

# Affettiva mente

Note's  
*Graffiti*



# Introduzione

Il tema è antico: quello dell'amore.

È una parola che ripetiamo spesso, anche troppo forse. Capita che gli adolescenti la riducano ad un "ti voglio bene" o addirittura ad un "TVB" scritto in fretta. Probabilmente è una delle vittime principali dei processi di omologazione e banalizzazione che si riscontrano nella nostra cultura. È una parola che non si pronuncia sempre con la dovuta consapevolezza, eppure sta al centro dell'annuncio cristiano.

Si propongono qui alcuni spunti per un approfondimento dell'amore come affettività, che qui convenzionalmente è intesa come apertura costitutiva ed energia che spinge all'incontro con l'altro sesso.

**Destinatari** di questa proposta sono anzitutto gli educatori di preadolescenti ed adolescenti, ma anche catechisti ed insegnanti interessati al tema.

Le varie tappe propongono dei semplici accenni che non possono esaurire la vastità dei temi affrontati: alla sapienza degli educatori è affidato il compito di integrare quei passaggi che valutano più utili per il loro gruppo. La delicatezza dell'argomento da una parte esige che gli educatori siano ben motivati e preparati, in grado di presentare l'annuncio cristiano senza reticenze ed ambiguità, in modo convincente e sentito; d'altra parte che il gruppo stesso abbia un certo grado di maturità, così da non banalizzare le varie proposte.

Queste schede sono il frutto del lavoro del **settore giovani diocesano dell'Azione Cattolica di Padova**: sono state 'testate sul campo'. La stesura è di don Raffaele Gobbi.

Questo il percorso:

- Lo **sguardo** è il primo ponte che lanciamo verso l'altro/a... un ponte che rischia di fermarsi all'apparenza, di limitarsi alla superficie. Lo sguardo verso noi stessi, il nostro corpo, a volte è troppo severo, ci fa sentire brutti; oppure ci fa dimenticare che conta anche quello che siamo dentro, come persone. Il Signore stesso ci guarda, ma il suo sguardo sereno, benevolo e buono sa andare in profondità, vedere oltre l'apparenza e la superficie. Sarà così anche il nostro sguardo?
- Non c'è sguardo senza un **corpo**, un corpo che è in contatto con gli altri corpi. E questo corpo noi lo siamo molto più che abbiamo. Il Signore ci ha tessuto come un tessuto di pregio, all'inizio del mondo ha fatto sì che questa meraviglia che è il nostro corpo potesse apparire ed esistere... per fare il bene!
- **Maschi e femmine**, così siamo stati pensati e desiderati da sempre, dall'eternità. E tra maschile e femminile c'è una corrente forte ed impetuosa che può essere incontro e comunione ma anche egoismo e prepotenza... È Dio che ha posto questa forza potente nell'umanità.
- I **gesti dell'affetto e dell'eros** sono una trama variopinta che va colta in tutte le sue sfumature. Un gesto d'amore non vale l'altro: per non essere vuoto e menzognero va vissuto al tempo e nel modo giusto. Gesù... quante volte ha smascherato l'amore non autentico! Gesù è stato tradito con un bacio! Tuttavia Gesù è come il bacio di Dio Onnipotente per l'uomo. Così ogni gesto dell'amore può esprimere il massimo della verità e della bellezza ma anche dell'inautenticità e superficialità.
- **Fare l'amore**, si dice, con un'espressione rozza. Un **mistero santo**, quello del gesto supremo dell'amore che crea vita, che genera, che chiama all'essere. In questo gesto supremo Dio stesso si fa scoprire nella sua grandezza. Un gesto sacro che è il culmine, il punto di arrivo, il segno di una vocazione che si compie.



# 1. Lo sguardo

Lo sguardo è il primo ponte che lanciamo verso l'altro/a... un ponte che rischia di fermarsi all'apparenza, di limitarsi alla superficie. Lo sguardo verso noi stessi, il nostro corpo, a volte è troppo severo, ci fa sentire brutti; oppure ci fa dimenticare che conta anche quello che siamo dentro, come persone. Il Signore stesso ci guarda, ma il suo sguardo sereno, benevolo e buono sa andare in profondità, vedere oltre l'apparenza e la superficie. Sarà così anche il nostro sguardo?

## Un testo per riflettere

Le "carezze di cuore" appartengono al linguaggio dell'amore. Appartengono perciò a tutti coloro che vogliono far parlare il proprio cuore: vecchi e giovani, genitori e figli, fratelli e sorelle, innamorati e non...

Le carezze di cui parlo esprimono il bene, la tenerezza, la dolcezza.

Sappiamo inoltre che sono sempre gratuite. Senza calcoli. Senza condizioni.

E non sono accessori che possono anche non essere presenti.

Costituiscono l'essenza dell'amore.

Non avete mai pensato che non riusciamo a vedere noi stessi?

Quando ci guardiamo allo specchio noi, in realtà, non ci vediamo. Possiamo confrontare l'immagine riflessa di noi con il volto, il corpo delle persone che abbiamo incontrato, che conosciamo. Ci costruiamo così un'idea di come probabilmente siamo visti dagli altri. La nostra esperienza visiva diretta è influenzata da quella che di noi hanno gli altri. In questo senso, dipendiamo dagli altri.

Da come ci guardano.

Se ci accolgono o ci rifiutano. Se ci guardano con amore, stupore, gratitudine, felicità, piacere, o con freddezza, con disprezzo, con noncuranza, con indifferenza.

Dunque, quando si accarezza di cuore con lo sguardo, si guarda l'altro in modo contemplante, caldo, affettuoso, gioioso.

Lo si fa sentire importante, unico. Bello. Non lo si riduce a oggetto, a mera fisicità.

Non lo si scinde, non lo si seziona, non lo si divide dalla sua anima.

Lo si vede in modo pieno, totale. Come persona.

[Vittorio Albiseti, *Voglia di coccole*]

*Si possono invitare i ragazzi a leggere questo testo ed a discuterlo: cosa li convince e cosa no? Aggiungerebbero altre riflessioni? Hanno vissuto sulla loro pelle qualcosa di simile?*

## Un'esperienza da vivere

Ogni ragazzo sarà invitato a sostare per un minuto o due davanti ad uno specchio grande abbastanza per avere una visione complessiva del proprio corpo... atteggiandosi come gli pare (facendo smorfie, restando naturale, danzando, saltando...) per osservare i propri movimenti sovrapposti ad una musica sparata ad alto volume dall'esperto animatore. Lo scopo è quello di invitare i ragazzi ad osservarsi in modo sdrammatizzante, ed a ripetere senza paura un gesto che nella quotidianità ripetono spesso con maggior civetteria o insofferenza ("ma guarda come sono grassa... ma guarda che brufolo... ma guarda che capelli..."). Intanto gli altri ragazzi osservano...

