



Abbandonerai Aderirai



Consultorio per la Famiglia - Onlus



Commissione per la pastorale familiare
DECANATO di BUSTO ARSIZIO

EVENTI 2009

tra crisi globale e passioni tristi
c'è posto per la felicità?

Felici si Diventa

La scelta di questo tema nasce da alcune riflessioni fatte nel corso di questi anni.

Buone notizie per tutti. La felicità si può costruire. E in due la si costruisce più grande e più solida.

Bisogna assicurarsi di montare bene la struttura e poi si può diventare abili e farci nascere attimi luminosi. E accenderli di tanto in tanto. In posti diversi. Come le luci intermittenti e a colori diversi dell'albero di Natale, oppure in versione più ecologica e più estiva, come la meraviglia delle stelle cadenti, come quelle brezze leggere del mattino di cui ci accorgiamo solo perché d'improvviso ci troviamo a respirare più a fondo **(Rosella De Leonibus)**.

L'esperienza d'Israele, l'esperienza iniziale formativa è l'esodo. L'esperienza del passaggio dalla vita amara a una vita felice è avere una terra, coltivare la vigna e mangiare, riposando, i fichi. E ancora, riposare sotto la propria vite, sotto il proprio fico in pace, in pace con i vicini e in pace con i lontani. In più camminando umilmente con il proprio Dio in un cuore di giustizia e di compassione. Sintetizzo l'ideale dei nostri padri e delle nostre madri con il capitolo VI, versetto 8 del profeta **Michea: Uomo ti è stato annunziato ciò che è bene e ciò che il Signore ricerca da te; nient'altro che compiere la giustizia, amare con tenerezza, camminare umilmente con il tuo Dio. Stupendo! Questa è la felicità. È un programma di vita.** È questo che dà senso e felicità alla vita. Giustizia e diritto consistono in questo: tu sei giusto quando ti prendi cura del diritto del povero e il diritto del povero diventa tuo dovere. E il diritto del povero è quello di vivere con dignità la vita come la vivi tu **(Giancarlo Bruni)**.

La Bibbia giunge a dipingere con estrema bellezza la condizione della coppia e della famiglia.

Quando vuole parlare simbolicamente di una condizione di felicità spesso si trova a dire: "quell'uomo prese moglie ed ebbe figli e figlie"... o, al contrario, quando deve descrivere la più nera disperazione, racconta che un uomo

