

O DEVER DE SE SENTAR



Equipas de Nossa
Senhora

ÍNDICE

Introdução	3
I - Onde provém o DSS?	4
1 – Uma vontade do Padre Caffarel	4
2 – As raízes bíblicas	6
3 - O DSS, sempre muito atual no pensamento contemporâneo	7
II - Porquê fazer o DSS?	8
1 – Resposta do Padre Caffarel às dificuldades constatadas nos casais	8
2 – Objetivos do DSS dados pelo Padre Caffarel	9
3 – Porquê o DSS é bom para cada um dos membros do casal	10
4 - Porquê dever ?	10
5 - Porquê sentar-se?	10
III - Como fazer o DSS?	12
1 – Prever	12
2 – Preparar	12
3 – Instalar-se	13
4 – Rezar	14
5 – A comunicação	15
6 - Exemplos de questões para alimentar o DSS	16
7 – As nossas Resoluções e a Regra de vida	17
8 – Por fim, dar Graças	18
IV – Dificuldades	19
1 – Falta de benevolência	19
2 – Obstáculos exteriores	19
3 - Erros mais frequentes	19
4 - Caminhos para ultrapassar as dificuldades	20
V - Os frutos	21
Conclusão, Palavras chaves	23



**Equipas de Nossa Senhora
2015**

INTRODUÇÃO AO DSS

Uma das intuições maiores do Padre Caffarel, para se viver a comunicação no casal, é o Dever de Se Sentar (DSS). Este DSS é a proposta mais **específica do Movimento das Equipas de Nossa Senhora** (ENS). Faz parte do conjunto dos 6 pontos concretos de esforço (PCE) que formam os alicerces da pedagogia das ENS, oferecida para fazer progredir cada um e cada casal na sua fé e na sua espiritualidade conjugal, inovação pastoral do Padre Caffarel.

O DSS tem como objetivo ajudar o casal a **“encontrar em cada mês o tempo para um verdadeiro diálogo conjugal, sob o olhar do Senhor”** (Padre Caffarel). Possibilita um frente a frente (um tête à tête) para sugerir, para se questionar, para se observar e para se escutar. Ajuda a rezar e a amar-se mais profundamente.

Este ponto concreto de esforço particular deu a conhecer o Movimento a numerosos cristãos e criou o desejo a alguns casais de também eles fazerem parte das Equipas de Nossa Senhora.

Esperamos que a leitura deste opúsculo permita a cada um receber as graças que Deus nos concede através da prática do DSS.

I. Donde provém o DSS?

1 – Uma vontade do Padre Caffarel

Em 1939, o Padre Caffarel criou em Paris a primeira equipa de Nossa Senhora, com 4 casais desejosos de viver plenamente o seu casamento cristão. Seis anos mais tarde, em 1945, nasce a ideia da Carta a que o Padre Caffarel chama de lei da exigência. Inspira-se nas ordens religiosas que se apoiam numa regra para serem amparados no seu caminho para a santidade, o que previne os seus membros contra as quedas, o desânimo e a desistência. Ele conclui «falta-nos, pois, uma regra» para se evitar o desmoronamento.

Face às exigências propostas pelo Padre Caffarel, um terço dos equipistas rejeitou-as, o que, na ocasião, lhe pareceu desencorajador. Mas no decurso dos anos seguintes, as equipas que não seguiram as exigências propostas dissolveram-se, enquanto as equipas cujos casais aceitaram as exigências mantiveram-se e prosseguiram firmemente. Foi assim que foi publicada a Carta das Equipas em 1947, que contém a «Disciplina das equipas», e os «Deveres de cada casal».

Estamos em 1945. O Padre Caffarel anima já desde há alguns anos grupos de casais - que se tornarão nas Equipas de Nossa Senhora. Dá-se conta da dificuldade experimentada pelos membros casal para comunicarem entre si, designadamente no plano espiritual. Como facilitar esta comunicação absolutamente vital para o casal? A faísca da inspiração brotou um dia, ao ler São Lucas. E ele escreveu esta nota: "Um dever desconhecido"

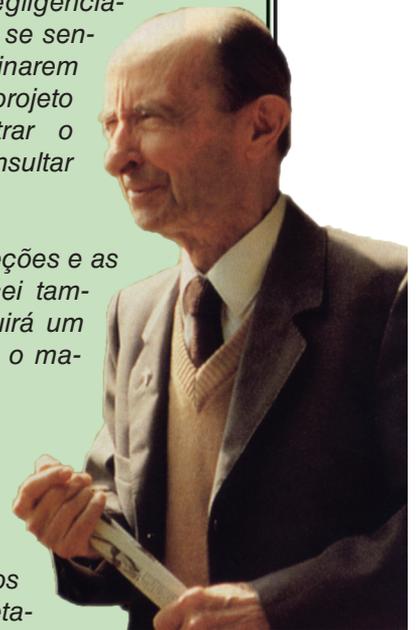
«Cristo, no capítulo 14 de São Lucas, convida os seus ouvintes à prática do dever de se sentar. Hoje, no século da velocidade vertiginosa, é mais oportuno que nunca preconizar este dever desconhecido...