Successivamente, si invitano i ragazzi ad un momento di lavoro personale; ciascuno riceverà un foglio di carta formato A3 sul





quale sarà invitato a disegnare il proprio corpo evidenziando i punti di forza ed i punti di debolezza, le parti che conosce meglio e/o le parti che non apprezza, quelle che lo sguardo degli altri si crede abbia giudicato in modo negativo o positivo.

L'animatore chiede ai ragazzi come si siano sentiti nell'essere guardati mentre ci si muoveva davanti allo specchio. Sottolinea come lo sguardo verso l'altro possa essere di tipo molto diverso: di derisione, apprezzamento, bramosia, violenza, gioia, amicizia ecc. Quali sguardi popolano la giornata? Quali sguardi degli altri fanno stare bene... ma soprattutto perché? Chi sa guardarci in profondità, nella complessa bellezza della nostra persona? E chi no?

E Dio, come ci guarda?

## Per preparare

---

[un maschio] Signore, non vogliamo che il nostro cuore diventi orgoglioso,  
[una femmina] né che il nostro sguardo sia superbo.

M. Signore, non vogliamo farci vedere per quello che non siamo,  
F. né avere bisogno di indossare una maschera.

M. Fa' che ci affidiamo pienamente a Te,  
F. aiutaci ad ascoltare e a capire ciò che Tu, o Signore, ci dirai.

### Dal primo libro di Samuele, capitolo 16

*Il Signore disse a Samuele: "Riempi d'olio il tuo corno e parti. Ti mando da lesse il Betlemmita, perché mi sono scelto tra i suoi figli un re". [...] Samuele fece quello che il Signore gli aveva comandato e venne a Betlemme; gli anziani della città gli vennero incontro trepidanti e gli chiesero: "È pacifica la tua venuta?". Rispose: "È pacifica. Sono venuto per sacrificare al Signore. Santificatevi, poi venite con me al sacrificio". Fece santificare anche lesse e i suoi figli e li invitò al sacrificio. Quando furono entrati, egli vide Eliab e disse: "Certo, davanti al Signore sta il suo consacrato!". Il Signore replicò a Samuele: "Non guardare al suo aspetto né alla sua alta statura. Io l'ho scartato, perché non conta quel che vede l'uomo: infatti l'uomo vede l'apparenza, ma il Signore vede il cuore". Lesse chiamò Abinadab e lo presentò a Samuele, ma questi disse: "Nemmeno costui il Signore ha scelto". Lesse fece passare Sammà e quegli disse: "Nemmeno costui il Signore ha scelto". Lesse fece passare davanti a Samuele i suoi sette figli e Samuele ripeté a lesse: "Il Signore non ha scelto nessuno di questi". Samuele chiese a lesse: "Sono qui tutti i giovani?". Rispose lesse: "Rimane ancora il più piccolo, che ora sta a pascolare il gregge". Samuele disse a lesse: "Manda a prenderlo, perché non ci metteremo a tavola prima che egli sia venuto qui". Lo mandò a chiamare e lo fece venire. Era fulvo, con begli occhi e bello di aspetto. Disse il Signore: "Alzati e ungi: è lui!". Samuele prese il corno dell'olio e lo unse in mezzo ai suoi fratelli, e lo spirito del Signore irruppe su Davide da quel giorno in poi.*

☞ Fulcro di questo racconto della consacrazione di Davide è lo sguardo di Dio che va ben oltre quello dell'uomo, che troppo spesso si ferma alla superficie. Dio sa guardarci ed apprezzarci per il bello che siamo e per il bene che possiamo essere e fare.

Il brano biblico sia letto da una Bibbia di grande formato, in modo che, dopo la lettura ed il breve commento di chi guida, ogni ragazzo possa inserire il suo disegno dentro la Bibbia. È un modo per esprimere l'impegno di coltivare uno sguardo che sia simile a quello che Dio ha avuto nei confronti di Davide.

## 2. Il contatto

Non c'è sguardo senza un corpo, un corpo che è in contatto con gli altri corpi. E questo corpo noi lo siamo molto più che abbiamo. Il Signore ci ha tessuto come un tessuto di pregio, all'inizio del mondo ha fatto sì che questa meraviglia che è il nostro corpo potesse apparire ed esistere... per fare il bene ed entrare in contatto con l'altro.

### Un testo per riflettere

Stringere, prendere una mano di cuore trasmette all'altro fiducia, protezione, lealtà, forza, calore. Prendere di cuore una persona per mano, o accarezzarla, impone l'uscita dalla propria individualità. Apre. Qualifica. Dà nome.

La carezza di cuore con la mano dà coraggio, concilia, unisce, condivide, rassicura, consacra.

Se la carezza parla di cuore attraverso la stretta di mano, non è mai sfuggente o rapida. Ha un suo tempo. Il tempo di far sentire all'altro il tuo cuore. Quando, invece, si accarezza la guancia, il volto o altre parti del corpo dell'altro, allora si è già in un dialogo, dove le distanze si sono ridotte al minimo.

Accarezzare di cuore l'altro lo fa sentire desiderato, valorizzato, amato, contemplato. Riporta alle carezze materne. Per questo non necessariamente queste carezze devono avere un fine sessuale. Certamente pone le due persone l'una di fronte all'altra, senza alcun ingiungimento, scoperte, non più estranee.

Queste carezze fatte con il cuore seguono un andamento armonico, dolce, tenero. Non sono mai brusche, rapide, nervose o troppo lunghe, noiose, irritanti. Seguono una musica. Quella, appunto, del cuore.

Abbracciarsi di cuore significa rimanere stretti l'uno contro l'altro a lungo, dolcemente. C'è un contatto diretto dei due corpi. È un reciproco affidarsi, proteggersi, lasciarsi andare.

L'abbraccio di cuore ti fa sentire di essere tornato «a casa». Di trovarti in un luogo ideale, rassicurante, caldo, accogliente. Riporta all'abbraccio materno. Incondizionato. Sempre accogliente.

