte di tutta la comunità cristiana riunita. Si adopera un testo antico, introdotto dal Concilio di Nicea e confermato da quello di Costantinopoli: è quindi un testo del 325, ritoccato nel 381.

Si tratta di un **testo difficile** che purtroppo viene pronunciato sempre di corsa; deve essere invece recitato con una dignità particolare, tenendo conto che nell'antichità la preparazione al battesimo implicava lo studio del solo *Credo*.

Alle origini della comunità cristiana c'era infatti la consegna del Credo e poi la restituzione dello stesso. Questa tradizione costituiva la *Traditio Symboli*, cioè la *consegna del Simbolo*; la preghiera del Credo era infatti chiamata, come anche ancora oggi: *Simbolo degli Apostoli*.

Successivamente, quando il catecumeno era ormai pronto a professare la propria fede, compiva la *Redditio Symboli*, la *Restituzione del Simbolo*, la restituzione appunto di quel testo.

Preghiera universale (Preghiera dei fedeli)

La preghiera dei fedeli rappresenta il momento di **intercessione**.

Nella preghiera universale, o preghiera dei fedeli, il popolo risponde in certo modo alla parola di Dio accolta con fede e, esercitando il proprio sacerdozio battesimale, offre a Dio preghiere per la salvezza di tutti.

È conveniente che nelle Messe con partecipazione di popolo vi sia normalmente questa preghiera, nella quale si elevino suppliche per la santa Chiesa, per i governanti, per coloro che portano il peso di varie necessità, per tutti gli uomini e per la salvezza di tutto il mondo.

La successione delle intenzioni sia ordinariamente questa: a) per le necessità della Chiesa; b) per i governanti e per la salvezza di tutto il mondo; c) per quelli che si trovano in difficoltà; d) per la comunità locale.

Il momento della preghiera dei fedeli è un'occasione importante di preghiera universale, dove ciascuno dei presenti ha la possibilità di esprimere la propria intenzione. Questo è il momento della preghiera di intercessione. In questo momento bisogna portare le preghiere per le varie intenzioni che abbiamo, sia che vengano espresse ad alta voce, sia che vengano tenute segrete. Questo è il momento in cui tutti i fedeli esprimono le loro intenzioni, i propri desideri, speranze, richieste, attese.

Lo stile di questa preghiera deve essere di intercessione, **si prega cioè per gli altri.**

La forma di questa preghiera ha una sua importanza: la preghiera infatti deve essere una **invocazione rivolta al Signore**, non una predica travestita e neanche una enunciazione di intenzioni. Non è quindi corretto dire: *Preghiamo per... la tale intenzione*», oppure *Io vorrei pregare per...*», forme di preghiera molto comuni ma sbagliate. Non quindi: *Io vorrei pregare per il papa*», ma mi rivolgo al Signore e prego effettivamente per il papa: *Signore, ti prego per il papa.*

Si può anche evitare il verbo *pregare*», perché rischia di essere ridondante; quindi, ad esempio: *Signore, illumina il papa, dagli forza e coraggio.* Bisogna partire dall'idea che la preghiera deve essere **un dialogo con il Signore**: ci si rivolge al Signore, non all'assemblea, quindi non s'invitano gli altri a pregare con formule esortative, del tipo: *Preghiamo per....*

Questo tipo di preghiera si ha ad esempio **il venerdì santo**, nella grande preghiera universale – che è all'origine di questa preghiera dei fedeli nella Messa – dove c'è l'enunciazione del tema e poi l'orazione. Un ministro dice l'esortazione ai fedeli: *Preghiamo per coloro che credono in Cristo, perché... ecc.;* pausa di silenzio nella quale ognuno prega. Poi il celebrante dice l'orazione: *O Dio onnipotente ed eterno concedi ai tuoi figli che hanno creduto in Cristo....*

Nel caso della preghiera dei fedeli non c'è l'esortazione affinché che tutti esprimano la loro preghiera e di solito il *preghiamo per* è diventato piuttosto una predica, a volte con precisazioni esagerate. È invece opportuno pregare con **parole facili, semplici, lineari.**

La preghiera dei fedeli non diventi, inoltre, **il bollettino delle disgrazie.** La nostra vita autentica si apra alla preghiera, portando a Dio quello che abbiamo nel cuore. Ci possono essere anche preghiere mirate, a persone e fatti specifici, che si possono però esprimere in maniera generale. Ho in mente un malato? Prego per tutti i malati, in modo che la preghiera possa divenire intercessione universale, condivisa ed espressa da tutti. La Liturgia ci dice infatti che **non bisogna essere troppo particolaristici ma universali – cattolici** – quindi si inizia con uno sguardo ampio, dalla Chiesa, alla società civile, alle nostre necessità.