[...]Antes de empreenderem a construção do vosso casal (e do vosso lar) haveis confrontado os vossos pontos de

vista, avaliado os vossos recursos, materiais e espirituais, elaborado um plano. Mas será que desde que iniciaram este projeto, não terão negligenciado demais o ato de se sentarem para examinarem conjuntamente o projeto realizado, reencontrar o ideal entrevisto, consultar o Mestre de Obra?

Conheço as objeções e as dificuldades, mas sei também que a casa ruirá um dia se não se vigia o madeiramento.

[...]Para se prevenir a rotina, há um outro meio do qual quero falar-vos um pouco mais deta-



lhadamente. Abri a vossa agenda e tal como marcaríeis nela um concerto ou uma visita a amigos, agendai um encontro convosco mesmos; e que fique claro que essas duas ou três horas são «tabu»... digamos sagradas, é mais cristão! E não admitais que uma razão, que não vos faria suprimir um serão na cidade, ou desmarcar um jantar de amigos em vossa casa, vos faça faltar a esse encontro convosco mesmos.

Como utilizar essas horas? Primeiramente, decidi que não estais apressados; uma vez não faz regra! Deixai a margem, ide para o mar alto, é necessário, a todo o custo, mudar de cenário e esquecer as preocupações. Lede juntos um capítulo criteriosamente escolhido e guardado para esta hora privilegiada.

A seguir – ou antes – rezai um longo momento. Que cada um, se possível, faça em voz alta, uma oração pessoal e espontânea: esta forma de oração, sem depreciar outras, aproxima miraculosamente os corações.

Assim, entrados na paz do Senhor, dizei um ao outro esses pensamentos, essas mágoas, essas confidências, que não é fácil, e frequentemente nem desejável que se façam, no decurso dos dias ativos e agitados, e que, por consequên-

cia, seria perigoso encerrar no segredo do coração, pois, sabe-lo bem, há silêncios inimigos do amor. Mas não vos detenhais apenas em vós mesmos nem nas preocupações atuais, fazei uma peregrinação às origens do vosso amor, reconsiderai o ideal entrevisto quando iniciastes a caminhada conjunta, com uma passada alegre. Renovai o vosso fervor. A seguir, retornai ao presente, confrontai o ideal e a realidade, fazei o exame de consciência do casal – eu não digo o vosso exame de consciência pessoal, – tomai resoluções práticas e oportunas para sarar, consolidar, rejuvenescer, arejar, abrir o casal. Tragam a esse exame lucidez e sinceridade; ide até às causas do mal diagnosticado. Porque não dedicardes também alguns instantes a meditar sobre cada um dos vossos filhos, pedindo ao Senhor que ponha o vosso coração a olhar com os Seus olhos, segundo a sua promessa, a fim de os ver e os amar como Ele, para os conduzir, segundo os Seus projetos. E por fim, e sobretudo, interrogai-vos se Deus é de facto o primeiro a ser servido, no vosso lar. [...] Não tendes mais nada a dizer? Calai-vos os dois, este não será talvez o momento menos proveitoso. Lembrai-vos, a propósito, destas palavras de Maeterlinck: “Ainda não nos conhecemos, ainda não ousámos calar-nos juntos.”

Henri Caffarel , 1945»



2 - As raízes bíblicas

Ideia prática: estes textos podem ser lidos como oração de introdução ao DSS

A mais clara explicação do Dever de Se Sentar e do seu carácter indispen-

sável é-nos dada por São Lucas, citado pelo próprio Padre Caffarel.

«Quem dentre vós, querendo construir uma torre, não se senta primeiro para calcular a despesa e ver se tem com que a concluir? Não suceda que, depois de assentar os alicerces, não a podendo acabar, to-dos os que virem comecem a troçar dele, “dizendo: ‘Este homem come-çou a construir e não pôde acabar.’ Ou qual é o rei que parte para a guerra

contra outro rei e não senta primeiro para examinar se lhe é pos-sível com dez mil homens opor-se àquele que vem contra ele com vinte mil? Se não pode, estando o outro ainda longe, manda-lhe embaixado-res a pedir a paz. Assim, qualquer de vós, que não renunciar a tudo o que possui, não pode ser meu discípulo.»

