

---

# I 10 comandamenti, istruzioni per l'uso della vita

**Autore:** Candela Copparoni

**Fonte:** Città Nuova

**Federica ed Andrea sono uniti in un matrimonio cristiano e hanno quattro figlie. Dopo una forte crisi esistenziale e di coppia, hanno superato un periodo devastante grazie al corso “Le 10 Parole” di don Fabio Rosini, che ha ridato senso alle loro vite. Adesso accompagnano altre persone e trasmettono speranza con la loro testimonianza**

Siamo nel 2011. Andrea e Federica sono sposati da 10 anni e hanno due bambine piccole. Lui conosce il percorso de *Le 10 Parole* perché è stato tra i primi ragazzi a seguirlo non appena iniziato, nel 1994. Adesso è passato un po' di tempo ma questo titolo risuona di nuovo. È un'amica della coppia che li consiglia di frequentare nuovamente il corso, **questa volta entrambi**, in un periodo in cui il loro matrimonio sta attraversando una forte crisi. Senza troppe aspettative iniziano due percorsi paralleli, in giorni diversi, affrontando le difficoltà logistiche determinate dalla vita in famiglia. «Il nostro matrimonio era palesemente arenato e senza prospettive. Attraverso questo corso abbiamo visto che c'era qualcosa che potevamo fare per salvarlo», affermano. **Federica e Andrea oggi sono collaboratori di don Fabio Rosini**, attuale responsabile per l'Ufficio vocazioni della diocesi di Roma e iniziatore del corso. Accompagnano altri giovani e danno testimonianza di come la grazia ha operato in loro e nella loro famiglia. «Vediamo che arrivano persone molto addolorate, molto sfiduciate, come lo eravamo noi, e accompagnarle non è altro che testimoniare l'opera che Dio ha compiuto in noi». Andrea assicura che **Le 10 Parole gli hanno fornito degli spunti per trovare il senso della sua vita** e della sua esistenza, e che hanno dato origine ad una rinascita personale e di coppia. «La sensazione che avevo prima era che era impossibile amare mia moglie, il mio lavoro... e di conseguenza **detestavo la mia vita** così come l'avevo costruita. I due ambiti più importanti erano un fallimento esistenziale. Nella vita uno si forma, cresce, legge tante cose..., ma quando ti devi relazionare al prossimo, negli ambiti esistenziali basilari, sei sfornito di conoscenza, di strumenti. Senza troppe false modestie il percorso si propone proprio questo: **aiutare l'essere umano a capire come declinare quel enorme desiderio di amore che abbiamo dentro**». Per Federica, la cosa più grande che ha sperimentato è stata quella di “**fare verità**”: «Il Signore mi ha messo in contatto con chi ero ed è stata una scoperta della mia identità. Anche io avevo costruito una vita tagliata su richieste che non mi appartenevano fino in fondo e i 10 comandamenti mi hanno aiutato ad **abbattere le barriere che mi ero costruita** per entrare più profondamente in contatto con Lui, con me stessa e chiaramente con gli altri». Un momento che ritiene particolarmente trasformatore è stata una catechesi in cui si parlava di san Pietro: «È stato molto importante vedere come Pietro entra in relazione veramente profonda con Gesù **nel momento in cui viene messo a contatto con la sua povertà, con la sua imperfezione**. Questo è stato il contatto che ho preso io con la mia imperfezione... forse è stato il primo passo di misericordia verso me stessa». Prima del 2011, Federica si era costruita **il personaggio dell'autosufficiente**, si era laureata in Economia e stava facendo carriera in banca. Tuttavia, nel “fare verità su sé stessa” ha capito che non era questa la sua vocazione professionale. Così, ha mollato tutto, si è rimessa a studiare e ha iniziato a lavorare come counselor nella relazione di aiuto. Per conto suo, Andrea era meno consapevole dei suoi limiti, più appoggiato sulle sue qualità e capacità, più etico e incline al giudizio, all'essere **intransigente** in tutti gli ambiti. Ma il percorso sui 10 comandamenti lo ha cambiato: «Adesso sono consapevole che non è quella la strada, il problema è che l'essere umano è così, tende a quello; invece la grazia ti rende capace di altro... si vive **protesi a ricevere grazia**». Percepisco ammirazione e stupore nelle loro parole quando mi raccontano che il percorso sembra fatto a misura per ciascuno. «Tante volte lo abbiamo sentito dire: vediamo dei numeri incredibili, migliaia di persone, ma poi **il Signore ha una Parola per ciascuno**, la Parola per ciascuno. È come se quel giorno parlasse solo a te. Questo