Dobbiamo evitare le preghiere-predica. La preghiera può derivare dall'ascolto della parola: *Signore nutrici della tua Parola*».

Ridurre le formule a **preghiere semplici** permette di allargare l'ambito della preghiera. Questo momento di preghiera *dei fedeli*, quindi non precisato nelle sue espressioni particolari, è anche un modo **per riprendere le letture, la predica, la meditazione.**

La riflessione fatta in quell'attimo di silenzio diventa preghiera lineare e semplice, ma sempre in forma di **domanda rivolta al Signore** e non un'esortazione rivolta ai fratelli. Se sappiamo allargare l'orizzonte della nostra invocazione, riducendo le formule a frasi semplici, c'è la possibilità di intervenire in modo significativo, dando voce alle varie persone, permettendo anche ad altri di prendere a cuore questioni, persone, situazioni che altrimenti non sarebbero state prese in considerazione.

Anche il ritornello deve avere il suo significato. C'è in genere l'ossessione della formula *Ascoltaci o Signore*, ma la liturgia non lo impone, ce ne sono molte e differenti. È compito del celebrante trovare altre formule che aiutino la riflessione; nelle Lodi e nei Vespri ci sono decine di formule migliori.

La preghiera dei fedeli **conclude la liturgia della Parola e introduce alla liturgia eucaristica** con il rito della presentazione dei doni.

Il dono della Parola

Cosa facciamo quindi quando **ascoltiamo la Parola di Dio?** Entriamo in dialogo con Dio. Infatti la liturgia della parola è in forma dialogata: **parla Dio e l'uomo risponde**. L'uomo, come Dio, **si rivela nella parola**. Se io non dico quello che ho dentro il cuore non posso farmi conoscere: rivelazione *il Verbo si è fatto carne...* **Intendiamo "parola" in senso ampio**. Posso dire che sono arrabbiato – contento – entusiasta – annoiato... anche con un **gesto**. Non occorre che io dica: *"Sono arrabbiato, sono...!"*. Noi ci esprimiamo con **parole, gesti e segni come Gesù che ha annunciato il Vangelo con Parole e Gesti**. La parola di Dio narra la storia dei gesti d'amore di Dio.

Noi siamo capaci di comunicarci veramente? Quanta parte della vita passiamo a **nasconderci** invece che a rivelarci? Cosa cerca la parola? Lo scopo della parola è **incontrarsi, fare comunione**. Perché noi comunichiamo con gli altri? Perché **siamo fatti per la comunione**, per l'incontro. Se uno parla da solo è matto. La parola è fatta per la risposta, io parlo per avere risposta. Lo scambio degli affetti passa in buona parte per la parola. **Quanti SILENZI dentro le nostre case, dentro le nostre famiglie, quante cose non dette...**

Perché tante cose noi crediamo di dirle, ma non le diciamo. Siccome siamo convinti di agire bene, pensiamo che l'altro se ne accorga. Siccome abbiamo - in fondo, ma molto in fondo - il desiderio di comunicare, pensiamo di averlo fatto. Ma non è automaticamente detto. Bisogna essere attenti **a come comunichiamo e a cosa comunichiamo. L'amore passa per la comunicazione.** La comunicazione significa **il tempo che do a te**, il tempo che passo a dialogare

con te. Perché ci facciamo rubare il tempo della parola, della comunicazione? Perché questo tempo sacro della comunicazione intrafamiliare **ce lo facciamo portare via da tutto e da tutti**? Televisione, cinema, sport, hobby, mille impegni e poi ci accorgiamo di non aver tempo per parlarci.

Ascoltare significa **dare precedenza all'altro**, *fargli spazio dentro di sé* per mettersi a sua disposizione sinceramente, liberamente e gratuitamente; è un gesto di **ospitalità** perché l'altro viene accolto "in casa propria", e questo richiede un processo di autospogliazione: occorre svuotarsi, eliminare gli ostacoli (es. i pregiudizi), armarsi di pazienza ed accettare di essere quello che si è, anche deboli e fragili. Il vero interrogativo da porsi **non** è allora: "Che cosa devo dire? Che cosa fare per lui?" ma: "*Come creare uno spazio interiore per contenere la sua storia, la sua preoccupazione, il suo dolore?*".

