

## **Sinodo di comunione a partire dalla realtà umana delle relazioni interpersonali**

*Appunti psicologici per una formazione alla sinodalità effettiva*

A cura di Giuseppe Crea, mccj

La Chiesa intera si sta preparando per il prossimo sinodo, con un tema quanto mai attuale e stimolante, quello della comunione e della condivisione, come indicato dal titolo “Per una Chiesa Sinodale: Comunione, partecipazione e missione”.

Si tratta di un appuntamento importante per l'intera comunità ecclesiale, uno sforzo di rinnovamento e collaborazione che tutti siamo chiamati a portare avanti come popolo di Dio, laici, religiosi e preti insieme, un momento prezioso che cerca di raccogliere questa sfida per una comunione autentica, come più volte sollecitato dallo stesso papa Francesco.

È una grossa opportunità non solo per riflettere ma anche per prospettare una trasformazione profonda del modo di vivere la comunione nelle diverse realtà ecclesiali. L'evento sinodale ci ricorda che la comunione non può ridursi solo ad una collaborazione funzionale o superficiale, ma deve tradursi in uno stile di fraternità da nutrire di esperienze e di modalità rinnovate dall'ascolto della presenza di Dio nella storia dell'intera umanità. Un desiderio di novità che esprime il desiderio profondo di accoglienza e di apertura verso le tante diversità che arricchiscono la comunione, come espresso nel documento di preparazione per la Tappa Continentale. “Molte sintesi immaginano la Chiesa: una dimora ampia, ma non omogenea, capace di dare riparo a tutti, ma aperta, che lascia entrare e uscire (cfr. Gv 10,9), e in movimento verso l'abbraccio con il Padre e con tutti gli altri membri dell'umanità”<sup>1</sup>.

La sinodalità nella Chiesa è un dono da riscoprire e da far fruttificare continuamente, è un dono che ci permette di sentire la gioia della comunione. Ma come viverla concretamente perché non resti un pio desiderio o una esortazione astratta?

### **Un cammino di comunione sinodale che parte da una triplice prospettiva**

Il documento di preparazione al sinodo, utilizzato per attivare una riflessione nelle diverse realtà locali, aveva proposto come punto di partenza alcuni interrogativi che ci invitano a riflettere sull'esperienza di comunione sperimentate<sup>2</sup>:

- Ricordare le esperienze realizzate: quali esperienze della Chiesa locale ci richiama alla mente la domanda su come la Chiesa “cammina insieme” oggi?
- Rileggerle in modo più profondo: quali gioie e quali difficoltà sono state vissute?
- Aprirsi alle nuove intuizioni dello Spirito: quali passi concreti fare per raccogliere e condividere i frutti di questo “camminare insieme”?

Con tali domande il sinodo invita ad osservare l'esperienza di comunione vissuta nelle tante realtà ecclesiali, cercando di riscoprire la continuità della storia di comunione sperimentata nelle diverse situazioni reali.

Il primo interrogativo si basa sull'importanza della memoria delle esperienze, richiamando alla mente come è stato vissuto il “cammino fatto insieme” nelle varie parti del mondo.

Il secondo interrogativo si basa sulla capacità di rileggere tali esperienze fatte, riconoscendo, nel qui e ora delle varie situazioni, i momenti di gioia ma anche gli ostacoli e le ferite vissute lungo il cammino.

La terza domanda è quella che aiuta a guardare in avanti. Ci si interroga sulla prospettiva futura di cambiamento, segno della presenza dello Spirito che con la sua voce continua a parlare di comunione in un mondo afflitto da tanti personalismi e individualismi.

---

<sup>1</sup> Secretaria Generalis Synodi, “Allarga lo spazio della tua tenda”, Documento di lavoro per la Tappa Continentale, Città del Vaticano, 24 ottobre 2022, p. 13.

<sup>2</sup> Segretario Generale del Sinodo dei Vescovi, Per una Chiesa sinodale: Comunione, partecipazione e missione. Vademecum per il sinodo sulla sinodalità, Città del Vaticano, Settembre 2021, pp. 39-40.