Per questo spesso, quando si è abbracciati, si tengono gli occhi chiusi. Ci si sente al sicuro.

L'abbraccio esprime la volontà di prendersi cura l'uno dell'altro.

Rinnova la fiducia, l'unione, la condivisione, l'alleanza.

[Vittorio Albiseti, *Voglia di coccole*]

*Si possono invitare i ragazzi a leggere questo testo ed a discuterlo: cosa li convince e cosa no? Aggiungerebbero altre riflessioni? Hanno vissuto sulla loro pelle qualcosa di simile?*

### Un'esperienza da vivere

Dopo aver bendato una parte dei ragazzi è chiesto a tutti (bendati e non bendati) di camminare liberamente per la stanza (è bene sia molto ampia), accompagnati da una musica di sottofondo. Chi è bendato tenga le braccia stese per poter rendersi conto di persone con cui va in 'rotta di collisione' (gli educatori presenti vigilino). Ad un cenno del conduttore del gioco chi non è bendato venga invitato ad abbracciare chi è bendato. In un primo momento si indichi solo l'inizio dell'abbraccio, lasciando libero ognuno di scegliere la modalità e la durata. In questa maniera qualcuno riceverà abbracci frettolosi, altri invece abbracci stretti, forti o calorosi.

In un secondo momento invece si dettino tempi e modi, imponendo degli abbracci "forzati". In particolare si propongano degli abbracci prolungati per far soffermare i ragazzi sulle sensazioni che possono essere trasmesse tramite il contatto fisico con un'altra persona.

Alla fine dell'attività ci si prenda qualche minuto per una breve condivisione, raccontando sensazioni, difficoltà, blocchi, emozioni.

Qualche nota di riflessione di seguito.

La comunicazione interpersonale non si limita alle semplici parole ma va oltre coinvolgendo la nostra gestualità, l'espressività del nostro viso, i nostri atteggiamenti, etc. Non possiamo vivere accanto agli altri senza lasciarci coinvolgere dai loro corpi. Il corpo è un dono e un modo di essere in contatto con gli altri. Prendiamo, ad esempio, una stretta di mano; da questo gesto possiamo intuire chi ci sta di fronte: stretta forte, persona schietta e aperta; stretta breve e scattante, persona dinamica; stretta sulla punta delle dita, persona timida e introversa.

Anche le posizioni del corpo, lo scambio di gesti tra ragazzo e ragazza fanno capire tanto del tipo di rapporto che c'è tra i due: ragazzi che si parlano uno di fronte all'altro, molto vicini, significa confidenza e intesa; una ragazza seduta a gambe incrociate di fronte ad un ragazzo dà un segnale di amicizia e non imbarazzo; due che si tengono la mano sono segno evidente che c'è un sentimento d'affetto, se lui le cinge la vita col braccio, significa che il rapporto è

più profondo. La verità dei gesti dipende dalla verità della relazione!

Di seguito riportiamo una possibile traccia per la gestione dell'attività.

*Ora si spengono le voci, in questa attività dovete pensare a voi stessi. Rilassatevi, non pensate più al mondo, a ciò che vi sta intorno, alle persone, ma solo a voi stessi. [pausa]*

*Ora cominciate a camminare lentamente lungo la stanza, sempre in silenzio e cercando di isolarvi nel vostro io. State camminando per conto vostro, con il vostro modo di essere, il vostro modo di pensare. Ognuno di voi si muova nel modo in cui si sente più a suo agio. [pausa]*

*Il modo di camminare e di muoversi rispecchia molto la nostra personalità, lasciamo che esca ciò che siamo: c'è chi si muove in fretta, chi invece è lento e riflessivo, chi è coordinato nei movimenti e chi si muove a zig zag. [pausa] Non serve che andiamo tutti nella stessa direzione, in cerchio lungo le pareti; state camminando per conto vostro, non state seguendo qualcuno, ognuno ha la propria strada che è diversa da tutti gli altri. Come quando camminate per strada da soli, incontrate tanta gente ognuno con movimenti e direzioni differenti, ma a voi non interessa perché voi avete la vostra direzione e il vostro modo di camminare. [pausa]*

*Ora quando batterò le mani vi fermerete. Coloro che sono senza benda si guarderanno attorno e si avvicineranno alla prima persona con la benda che vedranno e la abbracceranno. Quando volete, lascerete la persona, e ricomincerete il vostro cammino. [Battito di mani]*

*Com'è stata questa esperienza? Cosa voleva trasmettermi l'altro? L'ho capito? [Battito di mani]*

*Ora riprendete il vostro cammino. [Altri 2 o 3 battiti di mani]*

*Ora le prossime volte che batterò le mani rimarrete abbracciati finché non batterò le mani una seconda volta. Allora potrete staccarvi e ricominciare il vostro cammino. [Battito di mani - 30 secondi]*

*[Battito di mani - 10 secondi]*

*Che differenza c'è? È molto diverso da prima? [Battito di mani - 5 secondi]*

*Ora, come prima, potrete staccarvi quando volete e riprendere il cammino.*



## **Per pregare**

---

**Dal salmo 139**

Sei tu che hai formato i miei reni,  
e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.  
Io ti rendo grazie: hai fatto di me una meraviglia stupenda;  
meravigliose sono le tue opere,

le riconosce pienamente l'anima mia.  
Non ti erano nascoste le mie ossa  
quando venivo formato nel segreto,  
ricamato nelle profondità della terra.  
Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi;  
erano tutti scritti nel tuo libro i giorni che furono fissati  
quando ancora non ne esisteva uno.

*Viene descritto l'intervento creativo di Dio nella formazione dell'uomo. L'autore del salmo, di fronte a quest'opera meravigliosa di Dio, rimane profondamente stupito e confessa implicitamente la propria lode. I reni erano considerati la parte più segreta dell'uomo.*

*Il segreto e le profondità della terra designano il grembo materno.*

*Signore, vuoi le mie mani per passare questa giornata aiutando i poveri e i malati che ne hanno bisogno?*

*Signore, oggi ti dò le mie mani.*

*Signore, vuoi i miei piedi per passare questa giornata visitando coloro che hanno bisogno di un amico?*

*Signore, oggi ti dò i miei piedi.*

*Signore, vuoi la mia voce per passare questa giornata parlando con quelli che hanno bisogno di parole d'amore?*

*Signore, oggi ti dò la mia voce.*

*Signore, vuoi il mio cuore per passare questa giornata amando ogni uomo solo perché è uomo?*

*Signore, oggi ti dò il mio cuore.*

[attribuita a Madre Teresa]

### 3. Maschi e femmine

Maschi e femmine, così siamo stati pensati e desiderati da sempre, dall'eternità. E tra maschile e femminile c'è una corrente forte ed impetuosa che può essere incontro e comunione ma anche egoismo e prepotenza...

