

LA COMUNICAZIONE NELLA FAMIGLIA

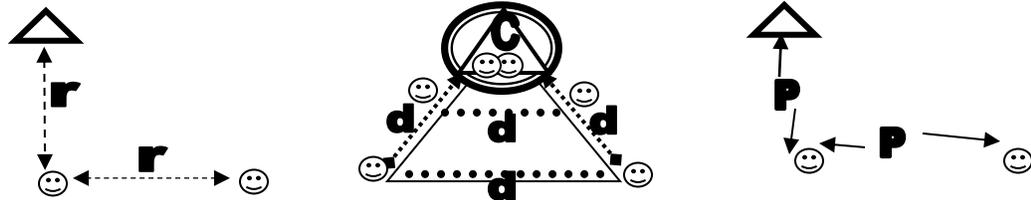
(RELAZIONE ARMONIOSA O COMUNIONE)

Gen Cap. 12-24; 27; 28; Cantico dei Cantici; Ef 3:14-18; a memoria: Prov 15:1-5

SE CONSIDERIAMO CHE <LA FAMIGLIA E' UNA PICCOLA CHIESA> E CHE <LA CHIESA E' UNA GRANDE FAMIGLIA>, TUTTO QUELLO CHE RIGUARDA LA COMUNICAZIONE... RIGUARDA LE RELAZIONI IN ENTRAMBE.

LA RELAZIONE ARMONIOSA (COMUNIONE) E' IL <FATTORE SEGRETO E VINCENTE> DI OGNI FAMIGLIA: ESSA E' DIRETTAMENTE PROPORZIONALE CON <LA RELAZIONE VERTICALE> TRA TE E DIO...

r = relazione
d = distanza
C = Comunione
P = Peccato



I DISTURBI DELLA COMUNICAZIONE: peccato e mancanza di impegno

A. DISTURBI NELLA TRASMISSIONE: esempi

- altoparlante sporco o rovinato: A parla a B, ma la sua vita è sporca e la sua bocca <rovinata> dal proprio peccato
- rumori circostanti molto forti: A parla a B, ma fa fatica e la comunicazione non è nitida perché intorno a lui esistono dei <rumori molesti> (dicerie di maldicenza, ambizioni o aspettative sbagliate, ecc.)
- distrazioni all'interno della fonte trasmittente: A parla a B, ma non è molto concentrato su B perché distratto da altri fattori (egoismo, edonismo, ecc.)
- messaggio poco chiaro: A parla a B, ma non sa spiegare quello che vorrebbe dire!

B. DISTURBI NELLA RICEZIONE: esempi

- orecchio sporco o rovinato: B ascolta A, ma la sua vita è sporca e il suo orecchio è <guastato> dal proprio peccato
- indisponibilità all'ascolto: B non intende prendere sul serio quanto detto da A
- distrazioni all'interno della ricevente: B è distratto e non si concentra su A a motivo del proprio egoismo, edonismo, antipatia, risentimento, ecc.
- collegamento impreciso: B ascolta A, ma i loro collegamenti sono molto <raffazzonati> e la comunicazione è intermittente

Dio gode nel comunicare: comunica coi Suoi figli... e con tutti gli esseri umani (Gen 3.8-13).

Egli ha anche inserito nella creatura umana la capacità di comunicare con Lui e coi suoi simili.

Possiamo certamente dire che DIO VUOLE LA RELAZIONE ARMONIOSA CON NOI E TRA DI NOI (COMUNIONE): del resto, la nostra vita spirituale è cominciata quando iniziamo la relazione diretta con Lui!

I passi in Genesi e Cantico dei Cantici indicati per la lettura personale serviranno per prepararci ad affrontare il soggetto della comunicazione in famiglia, mentre Ef 3:14,15 ci ricorderà quale sia il concetto di famiglia, secondo il pensiero di Dio.

- ◆ I passi in Genesi presentano la figura di Abrahamo come capo famiglia ed aiutano a capire come egli comunicasse con Sara, sua moglie.
- ◆ il Cantico dei Cantici, specialmente quando lo sposo e la sposa si parlano, dimostra in che modo marito e moglie dovrebbero comunicare.