Integrando insieme questi tre aspetti, potremmo dire che la storia della Chiesa continua ad essere segnata dalle radici della vita comune (la memoria del *passato*), raccontate nel *presente* attraverso la consapevolezza delle cose positive ma anche delle difficoltà vissute, e con una prospettiva *futura* che spinge a guardare in avanti sotto la voce dello Spirito. Questa triplice prospettiva lascia intendere come l'esperienza di comunione è incarnata nella realtà storica della Chiesa, ma è anche sperimentata nella vita reale delle persone, e continua ad essere una missione per ogni persona di buona volontà, sotto la guida di Dio.

A tali premesse corrispondono le tante realtà ecclesiali sparse per il mondo, dove la sinodalità si prospetta come un compito aperto, che impegna la Chiesa ad allargare la tenda per diventare “una dimora ampia, ma non omogenea, capace di dare riparo a tutti, ma aperta, che lascia entrare e uscire (cfr. Gv 10,9), e in movimento verso l’abbraccio con il Padre e con tutti gli altri membri dell’umanità”<sup>3</sup>.

### **Integrare le tante diversità in un unico progetto di comunione**

Per “allargare” lo spazio della propria tenda e ampliare la disponibilità al dialogo occorre una costante tensione verso “l’unità effettiva” della Chiesa come comunità di credenti, un cammino che permetta di riscoprire la gioia della comunione, e tenga conto del peso delle reali difficoltà che si vivono stando insieme.

Infatti la collaborazione sinodale non basta desiderarla, occorre costruirla giorno dopo giorno, e soprattutto occorre viverla sperimentandola nella prassi quotidiana. Si tratta di una collaborazione concreta e quotidiana che passa attraverso l’esperienza del rapporto con le tante “diversità”, un progetto di vita che Dio ha voluto per l’umanità, e a cui tutti tendono con le loro tante differenze. Diversità e comunione sono quindi le due facce della stessa medaglia, come ricorda la Commissione Teologica per la sinodalità: “la vita sinodale testimonia una Chiesa costituita da soggetti liberi e diversi, tra loro uniti in comunione”<sup>4</sup>.

Si tratta di due dimensioni che, però, devono essere costantemente integrate nelle diverse realtà ecclesiali, con un cammino di conversione che educi ciascuno ad una spiritualità di comunione<sup>5</sup> intesa come un vero stile di vita, un “principio educativo in tutti i luoghi dove si plasma l’uomo e il cristiano, dove si educano i ministri dell’altare, i consacrati, gli operatori pastorali, dove si costruiscono le famiglie e le comunità”<sup>6</sup>. La conseguenza tangibile di tale stile sinodale è un modo di sentire e di agire rinnovato dallo Spirito, che permette di “condividere le gioie e le sofferenze dei fratelli; intuire i loro desideri e prendersi cura dei loro bisogni; offrire loro una vera e profonda amicizia. [...] Senza questo cammino spirituale, a poco servirebbero gli strumenti esteriori della comunione”<sup>7</sup>.

### **Verso la realizzazione di una sinodalità effettiva**

“L’attuazione di una effettiva dinamica sinodale nella Chiesa” – come indicato dal su’ citato documento<sup>8</sup>, non può essere realizzata in solitudine o secondo i propri bisogni individualistici, ma è un lavoro di collaborazione e di corresponsabilità che caratterizza l’esistenza stessa di ogni individuo. Stando insieme le persone imparano a riconoscere che la loro convivenza non è casuale o accidentale ma prospettica e intenzionale, in quanto segna il cammino di crescita comune verso obiettivi di senso in cui le relazioni sono vero laboratorio di vita. È in questo contesto di reciprocità che si impara a fare spazio all’altro riconoscendolo come dono di Dio.

---

<sup>3</sup> Allarga lo spazio della tua tenda, op. cit., p. 13.

<sup>4</sup> Commissione Teologica Internazionale, La sinodalità nella vita e nella missione della chiesa, n. 55.

<sup>5</sup> Novo Millennio Ineunte, n. 43.

<sup>6</sup> Ibidem.

<sup>7</sup> Ripartire da Cristo, n. 29.

<sup>8</sup> La sinodalità nella vita e nella missione della chiesa, op. cit., n. 84.