È Dio che ha posto questa forza potente nell'umanità.

#### Un testo (ed ascolto) per riflettere

<p><b>A te</b>          A te che sei l'unica al mondo          L'unica ragione          per arrivare fino in fondo          Ad ogni mio respiro          Quando ti guardo          Dopo un giorno pieno di parole          Senza che tu mi dica niente          Tutto si fa chiaro          A te che mi hai trovato          All'angolo coi pugni chiusi          Con le mie spalle          contro il muro          Pronto a difendermi          Con gli occhi bassi          Stavo in fila          Con i disillusi          Tu mi hai raccolto          come un gatto          E mi hai portato con te          A te io canto una canzone          Perché non ho altro          Niente di meglio da offrirti          Di tutto quello che ho          Prendi il mio tempo          E la magia          Che con un solo salto          Ci fa volare dentro all'aria          Come bollicine          A te che sei          Semplicemente sei          Sostanza dei giorni miei          Sostanza dei giorni miei          A te che sei          il mio grande amore</p>	<p>Ed il mio amore grande          A te che hai preso la mia vita          E ne hai fatto molto di più          A te che hai dato senso          al tempo          Senza misurarlo          A te che sei          il mio amore grande          Ed il mio grande amore          A te che io          Ti ho visto piangere          nella mia mano          Fragile che potevo ucciderti          Stringendoti un po'          E poi ti ho visto          Con la forza di un aeroplano          Prendere in mano la tua vita          E trascinarla in salvo          A te che mi hai insegnato          i sogni          E l'arte dell'avventura          A te che credi nel coraggio          E anche nella paura          A te che sei la miglior cosa          Che mi sia successa          A te che cambi tutti i giorni          E resti sempre la stessa          A te che sei          Semplicemente sei          Sostanza dei giorni miei          Sostanza dei sogni miei          A te che sei          Essenzialmente sei          Sostanza dei sogni miei</p>	<p>Sostanza dei giorni miei          A te che non ti piaci mai          E sei una meraviglia          Le forze della natura          si concentrano in te          Che sei una roccia sei          una pianta sei un uragano          Sei l'orizzonte che mi accoglie          quando mi allontano          A te che sei l'unica amica          Che io posso avere          L'unico amore che vorrei          Se io non ti avessi con me          A te che hai reso          la mia vita bella da morire,          che riesci a render la fatica          un immenso piacere,          A te che sei          il mio grande amore          ed il mio amore grande,          A te che hai preso la mia vita          e ne hai fatto molto di più,          A te che hai dato senso          al tempo senza misurarlo,          A te che sei          il mio amore grande          ed il mio grande amore,          A te che sei, semplicemente sei,          sostanza dei giorni miei, sostanza dei          sogni miei...          e a te che sei,          semplicemente sei,          compagna dei giorni miei... sostanza          dei sogni...</p>
---	--	---

[Jovanotti]

Si invitano i ragazzi ad ascoltare la canzone, sicuramente ben conosciuta, facendo attenzione al testo per scegliere quelle espressioni che ritengono più intense ed adeguate per esprimere la bellezza dell'innamoramento. Con l'educatore, poi, si condivide e si riflette: cosa significa innamorarsi? Quali sono gli aspetti più belli e quali meno?

#### Un'esperienza da vivere

Dividiamo in due gruppi ragazzi e ragazze, li schieriamo paralleli e li invitiamo a fissarsi per un po' cercando di ripassare tratti somatici e nomi: il naso grande, le ciglia folte, gli occhi piccoli, ecc... questo verrà fatto fino a che tutti i componenti dei due gruppi (maschile e femminile) si sono ben guardati. Spieghiamo poi l'attività in sedi separate. Nella grande sala a disposizione disporremo il primo gruppo (dei ragazzi o delle ragazze) seduti in fila; il loro compito

sarà quello di stare in assoluto silenzio. In una stanza accanto benderemo invece progressivamente l'altro gruppo, ed a turno ogni membro sarà accompagnato - e guidato dagli educatori in silenzio - nella grande sala dove sarà invitato a riconoscere più ragazze possibili, solo toccandole il volto, il collo, i capelli, e viceversa dovranno fare le ragazze con i ragazzi.

“Vincerà” chi riuscirà a riconoscere il maggior numero di persone. Sappiamo già in partenza che questa attività sarà accompagnata da un certo imbarazzo e quindi da riso o battute dei ragazzi; dobbiamo fare in modo che tutto ciò non provochi disagio o crei troppa confusione.

Suggeriamo di creare la giusta atmosfera con una musica di sottofondo (la colonna sonora del film “Ghost” andrebbe benissimo). Se vi fosse troppo sbilanciamento fra maschi e femmine, “scendono in campo” gli educatori.

Una volta finita l'attività, dopo la divisione in nuovi gruppi misti, tramite una breve scheda con delle domande verranno condivise le reazioni e le sensazioni provate dai giovanissimi. Ecco alcune domande guida per la discussione:

- Cosa ho provato, nella prima parte dell'attività, guardando la persona dell'altro sesso che avevo di fronte?
- Cosa sentivo quando l'altro percorreva il mio viso con le sue mani?
- Che differenze ho sentito tra toccare e l'essere toccato?
- Comunicavo di più con le mani o con lo sguardo?
- Al di là dell'aspetto fisico, in cosa si differenziano ragazzi e ragazze?
- Quali atteggiamenti definiresti maschili e femminili?
- Che cosa accomuna ragazzi e ragazze? Quali atteggiamenti?
- Qual è la prima cosa che ti colpisce di un ragazzo/a? Perché?
- Riflettendoci un po', se dovessi descrivere quel sentimento misterioso e potente che è l'innamoramento...
- Cosa minaccia maggiormente di rovinare la bellezza dell'innamoramento?