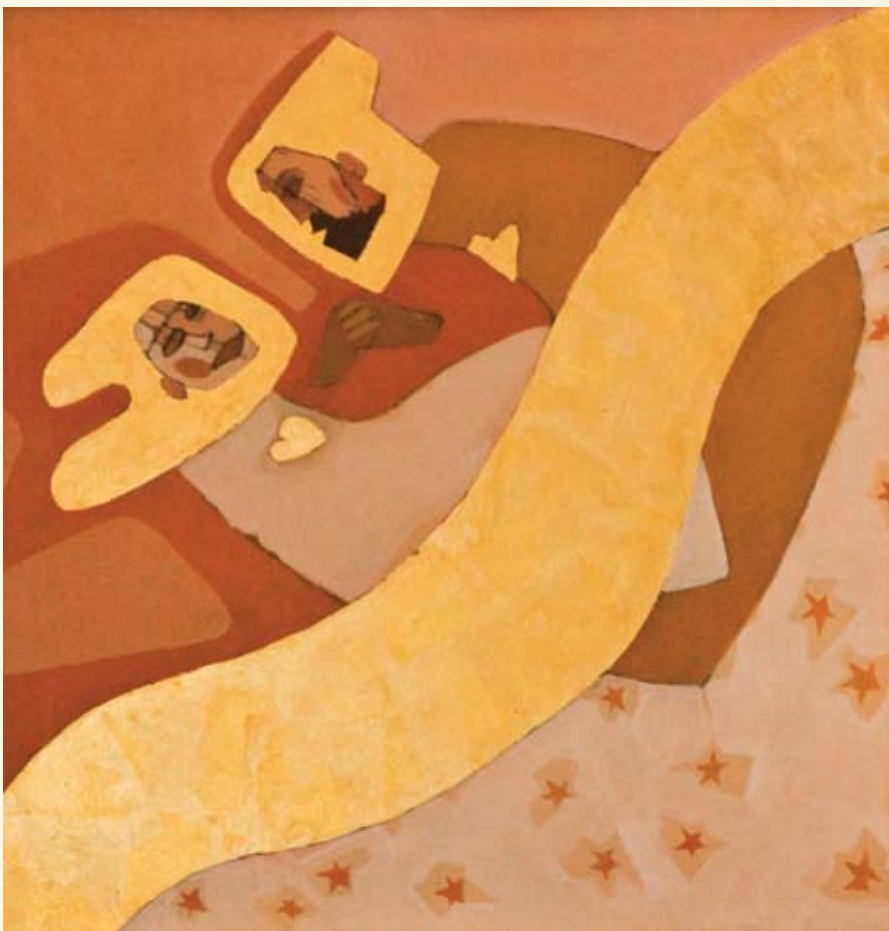
perdetto i figli e le figlie, come nel caso del povero Giobbe. Tanto positiva è la concezione della coppia e della famiglia che la bellezza di queste rappresenta addirittura la ricompensa che Dio dà all'uomo giusto: chi ama il Signore ed osserva la sua legge avrà come ricompensa da Dio una moglie e dei figli. Essi non sono niente altro che i segni tangibili della Benedizione del cielo. L'aver tale fortuna costituisce un privilegio, una autentica consolazione, un modo per essere felici che Dio stesso ha concesso all'uomo che egli ama. Di ciò è sublime attestazione il Salmo 128. Chi di noi se la sentirebbe di negare questa bellezza? Chi potrebbe dire il contrario? Chi di noi non ha sognato, prima ancora di trovare una fidanzata o di avere dei figli, tutto ciò come una cosa bellissima? Chi non ha desiderato che un amore speciale, unico, definitivo arrivasse come un ciclone a rapirci via, come nel cavo di una ventata calda, catturandoci dentro un mulinello incantato? E chi non ha desiderato che questo incantesimo non si sciogliesse mai? E ancora chi potrebbe dire che non è bello vivere insieme, ritrovarsi la sera in una casa animata dalla presenza di un marito o di una moglie, riscaldata dalla sua voce che rassicura ed accarezza posando la sua eco per le stanze; del suo passo amico ed atteso che giunge alla soglia del portone e già l'abbiamo riconosciuto? Chi potrebbe negare la bellezza del mangiare insieme, perderci tempo mentre accanto al cibo si pasteggiano parole, sorrisi, allusioni, si ammiccano domande o si suggeriscono risposte ad un discorso già iniziato. Dormire insieme e bere del latte e miele che c'è sull'orlo delle sue labbra? Essere complici di un segreto di piacere la cui chiave nessun altro possiede? Fuggire dal mondo per perdersi in esclusive praterie di intimità. Condividere quel fascio di segreti in codice che fanno unico l'uno per l'altra **(Rosanna Virgili)**.

“Molti dicono: chi ci farà vedere il bene?” (salmo IV). La pittura è una cerimonia che si celebra in solitudine, scriveva il filosofo Alain. Sarà il mio mestiere di psichiatra, la passione per ciò che è intimo e per il silenzio, l’attrazione per i moti delle nostre emozioni a spingermi verso la pittura e il potere che esso esercita sulla nostra anima. Non saprei dirlo, ma mi piacerebbe iniziare voi a questa esperienza e ai suoi benefici: fermarsi di fronte ad un quadro, respirare piano, stare in silenzio, lasciare che la pittura ci parli. Tra i pittori della felicità alcuni ebbero una vita lieta, altri furono spesso e a lungo infelici. Ma tutti erano attratti dall’idea della felicità e dalla sua necessità.
(C. André)

Sulle note del sogno d’amore di Litz
una vibrazione sottile
un preludio con sentimento
e una carezza