Lc 14, 28-33

São Mateus explica as origens da fundação do casal retomando no seu Evangelho (19, 4-6) os versículos do Génesis (2, 22-24)

Sentar-se e refletir permite que não se construa a vida a despachar, (apressadamente) mas antes, de maneira durável,

sobre o rochedo, como no-lo diz São Mateus, no capítulo 7

«Todo aquele que escuta estas mi-nhas palavras e as põe em prática é como o homem prudente que edifi-cou a sua casa sobre a rocha. Caiu a chuva, engrossaram os rios, sopra-ram os ventos contra aquela casa; mas não caiu, porque estava fundada sobre a rocha. Porém, todo aquele que escu-

ta estas minhas palavras e não as põe em prática poderá comparar-se ao insensato que edificou a sua casa so-bre a areia. Caiu a chuva, engros-saram os rios, sopraram os ventos contra aquela casa; ela desmoro-nou-se, e grande foi a sua ruína.»

Mt 7, 24-27

3 - O DSS, sempre muito atual no pensamento contemporâneo

Mesmo sem o nível de intuição do Padre Caffarel, damos-nos perfeitamente conta de que alguns casais não avançam, ou até mesmo se destroem, devido à ausência de diálogo. De facto, à pergunta «**Porque é que o vosso casamento fracassou?**», uma muito elevada proporção de pessoas **divorciadas** responderam: por causa da «má comunicação». A ter fé nesta constatação, a comunicação conjugal é essencial no casal e a ausência de diálogo é, hoje, sem sombra de dúvida, uma das causas essenciais da fragilidade dos casais..

Existem muitas **outras formas de comunicação e de intercâmbio** entre os cônjuges, mas a presença de Deus convida a participar no diálogo durante o DSS e a renovar as graças do sacramento do casamento o que transforma em momento único este diálogo conjugal particular. No «Dever de Se Sentar», o termo dever lembra a exigência, a necessidade de recorrer à vontade, para se ser fiel a esse dever. Mas também se poderá

falar no «Prazer de Se Sentar», quando se reconhece que ele fornece numerosos benefícios.

Em 1977, por ocasião da **reactualização da Carta**, 6 pontos concretos de esforço (PCE), chamados também «deveres», foram claramente definidos. Ainda hoje, há quem se pergunte, por vezes, se o Movimento não deveria ser menos exigente na aplicação dos PCE, para não assustar os equipistas, que poderiam abandonar as Equipas. Mas, como cada um pode vivê-lo na sua equipa de base e/ou ouvi-lo em numerosos testemunhos, a prática dos PCE e a sua exigência (vida com gradualidade) são as ferramentas mais preciosas desta espiritualidade conjugal. A aprendizagem faz-se progressivamente, interiorizando a par e passo, compreendendo progressivamente melhor a mística e o alcance destas exigências fundamentais para o crescimento da espiritualidade conjugal dos casais que querem convidar o Senhor a fazer com eles o caminho do Amor.

II. Porquê o DSS?

1 - Resposta do Padre Caffarel às dificuldades constatadas nos casais

Estas dificuldades podem ser:

– As Incompreensões, a impaciência, o amor-próprio, os egoísmos, os mal-entendidos, os silêncios, que surgem ao longo da vida matrimonial.



– As dificuldades para os esposos se reencontrarem, pois podem estar muito absorvidos pelas suas profissões, pelos seus filhos, pelos seus compromissos, pelas responsabilidades do-

mésticas, pelos horários diferentes, pela fadiga e pela tentação de cada um se encerrar em vidas paralelas.

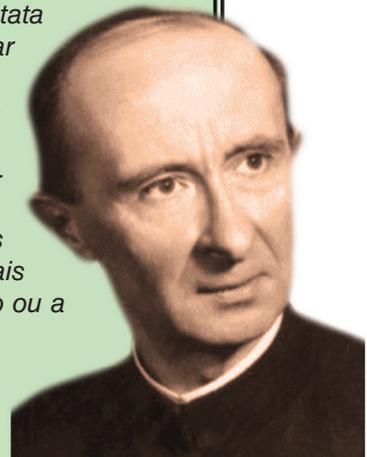
– O esquecimento de dar expressividade ao amor, que está sempre em construção, de o expressar por meio de palavras e gestos, para que ele não estiole, não enfraqueça, para que não se extinga o entusiasmo inicial.

– A precariedade do trabalho, uma realidade mais atual, é fonte de insegurança, nefasta ao bom ambiente familiar.

«No casal onde não se arranja o tempo de parar para refletir, muito frequentemente a desordem, material e moral introduz-se e instala-se insidiosamente; a rotina apropria-se da oração em comum, das refeições e de todos os ritos familiares, a educação reduz-se a reflexos de pais mais ou menos nervosos; a união abre brechas, notam-se estas deficiências e muitas outras, não exclusivamente nos casais sem formação, desconhecedores dos problemas da educação e da espiritualidade conjugal, mas também nos casais que são considerados como competências nas ciências familiares e são-no de facto... teoricamente. Por não

tomarem o distanciamento necessário, os esposos deixam de ver aquilo que o visitante constata mal acaba de franquear a entrada da casa, este deixa-andar ao qual os amigos por vezes se referem entre eles, desolados, não ousando falar do assunto com os interessados, dos quais temem a incompreensão ou a susceptibilidade.»