“Allargare la tenda richiede di accogliere altri al suo interno, facendo spazio alla loro diversità. Comporta quindi la disponibilità a morire a se stessi per amore, ritrovandosi nella e attraverso la relazione con Cristo e con il prossimo”<sup>9</sup>.

Le persone partecipano a questo cammino educativo tramite le loro risorse e i loro punti di debolezza, le loro gioie e le loro sofferenze; insomma, grazie a tutte quelle esperienze che condividono nei diversi contesti relazionali dove ciascuno è chiamato a riconoscere nella vita comune quel principio educativo che rende la fraternità luogo di crescita e di formazione. “La vita sinodale testimonia una Chiesa costituita da soggetti liberi e diversi, tra loro uniti in comunione, che si manifesta in forma dinamica come un solo soggetto comunitario il quale, poggiando sulla pietra angolare che è Cristo e sulle colonne che sono gli Apostoli, viene edificato come tante pietre vive in una «casa spirituale»”<sup>10</sup>.

Una comunione vissuta con tale prospettiva non è per nulla statica o “prefabbricata”, ma anzi al contrario è profondamente dinamica e coinvolgente, perché permette a tutti di contribuire all’obiettivo della vita nuova in Cristo, rendendo ciascuno responsabile della costruzione di una Chiesa che sia veramente una casa dalle porte sempre aperte, pronta a riconoscere i talenti e le potenzialità che ognuno vive nella propria storia di relazione con Dio.

Inoltre i diversi contesti comunitari possono essere luoghi privilegiati per vivere uno stile collaborativo che non risponda tanto alla logica del “do-ut-des”, quasi ad esigere il contraccambio per la propria disponibilità.

Ampliare i propri confini per accogliere l’altro significa arrivare a sperimentare il dono gratuito di sé, certi che “il servizio comporta la gratuità, il prendersi cura degli altri senza vantaggi per sé, senza secondi fini, senza aspettare il contraccambio. Farà bene anche a noi coltivare, come Giovanni, la virtù di farci da parte al momento opportuno, testimoniando che il punto di riferimento della vita è Gesù. Farsi da parte, imparare a congedarsi: ho fatto questa missione, ho fatto questo incontro, mi faccio da parte e lascio posto al Signore. Imparare a farsi da parte, non prendere qualcosa come un contraccambio per noi”<sup>11</sup>.

Solo così ci si educa a passare da uno stile agonistico e competitivo, fatto di diffidenza, gelosia, pregiudizio, chiacchiericcio, ad uno stile collaborativo in cui le singole differenze sono apprezzate e valorizzate nella prospettiva degli obiettivi comuni. Vivere la gratuità del rapporto rende possibile impostare nuovi modi propositivi di relazionarsi, riscoprendo nella sinodalità effettiva una vera scuola di amore dove ognuno impara “ad amare Dio, ad amare i fratelli e le sorelle con cui si vive, ad amare l’umanità bisognosa della misericordia di Dio e della solidarietà fraterna”<sup>12</sup>.

## **Formazione ad una sinodalità che parta dal basso dei rapporti interpersonali**

Le relazioni che l’individuo intesse giorno dopo giorno hanno una grande influenza sulla sua crescita e sulla sua identità, poiché è attraverso i rapporti significativi che egli riesce a maturare una visione unitaria e armonica di sé. Allo stesso tempo questa crescita del singolo si intesse con quella degli altri, poiché è insieme che si possono scoprire i segni di una identità comune che apre alla presenza di Dio nella storia. “Ognuno è pienamente persona quando appartiene a un popolo, e al tempo stesso non c’è vero popolo senza rispetto per il volto di ogni persona”<sup>13</sup>.

La sinodalità aiuta a prendere parte a questo percorso educativo, un lavoro che si concretizza nelle dinamiche interpersonali vissute nelle tante realtà comunitarie dove le persone sono co-protagoniste nel cammino di formazione in vista di un futuro che le accomuna. Ecco perché non si

---

<sup>9</sup> Allarga lo spazio della tua tenda, op. cit., p. 28.

<sup>10</sup> La sinodalità nella vita e nella missione della chiesa, op. cit., n. 55.

<sup>11</sup> Papa Francesco, Angelus, Piazza San Pietro, Domenica, 15 gennaio 2023.