---

penso che sia una vera grazia di questo tipo di percorso». I frutti maturati durante il cammino percorso con *Le 10 Parole* sono stati tanti. Andrea e Federica sentono di essere diventati “loro stessi”, **hanno deciso di allargare la propria famiglia** adottando una bambina ed accogliendone un’altra tramite l’istituto dell’affidamento familiare, e hanno assecondato il desiderio nato nei loro cuori di vivere in una comunità di famiglie. In questa maniera, hanno dato vita ad un **progetto di fraternità** che riunisce diverse famiglie, non solo italiane, e accoglie nuclei familiari in difficoltà; «un’avventura», come la chiamano loro, basata su tre assi fondamentali: la preghiera, la vita comune e l’accoglienza. Mi domando come mai sia così speciale questo corso che, da 30 anni, ogni settimana attira centinaia di giovani per ascoltarsi dire da un sacerdote cosa dice la Chiesa riguardo i 10 comandamenti. La risposta che ottengo è questa: «Don Fabio con queste catechesi sta riportando la luce del Vangelo alle origini, **evitando completamente ogni interpretazione moralistica**. È fedele al messaggio di Cristo, spiega che la vita nuova è un dono, c’è una cosa bella, e non c’è un comportamento da mettere in campo per ricevere questo dono. Lui non ti dirà mai come comportarti, piuttosto che c’è un determinato comportamento che non viene da una tua attitudine morale ma da un dono che è Gesù, e questa è una cosa che ti rende felice. Don Fabio – racconta Andrea – ha riscoperto questa bellezza nei 10 comandamenti e quando proponi questa bellezza in modo così puro, così semplice, così schietto, i ragazzi la vogliono». Federica aggiunge: «Don Fabio è un rigoroso, non è un relativista. Ma **il rigore parte dall’essere amati**. Il comportamento non ha inizio e fine in sé stesso, come in una visione moralista, ma proprio perché si è amati e si aderisce alla felicità di Cristo. È un realizzare la verità». Chiedo loro quali parole userebbero per descrivere *Le 10 Parole*, non esitano: «**Sono istruzioni per l’uso della vita**». Sono d’accordo che il percorso e i contenuti sono sempre attuali e importantissimi per la vita dei giovani, affinché possano **incanalare in modo giusto questo desiderio di amore**, di essere sé stessi fino in fondo, di essere felici che abita il cuore di ognuno di noi. «Nella nostra esperienza abbiamo visto che la felicità fino in fondo è imparare ad amare, a relazionarsi in modo sano. Quando i ragazzi sentono parlare di questo sentono verità, non sentono giudizio, non sentono che bisogna costruire un comportamento, un’etica, ma **semplicemente lasciarsi amare ed imparare ad amare**... e sono assolutamente aperti, disponibili... Cercano proprio questo, i numeri lo dimostrano». Col passare degli anni, gli sposi hanno visto tantissime vite cambiate, persone trasformate, salvate, riportate in chiesa, battezzate, aperte alla fede... come dicono loro, «la grazia di Dio all’opera». Ma soprattutto, il profondo cambiamento vissuto nella propria carne è ciò che li muove a mettersi al servizio nell’accompagnamento ai nuovi gruppi, e a **condividere la loro storia**. «C’è una trasmissione di testimonianze motivata dalla grazia che ciascuno ha ricevuto nella propria vita, e il senso di questo è dire: “C’è una possibilità, c’è speranza. **Dio opera e tu sei Suo figlio**”». *Per altre testimonianze leggi anche [La leggerezza di essere creatura](#)*. \_\_

**Sostieni l’informazione libera di Città Nuova! Come? [Scopri le nostre riviste, i corsi di formazione agile e i nostri progetti](#). Insieme possiamo fare la differenza! Per informazioni: [rete@cittanuova.it](mailto:rete@cittanuova.it)** \_