**Padre Caffarel,
Um dever
desconhecido, 1945**



TESTEMUNHO:

«Não exagero se disser que o dever de se sentar é para o nosso casal o único momento em que, este ano, tivemos a ocasião de cavaquear tranquila e seriamente. De facto, na sequência dum trabalho que lhe absorve todos os momentos livres, o meu marido vive completamente fora de casa. Deito-me antes dele e ele levanta-se antes de mim. Assim, a necessidade do dever de se sentar impõe-se-nos, a nós, com uma intensidade muito especial.»



Daí ressalta a necessidade de consagrar o tempo necessário para um encontro de um com o outro, na presença do SENHOR.

«Vê-se mal a andar, pior ainda a correr.
Daí a necessidade de se sentar...»

Um pegador de retiro

De facto, em muitos casais o diálogo parece estar presente, mas na realidade, ele não existe senão para as questões do quotidiano

2 - Objetivos do DSS dados pelo Padre Caffarel

« Mas será que desde que iniciaram este projeto, não terão negligenciado demais o ato de se sentarem para examinarem conjuntamente o projeto realizado, reencontrar o ideal entrevisto, consultar o Mestre de Obra?»

*Henri Caffarel,
O Dever de Se Sentar, 1945*

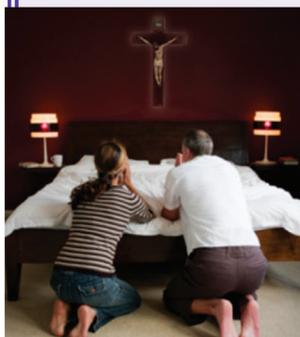
- Reencontrar o ideal entrevisto
- Consultar o Mestre de obra (Lc, 14,28-30)
- Lutar contra a rotina
- Tomar distanciamento
- Descobrir Cristo a agir e a falar no lar
- Enriquecer as nossas espiritualidades diferentes no coração do nossa casal, em vez de as opor
- Ajustar-nos

3 - Porquê o DSS é bom para cada um dos membros do casal

A prática do DSS não visa a fusão das personalidades dos cônjuges. Muito pelo contrário, o DSS requer o reconhecimento da alteridade do nosso cônjuge em relação a nós.

Procura evitar a dominação de um pelo outro, assim como a anulação de um face ao outro. É preciso que cada um dos dois cresça humildemente, juntos, na presença do Senhor e dê o espaço para crescimento do outro.

TESTEMUNHO:



«O facto de termos conseguido expor juntos os nossos problemas e as nossas dificuldades, na presença de Deus, e sem nos aborrecermos um ao outro, leva-nos a cultivar a compreensão e o respeito pelo ponto de vista do outro. Um assunto abordado durante o DSS com uma atitude de cônjuges cristãos, é recebido com simpatia e boa vontade e já não lançamos um sobre o outro a causa dos problemas. Agora, possuímos o segredo duma vida de casal harmoniosa, na oração e na palavra de Deus.»

4 - Porquê dever?

O DSS atesta a nossa determinação de fazer crescer o nosso amor. O amor não é apenas desejo e atração, é também vontade de construir, é por isso que se fala de dever. Há dias em que é difícil,

é por isso que se fala de dever. Compreender a necessidade do DSS, é ter vontade de amar melhor.

Não há progresso sem exigência.

5 - Porquê sentar-se?

Porque certos assuntos correm o risco de serem postos de lado, pois embora atinjam as nossas aspirações profundas, nada nos incita a abordá-las. É uma ocasião para se discutir assuntos difíceis (ou delicados), como a sexualidade, por exemplo.

não pomos em questão a imagem que temos do nosso cônjuge.

Porque sem insistência no diálogo,

Porque sem o aprofundamento livremente escolhido, nem sempre descobrimos outras vias de diálogo e debatemo-nos sempre com as mesmas dificuldades

Porque é um meio para sustentar o nosso amor de um pelo outro, para se estar em comunhão na presença de Deus

Porque nós nos comprometemos diante de Deus, o que significa que também Ele toma parte na construção do nosso

casal, nos ajuda a construir uma relação profunda no diálogo e no amor.

Porque o DSS é um momento para se escutarem seriamente um ao outro.