<sup>12</sup> La vita fraterna in comunità, n. 25.

<sup>13</sup> Fratelli tutti, 182.

tratta solo di una reciprocità fatta di mutua simpatia o di buone maniere, ma di una condivisione profonda, che coinvolge le persone a orientarsi verso Colui che dà senso alla loro convivenza.

Intesa così, la sinodalità diventa agente di formazione per una nuova mentalità relazionale, vero “laboratorio perché ognuno impari in essa l’arte della condivisione”<sup>14</sup>, per giungere ad una crescita “prospettica” e intenzionale, in cui le persone si sentono pietra vive nella costruzione della famiglia di Dio.

Per realizzare questi elementi di una comunione vissuta dal basso delle relazioni concrete, “sono urgenti programmi di educazione e formazione rivolti al clero e ai laici”<sup>15</sup>, che facilitino l’apprendimento di modalità interpersonali plasmate secondo gli insegnamenti del Vangelo, dove l’Io e il Tu si cercano e si completano reciprocamente, e allo stesso tempo si riconoscono come luogo di fede abitato dal mistero della Trinità. Tali programmi formativi non possono ridursi soltanto all’apprendimento di modelli teorici o di esortazioni spiritualistiche, ma devono essere momenti esperienziali di arricchimento reciproco che favoriscono e impegnano ciascuno a sentire la presenza dell’altro non come ingombrante o come un ostacolo ma come arricchimento reciproco, spazio comune di condivisione dove è possibile riconoscere l’azione di Dio nella costruzione quotidiana e paziente dei rapporti interpersonali.

Questo metodo pedagogico di formazione alla comunione fraterna aiuta a creare dinamiche innovative, capaci di integrare in modo creativo le tante diversità presenti in ogni cenacolo di comunione, al fine di aumentare non solo il livello di benessere relazionale ma anche il comune bisogno di orientarsi verso gli obiettivi di senso che aprano il cuore al trascendente.

Al contempo allena ogni persona a riscoprire negli scambi relazionali quotidiani delle nuove opportunità da cui attingere forza per assumere una mentalità nuova e permanente, attenta ai ritmi di ognuno e allo stesso tempo capace di aprirsi a diverse modalità creative che permettano di progredire insieme verso le cose di Cristo.

## **Integrare le diversità con il progetto di comunione di Dio**

Vivere bene le relazioni non è tanto un fatto occasionale o un risultato estemporaneo di uno sforzo volontaristico, ma è parte di un processo di crescita vissuto quotidianamente con uno spirito di adattamento consapevole, che sa accogliere le differenze ma sa anche essere orientato verso il comune carisma: riconoscere “lo stesso progetto di fratellanza, inscritto nella vocazione della famiglia umana”<sup>16</sup>.

Con questa prospettiva, la sinodalità intesa come scuola di vita nei rapporti interpersonali non può essere un *optional* legato alla buona volontà dei singoli, ma è connaturale al carattere formativo dell’essere popolo in cammino, sintonizzato con i valori carismatici e con gli obiettivi di fondo di tutto il gruppo.

Le persone imparano a partecipare alla ricchezza delle loro relazioni quotidiane, integrando le tante diversità che sperimentano, con l’obiettivo unificante di riuscire a rendere visibile nell’amore reciproco il progetto di comunione che il Padre ha stabilito per l’umanità intera. “Nell’abbraccio di una diversità che è ricchezza possiamo trovare la nostra unità più profonda e l’occasione di collaborare con la grazia di Dio”<sup>17</sup>.

Questa speciale “collaborazione sinodale” può diventare un metodo di apprendimento che agisce in modo sistematico e a livelli diversi nella vita comune delle persone.

1. Un primo livello riguarda la reciproca attenzione: una capacità di vigilare sui pregi e sui difetti di ciascuno, convinti che quelle diversità rispecchiano la realtà di ciascuno e

---

<sup>14</sup> Conferenza Italiana Superiori Maggiori (CISM, ed.), *Vivere insieme. La comunità religiosa: sfide e proposte*, Roma, Il Calamo 1999, p. 78.

<sup>15</sup> *Allarga lo spazio della tua tenda*, op. cit., p. 35.