## PARTE SECONDA

Non possiamo pensare di conoscerci ed accettarci se non siamo prima consapevoli che la nostra sessualità ci rende diversi e ci caratterizza in ogni momento della nostra vita, nel nostro modo di pensare e di agire, nella nostra sensibilità e nella nostra emotività. Possiamo parlare di uomo e donna e dobbiamo renderci conto che in ognuno di noi c'è un maschile e femminile che non rappresenta devianza ma ricchezza e complementarietà da scoprire e valorizzare.

## Un'esperienza da vivere

Chiediamo al gruppo di discutere sulla seguente tabella, che in modo volutamente schematico ed approssimativo mette in evidenza le differenze fra maschi e femmine. È una distinzione valida? Cosa si potrebbe aggiungere, cosa si potrebbe togliere?

### L'UOMO

ha più forza fisica  
costituzione più robusta  
è più razionale  
si lascia trasportare dalla passione  
è un conquistatore  
sa nascondere meglio le proprie emozioni  
è più taciturno  
è meno caloroso negli affetti  
trascura un po' i dettagli  
tralascia il lato estetico  
è attento al contesto  
è meno emotivo  
sa distaccarsi meglio dal passato  
è in grado di analizzare meglio le emozioni  
è più logico  
è più realista  
è più astratto  
è più sintetico  
è più sistematico  
ha volontà, ma poca perseveranza  
è più testardo nelle decisioni

### LA DONNA

è più delicata  
ha meno forza fisica  
è più lenta, ma più profonda  
è più sentimentale  
è più seduttrice  
dimostra di più le proprie emozioni  
sa parlare e sfogarsi di più  
ama le carezze  
è più attenta ai dettagli  
è più sensibile alle forme e ai colori  
è attenta alle sfumature  
è più emotiva  
non taglia i ponti con il passato  
non sa separare le emozioni  
è più intuitiva  
ha più fantasia  
è più concreta  
sa discutere e analizzare  
è più malleabile  
ha volontà ed è persistente  
è testarda, ma flessibile

tende ad essere un donnaiolo  
 provoca apertamente  
 ha molti amici  
 ama il fare  
 è rivolto alla professione e all'azione  
 tende ad imporre la propria autorità  
 crede in un Dio verità  
 ha una fede più razionale  
 una fede un tantino interessata  
 è deciso, forte,  
 prudente, tenace  
 va all'avventura, rischia  
 è fiero, scettico,  
 sensuale, tirchio  
 è arrogante  
 ha l'umore più prevedibile

è più fedele  
 provoca per sottigliezza  
 ha poche amicizie, ma profonde  
 ama l'essere  
 è rivolta alla casa e alle persone  
 esercita un'autorità suggestiva  
 crede in un Dio bontà  
 ha una fede che è amore  
 una fede priva di secondi fini  
 è delicata,  
 sentimentale, pietosa  
 ha bisogno di sicurezza,  
 rischia meno  
 è vanitosa, pettegola, enigmatica,  
 è impertinente  
 ha l'umore meno prevedibile

È il momento di riflettere in modo specifico sul modo diverso di vivere la sessualità di maschi e femmine. Dividiamo quindi il gruppo secondo il sesso, ragazzi con ragazzi e così le ragazze. Viene chiesto di leggere, commentare e completare questo piccolo questionario, che verrà poi scambiato con il gruppo dell'altro sesso.

#### QUESTIONARIO PER LE DONNE

Secondo noi donne per gli uomini la sessualità è:

- Istinto
- Vedere
- Toccare
- Bisogno primario e naturale
- Il bisogno più forte
- Bisogno di compagnia
- ...

Riconosciamo che nella sessualità noi donne facciamo fatica a...

- Fidarci dei sentimenti dell'uomo
- Farci coinvolgere
- Comprendere le necessità e i tempi dell'uomo
- Dare un valore maggiore alla nostra sessualità (=saper dire di no)
- ...

Riconosciamo un nostro pregio...

- Saper aspettare
- Maternità
- Dare valore alla sessualità
- Dolcezza
- Considerare i particolari (oltre il senso estetico, riuscire a considerare carattere, modo di fare, linguaggio...)
- Dare importanza alle sensazioni
- ...

Un messaggio agli uomini...

- Imparate a conoscervi dentro
- Date valore al tempo, non tutto subito
- Ricordatevi di considerare la vostra partner come persona e non solo come mezzo
- Agite meno e ascoltate di più
- Amate la vostra donna come il bene più prezioso, rispettatela, accoglietela e prestatele attenzione ... ed insieme ad essa sarete «tempio di Dio», «famiglia», «Chiesa»; insieme ad essa sarete felici in Dio.
- ...

#### QUESTIONARIO PER GLI UOMINI

Secondo noi uomini per le donne la sessualità è:

- Sensibilità, sentimenti
- Sentire fiducia nei confronti del partner
- Provocazione/capacità di seduzione
- Incontro
- Accoglienza
- Dono
- Riflessione e dolcezza
- ...

Riconosciamo che nella sessualità noi uomini facciamo fatica a ...

- Essere meno istintivi
- Esprimere i nostri sentimenti
- Entrare in sintonia con la donna
- Gestire la nostra impulsività
- Leggerci dentro il progetto di Dio
- ...

Riconosciamo un nostro pregio...

- Praticità
- Ci facciamo meno paranoie
- Pazienza e diplomazia
- Concretezza
- Lealtà - solidarietà maschile
- Fantasia)
- ...

Un messaggio alle donne...

- Pensate con più calma ai problemi
- Siate meno impulsive di fronte ai problemi
- Date più fiducia alla persona giusta (cioè al vostro partner)
- Fateci capire quello che volete e dite quello che pensate
- Tendete troppo a vivere i rapporti idealizzandoli
- ...

## RIFLESSIONI PER CONCLUDERE

La sessualità è apertura alla relazione, scritta nel corpo vivo. Una forza che spinge ad uscire da sé per incontrare l'altro, un'energia che spinge a mettersi in relazione.

Non semplice istinto, ma pulsione di vita, energia che può essere canalizzata, energia che investe tutto l'essere e lo spinge alla relazione. È forza creativa - passione per la vita - gioia di vivere e far crescere la vita in sé e attorno a sé.

Questa forza di relazione è inscritta nella bisessualità umana. Dio crea l'uomo a sua immagine: maschio e femmina. L'immagine-somiglianza con Dio sta nella relazione, nell'unione tra i due, non nella divisione o nella solitudine. Quando Adamo era senza la donna era solo, triste. Dio creò il maschio e la femmina disposti alla relazione perché Dio è relazione. È relazione tra Padre e Figlio, una relazione sostenuta dallo Spirito dell'amore e nell'amore.