Quando se é escutado é-se verdadeiramente apreciado

TESTEMUNHO:

«E quando nos zangamos, sabemos que há um meio para se resolver o problema: convocar um DSS. E quando eu falo ele/ela escuta-me. E tudo termina nas nossas orações. Isto lembra-nos permanentemente o nosso casamento, como uma espécie de memorial privilegiado deste nosso sacramento, fonte de graças.»



Porque é um tempo passado juntos, marido e mulher, sob o olhar do Senhor, para dialogar em verdade e com serenidade. Este tempo de expressividade dos sentimentos e dos pensamentos entre os esposos proporciona melhor conhecimento e melhor entreaajuda.

Porque o DSS nos ajuda a desvendar-nos pouco a pouco ao nosso cônjuge. Ajuda os esposos a conhecerem-se melhor, a encorajarem-se mutuamente, o mesmo se passando no crescimento espiritual, pela abertura dos dois à escuta da palavra de Deus, ao acolhimento de toda a riqueza do outro, descobrindo as maravilhas do amor de Deus que se revela no Amor do seu casal!

Porque certas dificuldades não se expressando podem transformar-se em verdadeiros problemas.

Porque nos põe em comunhão um com o outro, e os dois com Deus, trazendo a sua presença para toda a nossa vida : os projetos, os sonhos, as alegrias, as tristezas, os sucessos e as dificuldades.

Porque o DSS evita a rotina da vida conjugal e mantém jovens e vivos o amor e o casamento. O seu valor é reconhecido por todos os casais que o praticam. Reconhecem neste encontro dos dois uma oportunidade para se amarem mais.

Porque permite que se faça o ponto da situação sobre o passado, se analise a vida conjugal e familiar, se façam projetos para o futuro e se converse sobre o ideal que os esposos escolheram.

III. Como fazer o DSS?

Não há **uma fórmula fornecida e pronta** ou um esquema que se deva seguir para este encontro mensal. O essencial é que cada casal descubra a sua própria maneira de fazer, aquela que mais lhes convém. Deve cuidar de a renovar regularmente, cada mês, com a finalidade de aprofundar o seu amor por Deus e o seu amor mútuo.

Alguns casais encontram dificuldades no início, um diante do outro, por ti-

meidez, por insegurança ou por um outro motivo. Certamente, todos nós tivemos já essas dificuldades, ou mesmo esses malentendidos. **Mas o DSS é feito de muito mais do que um diálogo entre esposos. Ele vive-se a três, os esposos e o Senhor. E só se pode realizar sob o Seu olhar.**

No entanto, há regras que se podem seguir, que são úteis e tornam possível um intercâmbio sincero e frutuoso.

1- Prever

Marcar um encontro na sua agenda, cada mês. Reservar um tempo particular para os dois; não estar apressado, conceder-se tempo gratuito. O DSS é

uma reflexão sobre a vida de casal, feita na presença de Deus e torna-se enquanto tal, um presente precioso entre cônjuges.

TESTEMUNHO:



«Deve comparecer-se ao DSS não como se fosse uma mesa de trabalho, mas como se fosse um encontro de namorados, com todo o mistério das descobertas futuras, mas também com todo o adquirido das riquezas secretas que o ser amado nos convidou a partilhar.»

2- Preparar

Comunicar com o cônjuge não é tão natural como parece, se se quer ser construtivo sem ferir o outro e lançar-lhe

um olhar de amor. Um excelente método consiste em **pensar previamente no assunto:**

- Arrolar os pontos a abordar
- Colocar-se no lugar do outro(a), com tudo o que se conhece dele(a): como lhe dizer de maneira a ser entendido(a) sem que ele(a) se sinta ferido(a)?
- Adotar um **comportamento amoroso, sincero e aberto**. Na realidade, não é sempre fácil, principalmente nos mo-

mentos de fadiga, de frustração ou de discórdia.

- Poderá ser necessário abordar um assunto difícil ou sensível.

Por vezes, pode ser necessário adiar um DSS já programado. É importante que esse encontro seja desejado e que se preparem para esta partilha. Eis porque é tão importante **garantirem-se os meios para um «bom» DSS**.



3- Instalar-se

- Procurar um lugar propício, calmo, isolado. Talvez em casa, ou num passeio, no comboio, à beira mar, no restaurante, no campo.
- Criar um clima favorável, acender uma vela, pôr-se em frente dum ícone.
- **Desligar e apagar o telefone.**



São Paulo, melhor que ninguém, na sua carta aos Colossenses, dá instruções precisas sobre as qualidades indispensáveis a cada um para conduzir um diálogo conjugal verdadeiro, sereno, em postura de escuta, cheio de humildade et de doçura:

«Como eleitos de Deus, santos e amados, revesti-vos, pois, de sentimentos de misericórdia, de bondade, de humildade, de mansidão, de paciência, suportando-vos uns aos outros e perdoados mutuamente, se alguém tiver razão de queixa contra outro. Tal como o Senhor

vos perdoou, fazei-o vós também. E, acima de tudo isto, revesti-vos do amor, que é o laço da perfeição. Reine nos vossos corações a paz de Cristo, à qual fostes chamados num só corpo. E sede agradecidos.»