Margherita Pavese





Preludio

In un'aurora trasparente di fiori
due corpi innocenti e un'anima sola
in preludio d'amore
per l'esultet della vita in due

Margherita Pavesi

Mattino

La nascita della felicità

Forte e fragile come la vita

Guardare verso il cielo.
Tutta la felicità si origina
in simili istanti di grazia.
Fermarsi, tacere.
Guardare, ascoltare, respirare.
Ammirare.
Accogliere le gioie nascenti.
Esercitarsi lentamente
a percepire dove esse
si trovano.
(C. André)



Mandorlo in fiore - Van Gogh



La prima fra tutte le felicità

Amare. Essere felici.
La gioia di vivere, nessuno
può dire di non sapere
cosa sia; e per questo
la si ritrova nella memoria
e la si riconosce
al solo udire il nome di felicità.
(Sant'Agostino)

Le tre età della donna - Gustav Klimt

Le gioie della vita quotidiana

Predisporsi alla felicità.
Tenere gli occhi aperti sulla bellezza
della vita quotidiana.
Essere contenti di vivere, qui ed ora.
Sono queste le nostre prime
e più frequenti possibilità di felicità.
(C. André)

Va, mangia con gioia il tuo pane, bevi il tuo
vino con cuore lieto
(Ecclesiaste).

Le cascatelle di Tivoli
Jean Honorè Fragonard





Mezzogiorno

La pienezza della felicità

**Che cosa è necessario
per essere felici?**

Elogio delle gioie semplici.
Esercizio di discernimento:
di che cosa ho veramente
bisogno per la mia felicità?
E di che cosa si cerca di farmi
credere che io abbia bisogno?
(C. André)

La vie Paysanne - Marc Chagall

L'afflato dell'amore

Quel che rende felice una coppia.
Uscire da Eros per andare
verso Philia e Agape.
È tutta qui la lezione che dall'amore
porta alla felicità: per cerchi concentrici,
allontanarsi a poco a poco da sé
e aprirsi, per donare.
(C. André).

Sul veliero - Caspar David Friedrich





La felicità risiede nel legame

Affetto e gratitudine nutrono la felicità.
La felicità diventa più grande quanto si nutre
di gratitudine, quella lieta sensazione
di un debito infinito.
(Jankelevitch).

Iseppo da Porto con il figlio Adriano
Veronese

La felicità oltre se stessi

Condivisione e dono sono i doveri delle persone felici.

Lo scopo è di essere felici.

Ci si arriva solo lentamente.

È necessaria un'applicazione quotidiana. Quando lo si è diventati, resta ancora molto da fare: consolare gli altri.

(Renard)

La felicità di tutti è fatta dalla felicità di ciascuno .

(Vian).

Il dono del mantello - Giotto



Sera

Il crepuscolo della felicità

**In ogni felicità,
una parte d'ombra**

Non aver più paura dei sottili dolori della felicità.

Nessuna vita durevolmente felice è possibile
senza la riflessione sulla morte.

La felicità porta in sé le ombre che ci parlano
della vita e della morte, accettiamolo: questa parte
d'ombra dà il suo contributo alla luce della felicità.

(André).

Ena e Betty Wertheimer - Sargent



La tentazione della felicità

Resistere al richiamo della tristezza.
La tristezza non è altro che una malattia
e deve essere sopportata
come una malattia,
senza tante ragioni e ragionamenti.
(Alain)

Faaturuma - Paul Gauguin





Notte

La felicità scomparsa

Stelle notturne

I lampi della felicità
per uscire dalle tenebre.
Quei lampi di felicità sorti
dalla sventura sono come un'eco
un indizio dell'esistenza
della felicità, un motivo per vivere
ancora per chi soffre e sopporta.
(Andrè).

Per il lungo mio genere aderisce la
mia pelle alle mie ossa.
Sono simile al pellicano
del deserto, sono come un gufo
fra le rovine.
(Salmo 102).