<sup>16</sup> *Fratelli tutti*, n. 26.

<sup>17</sup> *Commissione Teologica Internazionale*, n. 54.

costituiscono la base per lo sviluppo di una genuina alterità, dove la dedizione reciproca non sarà più un fattore costrittivo ma un elemento innovativo per la crescita di tutti.

2. Il livello successivo comprende le dinamiche interpersonali specifiche, il più delle volte basate sullo stimolo e sulla risposta tra gli interagenti dove, attraverso lo scambio relazionale ognuno ha la possibilità di riconoscere e di essere riconosciuto all'interno di una piattaforma comune. Questa semplice definizione, se da una parte ci riporta al cuore dei rapporti interpersonali, dall'altra consente di riconoscere il carattere permanente della formazione alla sinodalità, riferita alla quotidianità delle relazioni. Intrecciando le caratteristiche che li differenziano, gli individui ravvivano il bisogno di integrarle in un tutto unitario che dia senso alla loro convivenza. Proprio come fa un tessitore quando intreccia i diversi fili per creare una stoffa fatta di diversi colori e di diverse sfumature, le persone intrecciano nella rete dei loro rapporti interpersonali il valore profondo dell'alterità in quanto figli di Dio.

È in questo contesto che esse imparano a partecipare e a cooperare, prendendo parte attiva alla missione comune, alle opere, come pure agli ideali del gruppo. Il contatto reciproco diventa formativo perché imparano ad influenzarsi positivamente tra loro, ponendo l'accento su tutto ciò che favorisce in sé e negli altri l'emergere di energie positive, di sentimenti costruttivi, dell'immaginazione e dell'intelligenza creativa.

3. Infine, c'è un livello di empatia esistenziale da coltivare, dove l'armonia tra ideale e realtà interpersonale permette ad ognuno un confronto costruttivo che porta a saper rinunciare per arricchirsi della verità dell'altro, accettando che l'altro-diverso-da-me non è una minaccia ma una ricchezza per il conseguimento delle comuni finalità, favorendo la partecipazione non fittizia ma efficace di ciascuno al progetto comune di formazione continua.

### **Trasformare i momenti difficili delle relazioni in opportunità sinodali**

La formazione alla sinodalità non opera solo in momenti ideali in cui le persone idealizzano rapporti positivi tra loro, ma agisce in profondità anche e soprattutto nelle situazioni difficili.

Un obiettivo primario della formazione sinodale è l'accettazione dei limiti e dei difetti che ognuno impara a riconoscere grazie al rispecchiamento che ottiene dagli altri. Per questo è importante elaborare le frustrazioni derivanti dai limiti emergenti nelle diverse realtà di comunione.

Infatti, sentirsi parte di un gruppo non toglie magicamente i problemi, ma insegna a "riconoscere" nelle difficoltà delle relazioni un'occasione preziosa per proiettarsi verso l'ideale di comunione a cui ciascuno è chiamato.

Perciò, non ci si illuda di avere ricette miracolistiche che forniscano soluzioni improvvisate alle tante difficoltà che il mondo vive a causa di una sinodalità sofferta e tormentata da pregiudizi, guerre, divisioni. Allo stesso tempo il sinodo invita a non fuggire dalla fatica derivante dalla vita comune!

Come fare, quando i caratteri o le diversità di vedute stridono tra loro e si tramutano in conflitti interpersonali, oppure sono motivo di disfunzioni che corrodono il bene comune e conducono ad uno stile relazionale lontano dal Vangelo?

In tali circostanze, ci sono alcuni atteggiamenti che è importante saper coltivare, che aiutano la persona a modellare un'autentica sinodalità, attraverso il confronto e la convergenza verso gli interessi comuni, disposizioni che favoriscono una visione costruttiva delle condizioni di disagio che emergono.

Quest'ottica propositiva impegna le persone ad ampliare le loro capacità attentive e la consapevolezza di quello che accade nella relazione, fondandosi su un'ottica realistica dei rapporti reciproci. Imparare a prestare attenzione ai vissuti relazionali significa riconoscere i propri limiti e le proprie incongruenze, come pure significa dar voce alle proprie risorse e competenze, perché siano realmente canalizzate per il bene comune. Le tensioni che si sviluppano diventano così

un'occasione di crescita, sia per accogliere le nuove opportunità che scaturiscono dai pregi e difetti reciproci, e sia perché orientati ai criteri che fanno da base alla loro vita comune.