Col 3, 12-15

«Irmãos, se porventura um homem for apanhado nalguma falta, vós, que sois espirituais, corrigi essa pessoa com espírito de mansidão; e tu olha para ti próprio, não

estejas também tu a ser tentado. Carregai as cargas uns dos outros e assim cumprireis plenamente a lei de Cristo.»

Gal 6, 1-2

O amor e o perdão, vividos e alimentados, possibilitam-nos suportar os fardos uns dos outros, como aconselha São Paulo na sua carta aos Gálatas:

4- Rezar



A oração é o momento fundamental do DSS. O Padre Caffarel insiste neste ponto primordial.

«A seguir – ou antes – rezai um longo momento. Que cada um, se possível, faça em voz alta, uma oração pessoal e

espontânea: esta forma de oração, sem depreciar outras, aproxima miraculosamente os corações»

Colocar-se em silêncio sob o olhar de Deus e amá-lo.

Convidar o Senhor para o nosso encontro para nos levar a abrir-nos um ao outro e para criar um clima espiritual de caridade e de humildade.

Pedir que nos encha da sua graça

Rezar ao Senhor para nos guie nas nossas reflexões e no nosso discernimento.

Pedir perdão sinceramente por tudo aquilo que possa ter ferido o nosso cônjuge.

TESTEMUNHO:

«Creio que é preciso sobretudo preparar no nosso coração a atmosfera do DSS pela alegria e pela oração para logo de seguida lhe imprimir um ambiente simultaneamente distendido e espiritual.»



«Bendito sejas Senhor

Pelo nosso desejo de nos amarmos sempre

Por este amor partilhado

Pela nossa alegria de hoje».

5- A comunicação

No tema de estudo « A Mística dos Pontos Concretos de Esforço, lê-se:

«É muito importante, durante o DSS lembrar e sublinhar os aspetos positivos do casamento e da família, as rea-

lizações pessoais, os momentos a celebrar ! Um casamento cheio de alegria é um casamento feliz!»

TESTMUNHO:

«Temos a tendência de nos acharmos cada um mais culpado que o outro, o que não é um dos menores benefícios do DSS feito na presença de Deus [...] Adquirimos o hábito de irmos ao DSS com um estado de espírito mais penitente do que reivindicativo ; vemos nisto um fruto da graça do matrimónio.»

«Temos, um e outro – como muitos esposos, sem dúvida – duas espiritualidades diferentes. No DSS, elas contactam, interpenetram-se, enriquecem-se mutuamente em vez de se oporem.»



Esta comunicação deve fazer-se:

- na esperança que fará progredir o nosso casal,
- na alegria de fazer a vontade de Deus, feliz por ver os seus filhos a dialogar.

É indispensável:

- Escutarem-se com atenção um ao outro.
- Não se interromperem : nunca tomar a palavra enquanto o outro não acabar de falar...
- utilizar o « eu » (ressentido) e não o «tu» (acusador),

- ser recetivo com sinceridade e boa vontade,
- ser delicado nas observações, pois ao partilharmos profundamente, tornamo-nos vulneráveis.
- Reconhecer com humildade as nossas faltas e aceitar as faltas do outro, num espírito de doçura e de perdão.
- Abordar os assuntos sensíveis com ternura e com confiança no amor do Senhor.
- Lembrar-se que frequentemente os esposos têm duas espiritualidades diferentes : é uma fonte de enriquecimento e não de discórdia

6 - Exemplos de questões para alimentar o DSS



Como é que eu me vejo a mim próprio?

- O que é que eu mais amo? O que é que eu detesto?
- Do que é que tenho medo?
- Qual é a minha maior qualidade? Qual é o meu maior defeito?

Como nos vemos nós em casal?

- Gostamos de estar juntos?
- Sobre que assunto estamos de acordo ou em desacordo?
- Em casal, quais são as nossas possibilidades, os nossos defeitos e os nossos limites?
- Como vivemos a nossa sexualidade conjugal? Falamos dela com franqueza?

- A nossa sexualidade está inscrita na nossa espiritualidade?
- Partilhamos todos os nossos bens? Todos os nossos encargos? As tarefas domésticas?

Qual é a nossa relação com Deus?

- Qual é o lugar que Deus ocupa na nossa vida?
- Como é que avançamos no nosso conhecimento de Deus?
- Como vai a nossa vida espiritual: procuramos crescer?
- Rezamos em casal?