COME GIA' PER LA CHIESA, E' NECESSARIO COMPRENDERE CHE OGNI MEMBRO DELLA FAMIGLIA DEVE REALIZZARE QUANTO SEGUE (VEDI IL TERMINE <INSIEME>!):

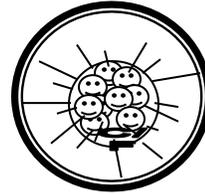
A. VIVERE IN FAMIGLIA (◇ CHIESA: non abbandonarla)

B. VIVERE CON LA FAMIGLIA (◇ CHIESA: agire insieme, collaborare, interagire)

C. VIVERE PER LA FAMIGLIA (◇ CHIESA: impegnarsi a coadiuvarla per il bene comune)



M



M = Mondo

C/F = Chiesa/Famiglia

IL SIGNIFICATO DI "FAMIGLIA"

La Bibbia usa varie parole per indicare la "famiglia".

- ◆ Nell'Antico Testamento si trova la parola "mishpachah", che etimologicamente significa **"estendersi, espandersi attorno"**. Questo porta alla mente l'espressione "cerchia familiare" (vedi il "crescete e moltiplicatevi"!).
- ◆ Un altro termine dell'Antico Testamento usato normalmente per indicare la famiglia, è "taph". La radice di questa parola ha a che fare con la parola **"saltellare"** e dà l'idea di un bambino che salta di gioia mentre cammina. Tutto questo ricorda che la famiglia include dei bambini e che l'infanzia passata in famiglia dovrebbe essere un periodo felice.
- ◆ Un terzo vocabolo usato nell'Antico Testamento, usato normalmente per indicare la famiglia, è "bayth", il cui significato deriva dalla parola **"costruire"**. Questo porta in sé il concetto che **una famiglia non capita per caso, ma si deve edificare (costruire nei suoi molteplici settori)**. Un gruppo di persone si può trovare riunito per caso o per necessità, ma la Bibbia afferma che **la famiglia (come insieme armonioso) è il risultato di uno sforzo pianificato**.
- ◆ La quarta parola usata nell'Antico Testamento è "eleph" che nella sua etimologia contiene il significato di **"soggiogare e domare"** e sta a indicare che i membri della famiglia si sottomettono l'uno all'altro e collaborano insieme.
Questa è una importante dimensione della famiglia nella quale i vecchi insegnano al più giovani e i giovani si sottomettono e imparano da chi ha più esperienza.
- ◆ La parola di solito usata per famiglia nel Nuovo Testamento è **"patria"**, che significa semplicemente discendenza paterna. Mettendo l'accento sulla persona del padre, questa parola sottolinea **l'importanza del marito e del padre come punto di riferimento** per tutti gli altri membri della famiglia e ricorda che Dio si compiace nel farsi chiamare Padre dai Suoi figli.

Da tutti questi significati che descrivono una famiglia dalla vita sana, comprendiamo l'importanza della comunicazione. **Perché degli esseri umani possano vivere uniti in famiglia fra loro, hanno bisogno di condividere e trasmettere idee, sentimenti e pensieri. Si possono giudicare la forza e la buona salute di una famiglia dal modo in cui comunica e dall'impegno che ogni membro mette per comunicare con gli altri componenti della famiglia stessa.**

DIFFICOLTA' NELLA COMUNICAZIONE IN FAMIGLIA

Bisogna sottolineare che il tuo coniuge deve essere **UN COMPAGNO** col quale camminare affiancati **IN SALITA E IN DISCESA** consapevoli che il tempo trasforma l'unione portandola DA UNA FASE DI INNAMORAMENTO AD **UNA FASE DI ATTACCAMENTO**.

Infatti, l'effetto <lenti rosa> (innamoramento) presto si attenua e permette ai difetti di emergere: ora bisognerà amare la persona per quello che è e non solo per quello che appariva, **bisognerà andare OLTRE L'INNAMORAMENTO E COSTRUIRE INSIEME <UN RIPARO SICURO> CONTRO LE AVVERSITA' CON LA FIDUCIA E L'AIUTO RECIPROCO**.

Infatti, mentre l'innamoramento esaurisce le sue lance infuocate in poco tempo, l'attaccamento affonda le sue radici e permette una unione stabile e duratura facendo emergere il vero amore fatto di comprensione e di aiuto reciproco che permette di stare bene assieme fino alla morte e di allevare/educare i figli in un ambiente pacato e sereno, con legami indistruttibili anche di fronte ai <grandi uragani>. **L'ATTACCAMENTO DIPENDE MOLTISSIMO DALLA COMUNICAZIONE TESA A COSTRUIRE <UN NUCLEO INDISSOLUBILE>, TESO A TESSERE <UNA TELA INDISTRUTTIBILE>**.