Notte stellata - Vincent Van Gogh

Ragioni per battersi

Battersi per consentire
alla felicità di rinascere.
È la lotta contro la sventura
che può insegnarci e migliorarci.
Non la sventura in se stessa
che non fa altro che indurirci.
La maggiore vittoria della sventura
sarebbe quella di farci rinunciare all'idea
della felicità, di contaminare la nostra anima
con l'amarezza e il cinismo che, da soli,
possono impedire durevolmente il ritorno
e la rinascita della felicità
(André).

La lotta di Giacobbe con l'angelo
Eugène Delacroix





Alba

Il ritorno della felicità

La felicità ritrovata

Questo istante
è un istante di felicità.
Esiste una frase magica, simile
a quelle inventate dai bambini,
un'unica frase, che dobbiamo
dirci ogni volta
che una gioia accade.
La frase è semplicemente:
"questo istante
è un istante di felicità".
(Andrè)

La riva del mare a Palavas - Gustave Courbet

La felicità è una lunga storia

Vivere in pace con se stessi e con gli altri.
Perdonare è secondo i casi rinunciare,
a punire o a odiare e anche talvolta
a giudicare.
(Comte-Sponville)

Il ritorno del figliol prodigo - Rembrandt





Saggezza della felicità

Nutrirsi di gioie immobili.
Finalmente sappiamo da dove
può scaturire la felicità:
da poco o nulla.
Da quello a cui prima non face-
vamo attenzione.
Eravamo ciechi senza saperlo.
La pratica della felicità ha quindi
molti punti in comune
con un paziente giardinaggio
della nostra anima.
O con l'apprendimento di uno
strumento musicale:
tutti i giorni compiere
degli sforzi brevi e leggeri.
Per potere sentire di quando in
quando l'imponderabilità
dei momenti di grazie.
(Andrè)

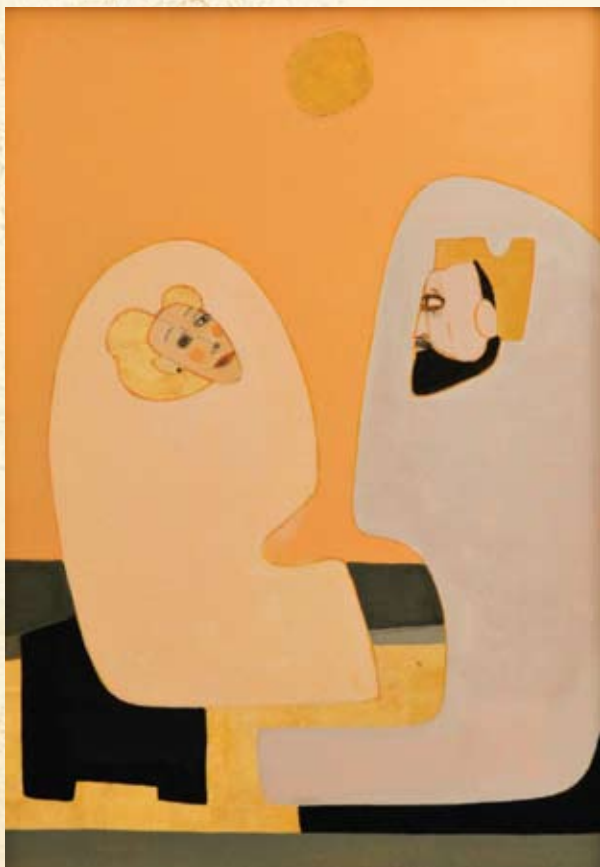
Il bicchiere d'argento - Jean Siméon Chardin

Un'eternità di felicità

Vivere felici per non avere
più paura della morte.
La felicità è uno strumento
per comprendere il mondo,
nei suoi aspetti più gioiosi,
come in quelli più misteriosi.
(André)



Sera d'ottobre - Léon Spilliaert



e per continuare...

La coppia regale sull'orizzonte
del continuum
in quell'immobile zampillante
sintonia d'anime
che per tenera dedizione,
cosciente fedeltà
traluca anche dai corpi

Margherita Pavesi

www.abbandoneraiaderirai.it