Nós e os nossos filhos

- Conhecemos os nossos filhos? Dedicamos-lhe tempo?
- O que é que nós lhes transmitimos de melhor?
- Respeitamos a sua liberdade ao educá-los?
- Podem eles ver em nós um casal feliz que pode servir de modelo?

- Temos uma preferência por um deles? Ou o inverso?
- A nossa comunicação com eles é boa?
- Um deles tem necessidade duma atenção particular?

Nós e os outros membros da família

- Deixámos verdadeiramente pai e mãe para nos casar?
- Como são as nossas relações com os nossos pais, os nossos sogros, os nossos genros e noras, os nossos netos?
- Que antipatias existem na nossa família?
- Temos uma atenção particular pelas pessoas mais velhas?

Nós e os que nos rodeiam

- Somos acolhedores? Ajudamos os necessitados?
- Temos problemas com os nossos vizinhos?

Nós e a Igreja

- Qual é a nossa participação na comunidade Igreja?
- Em que medida assumimos as nossas responsabilidades?
- Estamos abertos para acolher e acompanhar os noivos?

Nós e as Equipas

- Como é a nossa vida em equipa?
- Qual é a nossa relação com o Movimento?

A Equipa Responsável Internacional apercebeu-se da necessidade sentida por numerosos casais do Movimento de intensificar o seu diálogo conjugal e, em função disso, desejou propor ajudas concretas aos casais. Um tema que assume uma grande importância na vida dos casais é o da sexualidade. Sobre este assunto, é natural que se dialogue; nós sabemos, no entanto, que frequentemente, este não é um tema fácil de abordar. Para ajudá-los a criar um clima propício e a orientar o seu diálogo sobre este assunto, foi solicitado à Equipa Satélite “Teologia da Sexualidade” para preparar alguns «cadernos de diálogo» para o casal: eles compreenderão uma introdução temática, a leitura da Palavra, uma reflexão sobre os aspetos mais correntes da sua sexualidade, assim como algumas questões para facilitar a sua realização. Estes cadernos serão proximamente postos à disposição do Movimento; Estamos certos de que se tornarão preciosas ferramentas para os casais das Equipas de Nossa Senhora.

7- As nossas Resoluções e a Regra de Vida

Muitos casais tomam notas após o DSS

- para melhorarem.
- para tomarem medidas.
- Para fazerem planos de ação úteis para o próximo DSS

TESTEMUNHO:



«No fim do nosso DSS, escolhemos a nossa Regra de Vida, de acordo com o que foi posto em evidência no decurso do diálogo : segundo os meses, esta regra de vida pode ser escolhida para si, ou um para o outro, ou ainda em casal.»

O fim do DSS é um excelente momento para se escolher a Regra de Vida.

Esta Regra de Vida (não é preciso dizer que cada esposo deve escolher a sua) não é mais que a determinação dos esforços que cada um entende por bem impor-se para melhor responder à vontade de Deus sobre si.

Não se trata de multiplicar as obrigações, mas de as precisar, a fim de apoiar a vontade e de evitar a deriva.

8- Por fim, dar Graças

Pelos benefícios do DSS.
Pelo nosso cônjuge.
Pela nossa equipa.

Acaba-se recitando o Magnificat.

IV. DIFICULDADES

1 – Falta de benevolência



- Defender-se justificando-se, **acusar** o(a) cônjuge.
- Não aceitar **o(a) outro(a) tal como ele(a) é**.
- **Interpretar** o que o(a) outro(a) quer dizer-me, em vez de escutar o que ele(a) me quer dizer.
- Ter **atitudes negativas** que tornam o diálogo difícil.
- **Generalizar** de maneira acusatória: «Tu...sempre/Tu... nunca»
- **Julgar** o(a) outro(a) enquanto ele(a) fala.

2 – 2- Obstáculos exteriores

- Falta de **organização**
- **Fadiga, má disposição** física ou espiritual.
- Dificuldade em dedicar **tempo** ao diálogo conjugal.
- Não realização do encontro (**rendez-vous**).

3 - Erros mais frequentes

- **Esquecer-se de convidar Deus** para o nosso encontro.
- **Disfarçar os seus próprios sentimentos** em relação ao que o outro diz.
- Precipitar-se e **falar sem pensar** no que se vai dizer, o que se pode lamentar em seguida.
- Usar **subentendidos**
- **Não escutar** o outro, fechar-se no seu próprio ponto de vista depreciando a atitude do outro (orgulho).
- Evitar **certos assuntos** porque são muito delicados ou sensíveis.
- **Criar novos problemas em vez de propor soluções**

4 - Caminhos para ultrapassar as dificuldades

- Renunciar a ter a última palavra.
- Encontrar a **boa distância**: nem muito perto, nem muito longe.
- Dialogar com **humor**: permite relativizar os problemas.
- **Utilizar o 'eu', e não o 'tu'** acusador.
- Ter **confiança** no(a) outro(a).
- Dialogar sempre tomando consciência da **presença de Deus**. Escutar Deus, pedir-lhe conselho, não falar no seu lugar.