Se invece ci sono delle difficoltà interpersonali che vengono taciute, o se le persone tendono a distorcere l'ideale della loro convivenza perché corrisponda ai loro interessi individualistici, l'intero processo di crescita rischia di arenarsi lasciando emergere dei vissuti che col tempo logorano e non permettono di procedere verso l'obiettivo di una comunione riconosciuta come dono di Dio. "Quando i conflitti non si risolvono ma si nascondono o si seppelliscono nel passato, ci sono silenzi che possono significare il rendersi complici di gravi errori e peccati"<sup>18</sup>.

Quando persistono tali circostanze disfunzionali, ecco che subentra l'amarezza della delusione e del fallimento, l'infedeltà nella convivenza, i segni dell'ansia e dell'irritabilità, fino a far emergere interrogativi sul senso stesso di una un'identità relazionale smarrita e disorientata.

Il rischio di tali crisi, dentro la Chiesa come fuori nelle tante realtà sociali, è di ritirarsi in un processo di apatia relazionale che a lungo andare può passivizzare i rapporti e diventare un fattore pervasivo. Oppure, al contrario, costruire dei muri per proteggere l'autoreferenzialità del gruppo, dove i legami diventano soltanto funzionali alle proprie sicurezze, costituendo un "noi" quasi contrapposto al mondo intero<sup>19</sup>.

### **Educare ad una sinodalità realistica**

La formazione sinodale è chiamata a fare i conti con tali situazioni di fatica relazionale, per prospettare un modo nuovo di rapportarsi con tali difficoltà, vivendole non come momenti distruttivi ma come stimolazioni creative che aiutano a discernere ciò che di buono continua a ravvivare i rapporti in vista di obiettivi comuni. I legami centrati sull'amicizia con Gesù orientano ad aprire il cuore attorno a sé, a renderci capaci di uscire da noi stessi fino ad accogliere i tanti altri con cui ci interfacciamo.

"Le differenze tra le persone e le comunità a volte sono fastidiose, ma lo Spirito Santo, che suscita questa diversità, può trarre da tutto qualcosa di buono e trasformarlo in dinamismo evangelizzatore che agisce per attrazione. La diversità dev'essere sempre riconciliata con l'aiuto dello Spirito Santo; solo Lui può suscitare la diversità, la pluralità, la molteplicità e, al tempo stesso, realizzare l'unità"<sup>20</sup>.

È proprio quando è più difficile che il processo formativo torna ad acquistare il suo carattere immanente e prospettico, perché obbliga ciascuno al confronto schietto e sincero rimettendosi in cammino come "Chiesa in movimento di uscita da sé, di missione centrata in Gesù Cristo, di impegno verso i poveri"<sup>21</sup>.

In un tempo in cui si sente sempre più l'urgenza di relazioni interpersonali veramente sinodali, perché il mondo ha sete di testimonianze autentiche e veritiere, anche nelle comunità ecclesiali si avverte con forza l'esigenza di una visione comune comprensiva delle diverse dimensioni che caratterizzano ogni relazione. Individuando ciò che c'è di costruttivo e di buono nel fratello si è chiamati ad accoglierlo dentro la stessa la casa paterna dove c'è posto per ciascuno con la sua vita faticosa. urge

Perciò occorre educare ad una sinodalità realistica, effettivamente capace di integrare le ricchezze presenti nella molteplicità dei rapporti nell'unico volto vivificante di Dio, perché è nelle diverse realtà dell'esistenza umana che si è chiamati a far risplendere la Sua presenza, consapevoli che dove sono due o tre persone sono riunite nel Suo nome, "li sono io in mezzo a loro" (Mt 18,20).

P. Giuseppe Crea, mccj  
*Psicologo, Psicoterapeuta*

---

<sup>18</sup> Fratelli tutti, n. 224.

<sup>19</sup> Fratelli tutti, n. 49.

<sup>20</sup> Evangelii gaudium, n. 131.

<sup>21</sup> Evangelii gaudium, n. 97.