Il tempo della parola significa darsi il tempo per vivere qualcosa che è nostro. La parola crea. Proviamo a chiederci: qual è l'ultima volta che abbiamo creato **un vero dialogo in famiglia**? Che non vuol dire parlare dei problemi del figlio che non va bene a scuola, ma il dialogo che edifica, il tempo per guardarci negli occhi per verificare dove stiamo andando, su cosa stiamo puntando. Rischio: fare **tutto come un dovere frettoloso**. Tutto è diventato un dovere tecnico e frettoloso. La vita perde parola e perde poesia. Quale è l'ultima volta in cui ho saputo trovare un modo nuovo per dirti che ti voglio bene? **La parola è un atto divino dentro la famiglia**, non solo un atto umano.

A volte noi confondiamo la parola con l'accusarci e il giustificarci a vicenda.

Dialogare **vuol dire che mi rifiuto di tenermi dentro me stesso e mi apro per donarmi a te, per narrarmi a te. Quante parole non abbiamo mai detto? O quante cose abbiamo fatto che sono rimaste dentro di noi, impronunciabili agli altri?** Questa è la nostra rovina.

La religione si consuma in buona parte in queste cose: nell'accogliersi, perdonarsi, dialogare in casa. In chiesa, quando ascoltiamo la Parola di Dio, abbiamo l'aspetto più divino di questo, Cristo dialoga con noi, Dio dialoga con noi, ma questo dialogo dovrebbe essere lo stesso dialogo che continua fuori dalla chiesa. E' lo stesso.

La famiglia è spesso immaginata come **luogo di comunicazione ideale**, soprattutto per i cristiani. Risulta a volte **deludente** e **irritante** sperimentare quanto sia difficile comunicare tra moglie e marito, tra genitori e figli. **Tante volte la nostra comunicazione si riduce alla lamentela e al brontolio: tu non**

mi ascolti mai? Perché i miei genitori non mi stanno a sentire? Silenzio che devo sentire il telegiornale! Da noi a tavola si parla sempre di soldi e di tasse?

Si pensa comunemente che comunicare sia parlare bene, ma **comunicare è essenzialmente saper ascoltare**. E' l'ascolto, infatti, che permette di **costruire relazioni di qualità**. Contattare il silenzio, raggiungere la quiete, la calma, significa avvicinarsi alla propria essenza profonda e vera: è là che nasce la nostra capacità di comunicare con noi stessi e con il mondo. **Saper ascoltare** è invece fondamentale nella comunicazione, e significa comprendere le esigenze di chi ci sta di fronte, rispettando i sentimenti e le opinioni altrui e considerando la realtà individuale di ciascuno. **Spesso non si ascolta**, ma si finge soltanto, preparandosi in realtà a ciò che si dovrà dire quando l'altro avrà smesso di parlare.

Impariamo ad ascoltare cercando **punti di silenzio** nelle parole dell'altro, perché solo quando la mente è in silenzio possiamo recepire senza distorsione ciò che ci viene detto.

Soprattutto quando siamo arrabbiati, quando una persona esprime un parere diverso dal nostro, o quando qualcosa ci turba, **fermiamoci ad ascoltare che cosa si leva nel nostro animo...** questo è il più grande dialogo che possiamo fare oggi giorno dove tante voci cercano sempre di sovrastare o imporre i propri concetti. Dovremmo **abituarci a rispondere solo dopo aver ricreato in noi il silenzio**, in questo modo le parole che usciranno dalla nostra bocca non saranno arrabbiate, dette tanto per dire, ma, autentiche, vibranti, in sintonia con la realtà del momento che stiamo vivendo, e così facendo diamo anche maggiore qualità alla nostra comunicazione.

“Quando non ci si parla più, si finisce per non aver niente da dire. Quando si cessa di guardarsi, si finisce per non vedersi più e tutto questo si compie senza colpa cosciente. Il peccato di omissione nel Confesso è il più terribile. Ciò che fa morire un focolare non sono i litigi, le difficoltà, la mancanza di denaro: è l’abitudine, quando non ci si guarda più, quando non ci si parla più, quando non si litiga neppure più, e questo si compie in modo del tutto inconscio”