Non è scontato integrare i "due mondi", i "due generi" maschile e femminile. Occorre riconciliare erotismo e affetto; testa (intelletto), cuore (sentimenti, affetto), genitalità (dimensione fisica della sessualità). Ci vuole l'aiuto della volontà per attendere e rispettare i tempi dell'altro/a, per passare dall'«io godo» al «voglio il tuo bene», per passare dall'eros all'agape.



## Per pregare

F. È bello, Signore, essere ragazze,

M. È bello, Signore, essere ragazzi.

F. Grazie, Signore, per la nostra vita;

M. sentiamo la forza e la bellezza della nostra età.

F. Ti lodiamo per le nostre diversità che ci rendono unici e irripetibili;

M. le riconosciamo come doni da valorizzare e condividere.

### Dal Cantico dei Cantici, capitolo 2

Una voce! Il mio diletto! Eccolo, viene saltando per i monti, balzando per le colline.

Somiglia il mio diletto a un capriolo o ad un cerbiatto.

Eccolo, egli sta dietro il nostro muro; guarda dalla finestra, spia attraverso le inferriate.

Ora parla il mio diletto e mi dice: «Alzati, amica mia, mia bella, e vieni!

Perché, ecco, l'inverno è passato, è cessata la pioggia, se n'è andata; i fiori sono apparsi nei campi, il tempo del canto è tornato e la voce della tortora ancora si fa sentire nella nostra campagna.

Il fico ha messo fuori i primi frutti e le viti fiorite spandono fragranza.

Alzati, amica mia, mia bella, e vieni!

O mia colomba, che stai nelle fenditure della roccia, nei nascondigli dei dirupi, mostrami il tuo viso, fammi sentire la tua voce, perché la tua voce è soave, il tuo viso è leggiadro».

*In questo dialogo ritroviamo tutto l'incanto dell'innamoramento e del corteggiamento: gioco di sguardi, attese, complicità. È Dio stesso che ci ha voluti così: protesi all'incontro con l'altro, attirati da qualcosa di misterioso e difficilmente definibile, che va oltre la pura e semplice attrazione fisica. È la persona nella sua interezza che incanta e seduce... a volte si rischia, però, di giocare troppo alla leggera con questa forza potente e fermarsi alla superficie.*

## 4. Gestì d'amore

I gesti dell'affetto e dell'eros sono una trama variopinta che va colta in tutte le sue sfumature. Un gesto d'amore non vale l'altro: per non essere vuoto e menzognero va vissuto al tempo e nel modo giusto. Gesù... quante volte ha smascherato l'amore non autentico! Gesù è stato tradito con un bacio! Tuttavia Gesù è come il bacio di Dio Onnipotente per l'uomo. Così ogni gesto dell'amore può esprimere il massimo della verità e della bellezza ma anche dell'inautenticità e superficialità.

### Un testo per riflettere

#### *La carezza di cuore con il bacio*

È la più usata. Almeno all'interno della coppia.

Riguarda la zona, quella orale, che ci ha fornito il primo cibo, la prima fonte di vita.

Tra l'altro il bacio, insieme con l'atto sessuale, è una carezza che entra in contatto intimo con il corpo dell'uno e dell'altro. Non rimane in superficie. Entra in profondità. Desidera l'unione, lo scambio. È una carezza che segna.

Il bacio di cuore ha un suo tempo, una sua durata. Non è mai sbrigativo, veloce. Esige il sostare, il fermarsi nell'altro, il gustarlo. Un appropriarsi reciproco.

Dona gioia, allegria, voglia di vivere. Lega. Coinvolge. Unisce.

Posare le labbra sulla pelle o sulle labbra dell'altro... Quello che potrebbe essere un atto di divorare (la bocca non serve in primo luogo a ingerire?) diventa invece l'espressione di una vittoria sull'appetito. Più che di divorare, si tratta di bere, come si beve ad una coppa. In diverse culture il bacio ha significato il rispetto, l'onore, l'adorazione (il verbo latino adorare designa "il portare la bocca verso"): si pensi, per esempio, al bacio dell'altare nella liturgia. Significa inoltre la comunione: nel bacio di pace, per esempio. Nel bacio la prossimità è ancora più grande che nella carezza.

La pelle delle labbra è più sottile e più sensibile di quella della mani. Rosee e umide, le labbra sono una mucosa: la vita interna del corpo vi affiora, comunica quasi con l'esterno.

La bocca è un'apertura del corpo... Abbandonarsi al bacio vuol dire vincere la chiusura dei corpi, voler passare all'altro, conoscerne il gusto, avvicinarne la sostanza. Scambio di respiri, di salive, gioco di lingue, il crescere del desiderio porta al superamento dell'ordinario disgusto legato a tali contatti.

[Vittorio Albisetti e Xavier Lacroix]

*Si possono invitare i ragazzi a leggere questo testo ed a discuterlo: cosa li convince e cosa no? Aggiungerebbero altre riflessioni? È davvero un gesto così sacro quello del bacio, così facilmente profanabile? E la vicinanza del bacio all'atto di divorare cosa suggerisce?*

### Un'esperienza da vivere

Proponiamo ai ragazzi la visione di un filmato che presenta alcuni famosi baci di film famosi.

Fra le molte possibilità suggeriamo da Youtube: [http://www.youtube.com/watch?v=jLhQH\\_9Cqso](http://www.youtube.com/watch?v=jLhQH_9Cqso)

Affidiamo poi una scheda ai ragazzi, in cui catalogare le caratteristiche di cinque tipi di baci (che valori e sentimenti veicolano, cosa li caratterizza, in quali contesti-momenti vanno dati o non dati ecc):

- il bacio sulla guancia per fare gli auguri
- il bacio di un genitore al figlio
- il bacio di due innamorati
- il bacio di due persone sposate da molti anni
- il bacio di Giuda a Gesù

Condividiamo poi insieme le riflessioni, sottolineando che l'unione di labbra di due persone che si desiderano sia relativamente facile e 'naturale'... che invece nelle labbra di due persone vi sia l'incontro di due cuori e non solo l'avidità del piacere o un semplice meccanismo fisiologico... questo è meno facile e meno scontato.



L'intimità si traduce in concreti gesti di affetto, ma avvertiamo che essi hanno valore nella misura in cui riflettono anche un'intimità di pensieri, di parole, di valori.