Nell'Antico Testamento la comunicazione faceva parte integrante della vita di famiglia, quale Dio la intendeva (Deut 6; Sal 78; 127; 128).

Nelle famiglie ebraiche i bambini crescevano nell'ambito della vita familiare. Questo includeva anche

le relazioni sociali e i divertimenti, e contribuiva molto all'unità dei membri della famiglia fra loro. I valori morali venivano così tramandati da una generazione all'altra.

Nel nostro mondo occidentale, molte delle attività formative dei bambini si svolgono al di fuori della famiglia.

- ◆ Ad esempio, per l'educazione e l'istruzione provvede la scuola.
- ◆ Spesso i genitori non si preoccupano neppure di aiutare i figli a fare i compiti o di assicurarsi almeno che i compiti siano fatti.
- ◆ Spesso nemmeno si interessano molto di mantenere contatti con gli insegnanti dei figli e non partecipano alle attività scolastiche.
- ◆ L'istruzione spirituale spesso viene impartita anch'essa fuori di casa. Se non fosse per dei buoni insegnanti di scuola domenicale, per le riunioni dei giovani nella chiesa e per i campi estivi, spesso i bambini ed i giovani delle famiglie dei credenti ... saprebbero ben poco sulla Bibbia. Non si vuole con questo sminuire affatto l'importanza di queste attività, ma solo sottolineare il fatto che buona parte di ciò che i ragazzi imparano sulla Parola di Dio è impartito loro al di fuori dell'ambito familiare.
- ◆ Anche i divertimenti sono diversi per i vari membri della famiglia.
- ◆ Spesso i figli non fanno le vacanze insieme coi genitori, preferiscono andare con gli amici.. e i genitori glielo permettono (!): questo contribuisce a frammentare le attività e ad alienare i figli che non sembrano più apprezzare quello che piaceva ai loro genitori.

Dunque, la comunicazione (comunione) fra i vari membri della famiglia **dipende anche dalla quantità e dalla qualità di tempo che si passa insieme ... e dalle cose che si fanno insieme**, come, ad esempio, giocare, chiacchierare, cantare, leggere, fare passeggiate, fare insieme le vacanze, ecc.

Uno dei primi sintomi del peccato nella razza umana è stato un senso di imbarazzo e di freddezza che si determinò fra Adamo e Eva.

1. E' importante, se si vuole che ci sia una buona comunicazione fra i membri della famiglia, che **le relazioni siano chiare, senza ombre, riserve mentali, inganni... o distrazioni.**
2. Ogni tanto, è utile fare il punto della situazione (**VALUTAZIONI FAMILIARI**) per **valutare** a che punto sia la comunicazione in famiglia. Prova a chiederti:
 - ◆ Con chi mi sento libero di parlare?
 - ◆ Di che cosa posso parlare?
 - ◆ Quando qualcuno viene in visita a casa, le mie conversazioni e i miei atteggiamenti cambiano? Se sì, in bene o in male?
 - ◆ Come dimostriamo in famiglia gioia, dolore, rabbia, disappunto?
 - ◆ Come reagiamo quando qualcuno ci riprende?
 - ◆ Come reagiamo in famiglia ai bisogni di chi ci sta vicino ed a quelli di chi è più lontano?
 - ◆ Come reagiamo quando in famiglia qualcuno deve rinunciare a qualche privilegio o desiderio?

E' chiaro che le risposte a queste domande dipenderanno molto dalle regole e dai valori che si sono stabiliti nella famiglia stessa e che varieranno secondo la maturità morale e spirituale dei suoi componenti. Inoltre, probabilmente, subiranno dei cambiamenti col passare degli anni e dipenderanno dalla prontezza di ogni membro della famiglia a migliorare e crescere spiritualmente.

