(Italiano) Affrontare la crisi

(Italiano) Ci siamo sempre impegnati nella nostra vita cristiana, sia individualmente che come coppia.

Nel 2005 la nostra famiglia è venuta a conoscenza di un evento molto doloroso, accaduto qualche anno prima: l'abuso sessuale di una delle mie sorelle minori da parte del padre di mio marito. Questo fatto ha avuto in tutti noi un forte impatto e ha causato un grandissimo dolore. Nonostante sentivamo che si sarebbero dovute intraprendere delle azioni legali, nulla è stato fatto.

Col passare del tempo questa situazione ha iniziato a influire su di me più di quanto potessi immaginare, tanto che riversavo tutta la rabbia, il dolore e la colpa contro mio marito, il che sembrava illogico, ma la rabbia e l'odio non facevano che aumentare e io vedevo solo i suoi errori. Era un argomento così intimo che non osavo condividerlo con altre famiglie, il tempo passava e il nostro rapporto si deteriorava; provavo così tanto odio che stare con lui mi faceva sentire a disagio, non volevo stargli vicino e ho iniziato ad allontanarmi. Dopo circa un anno ci siamo separati.

Quel periodo è stato molto duro, non era facile capire che quello che stavamo vivendo era la volontà di Dio. Tutto stava cadendo a pezzi, le cose più importanti della nostra vita stavano crollando. Con l'aiuto di uno psicologo, mio marito ha capito che, in quel momento, il più grande atto d'amore era lasciarmi andare e, con grande dolore, mi ha detto che non si sarebbe opposto alla mia decisione. Nonostante la separazione, il rapporto con i nostri tre figli non è mai stato intaccato, tuttavia ho toccato il fondo, non volevo andarmene, sentivo solo il bisogno di stare da sola, non mi riconoscevo, non ero capace di perdonare o semplicemente di comunicare quello che stavo vivendo… a volte, mi sentivo morire. Sono passati quasi quattro anni. Mi mancava così tanto la sensazione di pace, di felicità, che ho iniziato a cercarla nel lavoro e nello studio, ma non è mai arrivata.

Durante questo periodo, la cosa più importante per me era seguire lo sviluppo e la crescita dei bambini. Passavamo più tempo possibile insieme e il nostro rapporto guadagnava in qualità, ma mancava sempre qualcosa, c'era sempre un addio. Un giorno, uno dei nostri figli mi ha detto che se da un lato erano pieni di gioia quando potevano condividere un momento di felicità con il papà, dall'altro erano addolorati di non poterlo condividere contemporaneamente con la mamma, e viceversa.

Nell'estate del 2010, in Cile c'è stato un forte terremoto. I nostri figli erano in vacanza con i nonni, a più di 500 chilometri da noi. Dopo averne parlato con mio marito, abbiamo deciso di andare insieme a prenderli e tre giorni abbiamo iniziato questo viaggio lungo e silenzioso. Quando siamo arrivati, abbiamo preso i bambini, siamo rimasti solo tre ore e siamo tornati a casa.

Il viaggio di ritorno, che normalmente dura sei ore, ne ha richieste il doppio. Eravamo insieme, ma con sentimenti contrastanti: da un lato ci sentivamo felici, dall'altro preoccupati. Cercavamo

di mantenere l’armonia e di trasmettere gioia affinché i bambini superassero l’angoscia. A un certo punto ci siamo fermati, siamo scesi dalla macchina e abbiamo cominciato a parlare e a ridere. Mi è sembrato di guardare quella scena dall’alto e per un istante ho sentito quella pace che avevo perso.

Dopo il terremoto e quel viaggio, qualcosa è cambiato e tra noi si è aperto uno spiraglio: una passeggiata insieme, la condivisione di alcuni giorni di vacanza, piccoli momenti in cui abbiamo sentito che eravamo una famiglia.

Quest’anno, con i nostri figli già cresciuti, con una bella e sana convivenza, di nuovo il dolore ha bussato alla nostra porta, poiché mia sorella ha deciso di denunciare l’abuso, come parte della terapia che sta seguendo per riparare in qualche modo al danno subito. In casa nostra la ferita si è riaperta, tuttavia, come famiglia, la stiamo accompagnando nella sua decisione. Abbiamo parlato con i nostri figli e, con la forza dell’unità della famiglia, abbiamo condiviso con loro quello che stava succedendo. È stato un momento molto forte e sacro. Abbiamo capito che il modo di prendersi cura di loro sarebbe stato parlare e chiedere aiuto insieme. Così, stiamo seguendo una terapia familiare. Ogni seduta è un’occasione per scoprire come ognuno di noi soffra per questa situazione e che possiamo accompagnare meglio i nostri figli e darci aiuto sia come coppia che individualmente. Stiamo attraversando un momento di dolore, ma sentirsi accompagnati come famiglia, e dalle altre famiglie con cui condividiamo la nostra esperienza cristiana, ci sostiene e ci permette di continuare ad amare.

(Fonte: da Famiglie in Azione – Ed Città Nuova 2022)

Ti proponiamo un piccolo esercizio personale o di coppia (o da fare in famiglia, se possibile):

- C’è stato un momento di difficoltà o di crisi che ti ha segnato?
- C’è stato un piccolo momento di luce in mezzo alla difficoltà?
- Qual è un piccolo gesto che puoi fare questa settimana per prenderti cura della tua famiglia?
  (es. un momento di dialogo, una passeggiata insieme, chiedere aiuto…)

Foto Viarami Pixabay