L'intimità espressa dai corpi deve corrispondere all'intimità che c'è tra i cuori e tra le menti.

E come è graduale il cammino che porta ad entrare in contatto con la profondità dell'anima della persona amata, altrettanto graduale dovrebbe essere il cammino di incontro dei corpi. Altrimenti si corre il rischio di mentire a se stessi e all'altro/a, ad esempio compiendo dei gesti che non riflettono la verità del rapporto.

Il modello da seguire è Gesù e il suo comandamento: «Come io vi ho amato, così amatevi anche voi gli uni gli altri».

## Per preparare

---

### Ci sono baci e baci

Il vangelo racconta di una peccatrice che mostra il suo amore per Gesù baciandolo, a differenza di chi, come il fariseo, lo ha incontrato ma non lo ha baciato.

*Uno dei farisei lo invitò a mangiare da lui. Egli entrò nella casa del fariseo e si mise a tavola. Ed ecco, una donna, una peccatrice di quella città, saputo che si trovava nella casa del fariseo, portò un vaso di profumo; stando dietro, presso i piedi di lui, piangendo, cominciò a bagnarli di lacrime, poi li asciugava con i suoi capelli, li baciava e li cospargeva di profumo. Vedendo questo, il fariseo che l'aveva invitato disse tra sé: "Se costui fosse un profeta, saprebbe chi è, e di quale genere è la donna che lo tocca: è una peccatrice!". [...] Gesù allora volgendosi verso la donna, disse a Simone: "Vedi questa donna? Sono entrato in casa tua e tu non mi hai dato l'acqua per i piedi; lei invece mi ha bagnato i piedi con le lacrime e li ha asciugati con i suoi capelli. Tu non mi hai dato un bacio; lei invece, da quando sono entrato, non ha cessato di baciarmi i piedi. Tu non hai unto con olio il mio capo; lei invece mi ha cosperso i piedi di profumo. Per questo io ti dico: sono perdonati i suoi molti peccati, perché ha molto amato. Invece colui al quale si perdona poco, ama poco" (Luca, capitolo 7).*

Invece Giuda con un bacio tradisce il Signore, lo consegna ai malfattori; ma il suo bacio d'inganno non genera amore, anzi lo porta a non credere più all'amore, tanto è vero che pur pentito egli va ad impiccarsi, si ritira e rinuncia alla vita (Matteo 27,3-10).

Atto di fede o atto di tradimento, il bacio è il segno della fede nell'amore. Per questo deve essere segno caratteristico dei cristiani:

*"Salutatevi gli uni gli altri con il bacio santo" (Romani 16,16);*

*"Salutatevi l'un l'altro con bacio di carità" (1Pietro 5,14).*

### Preghiera corale

*Signore Gesù Cristo, bacia con il tuo Spirito i nostri cuori perché ti vediamo*

*al di là delle apparenze di questo mondo, come tu sei, nel tuo splendore e nella tua gloria.*

*Signore Gesù Cristo, bacia con il tuo Spirito i nostri cuori  
perché guardiamo a tutto e a tutti come tu guardi.*

*Signore Gesù Cristo, bacia con il tuo Spirito i nostri cuori*

*perché distinguiamo e ascoltiamo la tua voce e la tua parola.*

*Signore Gesù Cristo, bacia con il tuo Spirito i nostri cuori  
perché siamo capaci di amare te al di sopra di tutto e di tutti.*

*Signore Gesù Cristo, bacia con il tuo Spirito i nostri cuori*

*perché possiamo essere un piccolo segno del tuo immenso amore.*

## 5. Fare l'amore... fare mistero.

Fare l'amore, si dice, con un'espressione rozza. Un mistero santo, quello del gesto supremo dell'amore che crea vita, che genera, che chiama all'essere. In questo gesto supremo Dio stesso si fa scoprire nella sua grandezza. Un gesto sacro che è il culmine, il punto di arrivo, il segno di una vocazione che si compie.

### Un testo per riflettere

#### *La carezza di cuore attraverso il rapporto sessuale*

L'ho lasciata per ultima perché, per me, rappresenta la più intima delle carezze di cuore.

La più alta. La più totalizzante.

La più pregnante di significato, di senso.

Non ritengo di poterla descrivere o, ancora peggio, di spiegarla, perché ogni interpretazione sarebbe riduttiva. La impoverirebbe. È un momento unico in sé. Esclusivo. Totale. Misterioso. Indecifrabile.

L'unione di due corpi attraverso gli organi che hanno il potere di generare è, per me, sacra.

Ritengo ben poca cosa il piacere fisico che si raggiunge attraverso il rapporto sessuale, se si pensa al significato profondo, complesso, che il suo attuarsi comporta: il dolce fondersi, il trascendersi, l'appartenersi nell'interesse dell'altra persona. Della persona amata.

Per queste ragioni, per le innumerevoli dimensioni psichiche e spirituali che l'unione sessuale sottintende, essa deve essere preceduta dagli altri tipi di carezze descritti sopra.

Se vuole essere autentica. Piena.

Se vuole essere una celebrazione vera della vita.

Un incontro vero tra due persone nella loro interezza e integrità.

Non un semplice sfogo tra due corpi. Senz'anima. Senza cuore. Più o meno uguali a miliardi di altri corpi.

Noi, cercatori di senso, viaggiatori dello spirito, non dobbiamo accontentarci di fare come tutti gli altri. Come vorrebbe il sistema in cui viviamo. Dobbiamo, invece, essere persone che vivono il sesso come l'ultima delle carezze di cuore. La più sacra.

Per arrivare ad essa vogliamo crescere, aumentare in dolcezza, in tenerezza. In spiritualità.

Diventare ricchi di amore e forti di spiritualità. Solo se si è forti spiritualmente si è capaci di carezze di cuore.

Spiritualmente deboli sono i superficiali, i conformisti, coloro che seguono i modelli proposti dalla televisione e dai mass media. I deboli sono quelli che giocano alla vita, all'amore: che stanno in coppia perché così fanno tutti, che si sentono potenti solo se hanno un rapporto sessuale con l'altro, che accarezzano per sedurre, che vivono gli altri solo come corpi, che cercano nell'altro solo le sue parti negative per intrappolarlo, che sfruttano le debolezze dell'altro...

Noi crediamo nella crescita spirituale. È la nostra cartina di tornasole per verificare la validità di un rapporto. È l'elemento con cui scegliamo il partner.