LA CHIAVE PER UNA BUONA COMUNICAZIONE

Prendiamo ad esempio la famiglia di Isacco e Rebecca, la cui storia si trova nei capitoli 27 e 28 della Genesi...: alla lunga essi divennero **UN CATTIVO ESEMPIO PER TUTTA LA FAMIGLIA, UN MODELLO DISASTROSO!**

La relazione dei genitori era cominciata molto bene (Gen 24), ma poi si era guastata. Col passare degli anni i coniugi non comunicavano più fra loro e ognuno si era scelto un figlio da prediligere, determinando così inimicizia e animosità fra i due ragazzi. Questa interruzione di comunicazione fra marito e moglie provocò inganni, ripicche e sfociò quasi in un fratricidio... che fu evitato solo con la separazione geografica dei due fratelli.

Cominciare bene è importante, ma non dà la certezza che tutto andrà sempre bene.

Ogni membro della famiglia dovrà fare costantemente e coscientemente uno sforzo per mantenere delle relazioni chiare e aperte con i suoi cari.

A volte non si parla e non si comunica per...

- ◆ pigritia: *“Non vale la pena di parlare di cose così insignificanti”*,

- ◆ ripicca o risentimento: "Mi ha trattato male e ora gliela faccio pagare!"
- ◆ permalosità: "Tanto non sarei capito!"
- ◆ commiserazione: "Tanto non sono capace di esprimermi"
- ◆ ecc

Quali i risultati? Si finisce per pagarne le conseguenze..., per soffrire e fare soffrire.

Un oggetto di legno o d'acciaio fatto con cura, anche se composto di varie parti, una volta sistemato non deve più essere ritoccato. Sta bene e basta, perché è statico.

La personalità umana non è statica, ma è dinamica, cioè cambia costantemente (**noi siamo sempre <planeti in movimento>** e cambiamo... spesso anche velocemente!).

Gli oggetti di legno e d'acciaio restano sempre uguali; le persone, invece, sono influenzate da circostanze e situazioni; **le relazioni fra le persone sono dinamiche.**

Nessuno di noi è oggi come era cinque anni fa (in realtà non è neppure esattamente come era cinque giorni fa o come POCHI MINUTI FA!). **Gli avvenimenti e le circostanze hanno provocato in noi dei cambiamenti, anche se pensiamo di aver "controllato tutto"!** Quando ci si rende conto che questo è vero non solo di noi, ma anche del nostro coniuge, dei nostri figli e genitori, si capisce perché **la comunicazione deve sempre essere costantemente aggiornata.** Lo stesso accade nella relazione fra il credente e Dio... Il Signore è vivente, perciò la nostra relazione con Lui **deve essere costantemente tenuta viva con la preghiera, la comunione nella lettura e lo studio della Parola di Dio.**

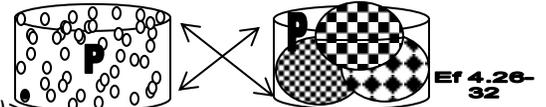
Dio comunica con noi, ci parla e ci insegna: noi rispondiamo alla Sua comunicazione.

Se permettiamo che il peccato si annidi nel nostro cuore, la comunione si interrompe ...e non è necessario commettere dei peccati grossolani perché questo avvenga. Basta molto poco!

La stessa cosa succede nella relazione di una coppia.

Più facile e comune il riempimento con <piccoli sassi> (P)

(<P> sta per <peccati-torti>)



Non è necessario commettere adulterio per creare dei problemi matrimoniali.

Basta un po' di trascuratezza o delle piccole disattenzioni nella comunicazione per aprire la strada a dei problemi seri. La relazione fra marito e moglie è determinante nell'atmosfera della casa e la capacità degli sposi di comunicare fra loro è determinante nella loro relazione, ma è facile che, in mezzo agli impegni e alle varie attività, soprattutto quando i bambini sono piccoli, **due sposi trascurino di parlare fra loro, di condividere pensieri e idee, di fare delle cose insieme.**

Purtroppo, spesso accade che **dei <sassolini> finiscono per <riempire il secchio familiare>** che, per mancanza di comunicazione, **non viene <svuotato tutte le sere>... per <azzerare> i torti giornalieri ed evitare <uno scoppio relazionale>!**

Spesso i coniugi si riducono a parlare solo di ciò che ha valore immediato, mentre si dovrebbe fare attenzione anche a parlare d'altre cose importanti.