V. OS FRUTOS

«É por isso que eu rezo: para que o vosso amor aumente ainda mais e mais e toda a espécie de discernimento, para vos poderdes decidir pelo que mais vos convém, e assim sejais puros e irrepre-

ensíveis para o dia de Cristo, repletos do fruto justiça, daquele que vem por Jesus Cristo para glória e louvor de Deus.»

Fl 1, 9-11

- 1 - O DSS faz **crescer o amor dos cônjuges** porque faz crescer a aceitação mútua e o dom mútuo. Permite descobrir a verdade, a bondade e a beleza do outro.
- 2 - Permite a **comunicação**, necessária à própria existência da comunidade conjugal.
- 3 - Aumenta a nossa **fecundidade**; constitui também uma grande ajuda no nosso caminhar para a **santidade**.
- 4 - É fonte de **alegria** ao fazer-nos tomar consciência do amor do outro e amor pelo outro.
- 5 - Faz crescer a **amizade dos cônjuges**, a sua confiança e a sua intimidade.
- 6 - Permite exercitar o **perdão mútuo**.
- 7 - Ele **enriquece as nossas espiritualidades**, diferente uma da outra em vez de as opor.
- 8 - Faz-nos **tomar consciência das deficiências da nossa relação e ajuda-nos a encontrar os meios de a melhorar**.
- 9 - Ajuda-nos a **responder aos desejos do outro**, a dar-lhe aquilo de que precisa e não aquilo que eu lhe quero dar.

TESTEMUNHO:



AVA ANTES – « No início, o DSS foi muito difícil para nós. (...). Quando a minha mulher me convidava para fazermos o DSS, eu pensava que não tinha nenhum interesse, que isso não passava de pura perda de tempo.»

NT AGORA – «Na sequência dos nossos esforços para fazermos o DSS, a nossa vida de casal mudou muito. Descobrimos ao longo do tempo que quer nós, quer uma grande parte dos jovens casais, não sabíamos o que é «a vida de casados», nem como viver a dois. Agora, aprendemos a caminhar juntos, com Deus e com a Igreja. As nossas conversas não são mais banais nem

egoistas. Com o DSS aprendemos a rezar juntos e acontece-nos esquecermos o tempo e continuarmos a rezar e a conversar.»

A parábola do último julgamento de S. Mateus (25 ; 35-36) diz-nos: «**Porque tive fome e destes-me de comer, tive sede e destes-me de beber, era peregrino e recolhes-tes-me, estava nu e destes-me que vestir.**».

O que há de mais extraordinário neste trecho, é a correspondência absoluta entre a necessidade do outro e a reposta que lhe é dada.

CONCLUSÃO

A experiência dos casais que souberam pôr em prática esta intuição do Padre Caffarel mostra toda a **riqueza do diálogo em profundidade e em verdade sob o olhar de Deus.**

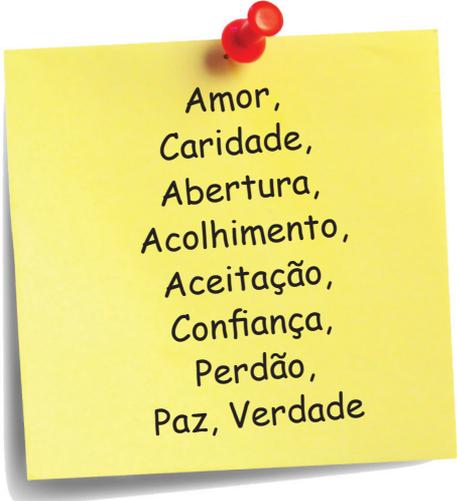
Desde 1947, o DSS é sempre mais atual na vida dos equipistas, com a **progressão de cada um no seu caminhar para a santidade.** É uma grande ajuda para a comunicação no casal, hoje, cada vez mais útil, pelos maiores perigos que cercam o casamento e a família. O DSS é um instrumento importante que está à disposição dos casais para os ajudar a crescer no amor do seu cônjuge, de Deus e dos outros e a melhor viverem o perdão.

Cada um pode reencontrar dificuldades num momento ou noutro na prática do DSS mas **os frutos recebidos excedem as melhores expectativas: o DSS melhora a escuta e o respeito, assim como a percepção da misericórdia de Deus.**

PALAVRAS CHAVES



Regularidade,
Progressão,
Escuta,
Exigência,
Respeito,
Compreensão,
Oração,
Humildade



Amor,
Caridade,
Abertura,
Acolhimento,
Aceitação,
Confiança,
Perdão,
Paz, Verdade

Equipa Responsável Internacional