LE 6 COMPONENTI ESSENZIALI

PER COSTRUIRE UN BUON DIALOGO:

1. **BISOGNA** DISCUTERE (DIALOGARE PER CAPIRSI, NON "GUERREGGIARE" PER SOPRAFFARE!) SULLE PRIORITÀ CHE SI VOGLIONO STABILIRE, SUL TEMPO E LE ENERGIE NECESSARIE PER MANDARLE AD EFFETTO.

- ◆ Il lavoro, gli impegni, gli affari devono essere valutati fra marito e moglie. Uno sforzo particolare dovrà essere fatto per capire e decidere fino a che punto il lavoro dovrà impegnare il marito (o la moglie), per non creare frizioni e problemi per i figli.
- ◆ Bisognerà parlare delle relazioni che si vogliono coltivare con amici e quanto tempo si vuole dedicare ai divertimenti e alle attività ricreative.
- ◆ L'ospitalità deve essere esercitata da ogni famiglia credente. Quanta gente si vuole invitare? Quante volte alla settimana, quanti soldi si devono spendere a questo fine? Quali ruoli deve avere ciascuno della coppia e quali i ruoli dei figli durante l'ospitalità?
- ◆ E' importante che la famiglia abbia del tempo libero e che si diverta insieme. ... Cosa fare? Quante volte alla settimana? Dove? Con chi?
- ◆ E' bene che marito e moglie pianifichino il tempo libero, in modo da usarlo bene e proficuamente: visite a un museo, allo zoo, gite per visitare paesi vicini al luogo in cui si abita; partecipazione a un concerto, gite al mare, passeggiate adatte ai figli e alla loro età, ecc.
- ◆ Poi si deve parlare di attività sociali a cui si vuole partecipare, al coinvolgimento nella Chiesa

locale. La Scrittura dice che non si deve abbandonare (disertare) la propria Assemblea (Ebrei 10:24,25) e gli sposi devono ricordarlo nel fare i loro piani comuni. Cosa faranno insieme moglie e marito per la Chiesa? Quanto tempo dedicherà il marito alle visite in casa di credenti? Quante in casa di non credenti? Quanto sarà impegnata la moglie in "ore felici" e gruppi di donne? Che cosa faranno i bambini o i figli grandi per essere utili all'opera del Signore? E' importante che moglie e marito sappiano chiaramente che cosa intendono fare e a cosa vogliono partecipare, in modo da evitare frizioni e malintesi.

- ◆ Purtroppo, alcune famiglie hanno sofferto per un eccessivo coinvolgimento dei genitori nelle attività della chiesa locale, mentre altre hanno perso molto perché i genitori non erano abbastanza impegnati e attivi e hanno dato un cattivo esempio ai figli: bisogna trovare <il giusto equilibrio>.

2. **BISOGNA STABILIRE DELLE METE.** Il matrimonio non comporta la rinuncia alla nostra personalità e alla nostra individualità. Dio apprezza e promuove la nostra crescita e la nostra realizzazione. È importante che marito e moglie perseguano degli scopi e si pongano delle mete che li aiutino a sfruttare i loro doni spirituali e i loro talenti naturali.

Se comunicheranno bene fra loro riusciranno a raggiungere le loro mete senza che queste alterino i loro rispettivi ruoli.

3. **BISOGNA PARLARE DEI SOLDI E DEL LORO USO.** Molte famiglie vanno male e si distruggono proprio a causa di divergenze su questo punto. Viviamo in una società in cui si dà molta importanza al denaro. Marito e moglie devono discutere e decidere come vogliono usare i loro soldi e la buona armonia su questo soggetto dipenderà soprattutto da quanto hanno capito di ciò che la Bibbia dice sulle **FINANZE E SU COME IL SIGNORE VUOLE CHE USIAMO I BENI CHE CI DÀ (USIAMO BENE I BENI CHE DIO CI PERMETTE DI AVERE!)**.

Il successo dipende anche da una buona amministrazione, da piani e preventivi realistici, nonché dall'impegno degli sposi, affinché piani e preventivi siano rispettati e mandati ad effetto. E' un gran peccato quando su questo punto non c'è armonia in casa e l'avidità o l'incuria prendono il sopravvento!

4. **BISOGNA PARLARE DI PARENTI E DI AMICI.** Tutti abbiamo bisogno di contatti umani e nel matrimonio è importante anche continuare ad avere dei buoni rapporti con i parenti e gli amici. Anche qui, però, c'è un pericolo...

Bisogna evitare di trovare rifugio e alleati in parenti o amici per cercare di risolvere problemi che dobbiamo risolvere fra le quattro mura di casa. Bisogna sempre tenere presente il "lascerà e si unirà" di Gen 2:24, anche e **SOPRATTUTTO** in relazione ai contatti affettivi e sociali.

Gli sposi dovranno adoperarsi in tutti i modi affinché le attenzioni da dedicare ai loro stessi figli, o ai genitori anziani, non turbino o sciupino la loro buona relazione in famiglia.

5. **BISOGNA DISCUTERE SULL'EDUCAZIONE DEI FIGLI.** I genitori devono parlare fra loro e pregare molto per educare i loro figli con sapienza e soprattutto per avere armonia di vedute e di intenti.

I genitori **non** devono dare ordini e contrordini, non devono demolire ciò che uno di loro sta costruendo. E' necessario capirsi bene per non creare disarmonie che poi sfociano in danni verso i figli.

Il libro dei Proverbi (1:8) dice chiaramente che sia il padre che la madre insegnano. Bisogna perciò che in questo sforzo comune ci sia una buona intesa ... a monte di tutto.

6. **BISOGNA COMUNICARE SULLA PROPRIA RELAZIONE SESSUALE.** L'intimità sessuale è influenzata da ogni altra sfera della vita matrimoniale. Perciò deve essere mantenuta bella e soddisfacente per ambedue i coniugi. Per questo bisogna parlarne e capirsi, altrimenti subentrano frustrazioni o conflitti che sciupano questa dimensione così delicata della relazione. Non si devono nascondere per falsi pudori o inutili reticenze le proprie insoddisfazioni o le possibili delusioni in questo settore.

Il nostro coniuge sa con certezza solo quello che gli diciamo: non deve andare avanti <per supposizione>. Una relazione sessuale senza comunicazione può finire nell'impotenza, o la frigidity, o continuare nel disgusto.

Spesso si confonde LA RELAZIONE SESSUALE con IL RAPPORTO SESSUALE: questo è grave e determina molti scompensi nella coppia!

Infatti, la relazione sessuale dura 24 ore al giorno fino alla morte, mentre il rapporto sessuale dura pochi minuti...

Inoltre, sarebbe grave se in tale settore la moglie <subisse> il marito e viceversa: per questo bisogna

parlarne spesso (anche in questo settore cambiamo...!).

PRINCIPI PER COMUNICARE BENE

Ecco alcuni principi biblici che favoriscono una buona comunicazione fra marito e moglie esattamente come determinano una buona comunicazione fra il credente ed il Signore.



I SETTE PRINCIPI DEL DIALOGO PER UNA RELAZIONE ARMONIOSA

1. **NON CESSARE MAI DI PREGARE** (1 Tessalonicesi 5:17). La **preghiera in comune** e personale favorirà comprensione e comunione spirituale. Come è importante la comunicazione costante con Dio, così lo è altrettanto col proprio coniuge.
2. **ASCOLTARE E RISPONDERE** (Salmo 27:7). Il credente parla col Signore e aspetta da Lui risposte e guida. Nello stesso modo, marito e moglie si devono disporre a **comunicare non come rivali**, ma con l'intima convinzione che saranno capiti e che riceveranno dal loro compagno l'aiuto necessario. Dobbiamo imparare ad ascoltare prima di parlare o di rispondere!
3. **ESSERE UMILI**: Isaia 29:19. L'umiltà NON é mai troppa e deve riguardare <il cuore>, non la <faccia>: l'arroganza e l'alterigia combinano sempre molti disastri!
4. **ESSERE SINCERI** (Giacomo 5:16). Il Signore non apprezza la superbia. Chi si avvicina a Lui deve capire e confessare di essere un peccatore. Un marito e una moglie che non sono **pronti ad ammettere i propri torti e confessare l'uno all'altro i propri peccati**, hanno pochissima probabilità di raggiungere una buona comunicazione e di realizzare la vera comunione (relazione armoniosa). Talvolta si scopre che certe coppie dormono nello stesso letto ma sono lontani <anni luce> tra loro!
5. **AVERE FIDUCIA DI ESSERE ACCOLTI E CAPITI** (Mat 11:25-30). Il Signore ci ha invitato ad andare da Lui portando ogni peso che ci aggrava. Nello stesso modo, per una buona comunicazione bisogna che marito e moglie imparino ad **accogliersi e ad accettarsi** col profondo desiderio di fare del bene l'uno all'altro e sostenersi a vicenda. Quando ti sei sposato hai accolto ed accettato il tuo coniuge: se ora non è più così nel tuo cuore... è colpa tua!
6. **AVERE DEI MOTIVI GIUSTI** (Giac 4:3,4). A volte ci rivolgiamo al Signore in preghiera e preghiamo per dei fini egoistici o edonistici: in tali casi non dobbiamo sperare di ricevere nulla! Quando comunichiamo col nostro coniuge dobbiamo **esaminare bene i nostri motivi** e fare attenzione ad avere l'atteggiamento del Salmo 139:23,24: solo in tal caso la riuscita è sicura!
7. **ESSERE RICONOSCENTI** (Fil 4:6). Il Signore ci insegna a ringraziare sempre e ad essere grati. Nel comunicare, dovremmo imparare ad apprezzare quello che riceviamo dal nostro coniuge e dovremmo abituarci anche ad **esprimere ad alta voce la nostra riconoscenza**. Talvolta, invece di essere grati si è lamentosi...

Una buona comunicazione crea una buona famiglia, mentre l'incapacità di comunicare o il comunicare male sono spesso causa di molte catastrofi matrimoniali. E' importante ricordare che la ragione delle separazioni e dei divorzi è la durezza del cuore umano, la mancanza di relazione armoniosa nei vari settori (COMUNIONE). (Mt 19:8). Talvolta, tutto comincia col <dare per scontate> delle cose che, a lungo andare, si scoprono essere del tutto sbagliate e irritanti!

Che il Signore ci aiuti a migliorare sempre nella comunicazione per il bene nostro e dei nostri cari: cerchiamo di realizzare una relazione armoniosa che significhi comunione vera!

TALVOLTA, DOPO TANTI ANNI DI MATRIMONIO, LA COPPIA SI CONOSCE ANCORA MOLTO

APPENDICE

LE SETTE REGOLE PER IMPARARE A LITIGARE BENE:

1. Prima di affrontare un problema, tutti e due i coniugi devono avere la certezza che sia il **momento giusto per farlo**. Questo richiede una buona disciplina sia mentale che spirituale e serve ad evitare che i due cerchino di risolvere il problema in un luogo non adatto e in un momento inopportuno e perciò si facciano più del male che del bene.
2. Ricordare che **lo scopo finale della discussione** non è vedere chi abbia ragione o torto, ma arrivare a capirsi meglio.
Gli sposi si sono impegnati ad aiutarsi reciprocamente e appartengono alla stessa squadra. Non si tratta quindi di proclamare un vincitore, ma di migliorare le proprie relazioni.
3. **Controllare spesso le proprie armi** e assicurarsi che non siano mortali.... Un tempo, nei castelli feudali, si facevano dei duelli come "giochi di guerra", in cui i contendenti avevano lo scopo di mostrare la propria capacità, ma non di uccidere, come si faceva invece in guerra. Marito e moglie devono fare attenzione alle loro armi, per non ferire o fare del male. I peccati che si compiono con la lingua e le ferite che si possono procurare con le parole, ad esempio, sono da evitare. La forza della relazione fra Abrahamo e Sara era che essi potevano continuare a comunicare anche quando fra loro c'erano dei grossi problemi di intesa.
Fra sposi che vogliono seguire la Bibbia e piacere al Signore noi ci può essere posto per parole dure o taglienti.
4. **Abbassare il volume della voce**, anziché alzarlo.
In una discussione, è facile diventare così coinvolti emotivamente da contare più su quanto forte si può gridare che su quanto saviamente si può ragionare. Gli strilli non hanno mai contribuito al buon esito di una conversazione, sono solo indice di PASSIONALITA', CAFONAGGINE E INFANTILISMO (sono i bambini che strillano quando non sono assecondati!)
5. **Non discutere mai in pubblico** e non parlare ad altri dei propri fatti privati. Una rabbia incontrollata può procurare dei grossi danni, soprattutto quando le lamentele sono espresse in pubblico. Il libro dei Proverbi dice che "lo stolto dà sfogo a tutta la sua ira" (29:11) e che rivangare i torti "disunisce gli amici migliori (17:9).
6. **Accettare un armistizio** appena l'altro lo chiede.
Quando uno dei due coniugi ha l'impressione che si stia discutendo a vuoto e che non si raggiunga nessun accordo, è certamente giusto permettersi una tregua finché non si può affrontare il problema in modo più proficuo, E RIMANDARE OGNI "PROSEGUIMENTO" AD UN TEMPO FUTURO, DOPO PREGHIERA E RIFLESSIONE AI PIEDI DEL SIGNORE! "Beati coloro che si adoperano alla pace..." dice la Bibbia: questo pensiero deve essere tenuto presente nelle discussioni.
7. Quando si raggiunge un accordo **non si deve tornare più sull'argomento** sempre che i due

coniugi non credano che sia necessario riprenderlo: mai "disseppellire i morti"!

Esame Nr. 8: COMUNICARE IN FAMIGLIA

Indica nello spazio apposito la lettera corrispondente alla risposta esatta.

1. **La salute e la forza morale di una famiglia dipendono**
 - a. Da quanti soldi ci sono da spendere
 - b. Dal numero dei figli che si hanno
 - c. Da quanto i suoi membri riescono a comunicare fra loro
 - d. Da come vestono i diversi membri della famiglia
2. **Oggi la maggior parte dell'educazione religiosa che un bambino riceve avviene**
 - a. Nell'ambito della famiglia
 - b. In chiesa, nei campeggi, nella Scuola domenicale
 - c. Fra parenti
 - d. Per mezzo dei contatti con amici
3. **Le famiglie ebraee avevano uno stile di vita che**
 - a. Favoriva la comunicazione
 - b. Impediva l'espressione di sentimenti
 - c. Imponeva l'ubbidienza assoluta da parte della moglie
 - d. Prevedeva una specie di dittatura da parte del padre
4. **Dai capitoli 27 e 28 della Genesi capiamo che**
 - a. Isacco comunicò bene con sua moglie per tutta la vita
 - b. Isacco e sua moglie facevano parzialità verso i figli
 - c. Isacco benedisse Esaù per sbaglio
 - d. Isacco era ancora giovane quando benedisse Giacobbe
5. **Quale delle seguenti affermazioni NON è vera riguardo alla comunicazione tra coniugi?**
 - a. Ogni persona cambia continuamente
 - b. Comunicare regolarmente è importante
 - c. Trascurare la comunicazione può portare a seri problemi
 - d. Non è necessario che entrambi i coniugi si impegnino per mantenere una comunicazione efficace l'uno con l'altro
6. **In Ebrei 10:24,25 impariamo che**
 - a. I credenti non hanno bisogno di riunirsi insieme regolarmente
 - b. E' importante che i credenti si riuniscano per incoraggiarsi
 - c. Dio ci ama ed ha un meraviglioso piano per noi
 - d. d. Dovremmo aspettare che gli altri ci incoraggino prima di incoraggiare noi gli altri
7. **Secondo questo corso, è importante che la coppia**
 - a. Si limiti a discutere di problemi finanziari
 - b. Se non ha un rapporto soddisfacente, cerchi soddisfazione presso altri familiari o fuori casa
 - c. Discuta e valuti come e da chi i propri figli impareranno le verità bibliche
 - d. Cerchi di evitare di parlare di problemi sessuali
8. **In 1 Tessalonesi 5:17 impariamo che la preghiera**
 - a. E' importante per godere di buona salute
 - b. Dovrebbe essere continua
 - c. E' più difficile di quanto sembra a prima vista
 - d. Porterà a molte benedizioni
9. **Secondo Fil 4:6 quale di questi principi è importante nella preghiera?**
 - a. Dovremmo preoccuparci dei nostri problemi finché non sono risolti
 - b. Dovremmo presentare a Dio le nostre richieste in preghiera, con ringraziamento
 - c. Dovremmo pregare tre volte al giorno come faceva Daniele
 - d. Dovremmo pregare pubblicamente ogni volta che ci riuniamo con i fratelli
10. **Quale testo parla della necessità di essere limpidi e sinceri quando preghiamo?**

a. Giacomo 5:16		c. Salmo 139:23,24
b. Giovanni 16:24		d. Filippesi 4:19

CHE NE PENSI?

Secondo te, in quali modi pratici la famiglia può partecipare unita nella comunione fraterna e nel ministero della Chiesa?