L'elemento attraverso il quale giungiamo al coinvolgimento più totale, più profondo con l'altro, quello sessuale. È proprio perché inserito in un tale progetto. Che arriva sempre per ultimo. Mai per primo.

[Vittorio Albisetti, *Voglia di coccole*]

*Si possono invitare i ragazzi a leggere e discutere questo testo: l'argomento affrontato esige molta delicatezza e saggezza nel condurre il confronto, evitando banalizzazioni.*



## Un'esperienza da vivere

È richiesta la presenza di una coppia di sposi, meglio se genitori. A loro chiediamo di narrare la loro esperienza rispecchiandola nelle seguenti riflessioni, tratte dal *Catechismo dei Giovani I*. Con il loro stile, il loro percorso, la loro comprensione gli sposi sono invitati ad annunciare la pienezza e bellezza dell'amore a due, suggellato dal sacramento del matrimonio.

Agli sposi sarà dato per tempo questo testo così denso e così capace di dire la bellezza della proposta cristiana.

Al termine della loro testimonianza, prima di passare a un dialogo con i ragazzi, si potrebbero leggere insieme queste righe.



Qualificante è inserire la proposta sui rapporti prematrimoniali a partire dal senso del sacramento del matrimonio: sembra una prospettiva lontana dai ragazzi, che invece sono più in grado di comprendere di quel che si creda. Faranno fatica ad accettare senza criticare e problematizzare... ma non ad intuire e comprendere che c'è un senso valido.

La sfida è mostrare come il "fare l'amore", come banalmente si dice, trovi il suo senso nel "fare mistero", altro modo di dire cosa è un sacramento, in questo caso il sacramento del matrimonio. Il matrimonio, come ogni sacramento infatti, rende presente, fa essere il mistero dell'amore di Dio.

L'amore non è solo nel qui e ora, non è «una masturbazione con i genitali dell'altro», ma è un traguardo che si raggiunge nel tempo, è il coronamento di un progetto; l'intesa sessuale arriva e matura negli anni e non è un punto di partenza.

Consigli bibliografici:

- <http://www.donboscoland.it/articoli/articolo.php?id=123674> *La castità ai tempi del consumismo. "Se la conosci, non ti uccide!"*
- <http://www.donboscoland.it/articoli/articolo.php?id=125621> *Gesti amorosi fra innamorati. Perché sì e perché no.*

### **Reciprocità e gratuità**

*L'amore di un uomo e una donna sarà "gratuito". Questo significa forse che non sarà reciproco? Nessuno accetterebbe di formare coppia, se non fosse certo di essere ricambiato nel proprio amore.*

*La gratuità non esclude la reciprocità: significa però che, per un cristiano, l'amore genuino non misura quanto dà e cosa riceve. Quando una persona sceglie l'altra per donarsi pienamente a lei, imita l'amore divino.*

### **Sempre e comunque**

*Proprio perché gratuito, l'amore di un uomo e una donna sarà anche "fedele". Esso non si limita nel tempo né ad alcune condizioni, ma progetta il "sempre" e il "comunque", "nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia" (Rito del sacramento del Matrimonio, 28). La fedeltà si mostra anche nel perdono.*

### **Per dare la vita**

*L'amore di un uomo e una donna sarà "fecondo". Esso è immagine e somiglianza dell'amore divino perché, come quello, ha in sé una capacità creatrice: suscita la vita e la cura. Essere fecondi significa infatti anche prendersene cura!!*

*Non si è fecondi solo per una capacità biologica, se non si è disposti e non ci si prepara a donare la*

propria vita. In questo senso, **anche a una coppia che non può avere figli è possibile realizzare una fecondità piena**, nel prendersi cura, ad esempio con l'adozione o con l'affido, di una vita già nata. E vi potrebbero essere altri esempi di "fecondità", pensiamo al servizio degli educatori.

#### **Insieme incontro agli altri**

L'amore sponsale sarà "accogliente" verso tutti. Esiste **anche un egoismo a due**, tipico della vita matrimoniale, quando gli sposi si chiudono in se stessi, ignorando il mondo attorno a loro.

Due giovani che si scoprono innamorati sono portati a **isolarsi** per approfondire la loro intesa e per conoscersi in quella confidenza alla quale gli altri non sono ammessi. I cristiani che hanno scelto di formare una famiglia, ne fanno un motivo non per chiudersi dietro la porta di casa, ma per **dare insieme il proprio contributo alla società e alla comunità ecclesiale**.

#### **Il linguaggio del corpo**

A questo punto è comprensibile perché, nel giudizio della Chiesa, **fra un uomo e una donna non si dà amore maturo al di fuori del contesto matrimoniale**.

Si potrà dire fedele un amore che non impegna tutto se stesso, compreso il proprio futuro? Si potrà dire fecondo un rapporto di coppia che esclude di principio la nascita di un figlio? Si potrà dire aperto alla società un amore che da essa si difende e non vuole assumersi ruoli e responsabilità di coppia?

È comprensibile l'impegno responsabile che la Chiesa chiede a un uomo e una donna nel dirsi l'amore reciproco con il linguaggio intimo del corpo e della sessualità. Se esso non è adeguato, nei tempi e nei modi, all'amore che vuol tradurre e agli impegni che di conseguenza dichiara di assumersi, può risolversi in un inganno.

Non è secondo verità dirsi con il corpo: "Sono tuo", "Sono tua", nei rapporti cosiddetti prematrimoniali, finché non si è impegnati davvero con tutto se stessi, compreso il futuro, nel dono definitivo di sé all'altro/a.

**Questo impegno il cristiano lo assume pubblicamente nella celebrazione del sacramento del Matrimonio, dinanzi alla sua comunità**. Non è secondo verità dar vita a gesti che possono concepire una nuova vita, se questa viene esclusa o non si è ancora in grado di prendersene cura.

Come impariamo a trovare parole adeguate per dire ciò che vogliamo far sapere e non essere fraintesi, così occorre essere responsabili di quanto diciamo con i gesti del corpo e imparare a soppesare le parole del linguaggio sessuale: "Ciascuno sappia mantenere il proprio corpo con santità e rispetto" (1Ts 4,4).



#### **Nel sacramento del Matrimonio**

Il cammino dell'amore trova consacrazione nel sacramento del Matrimonio. Amarsi per un cristiano e una cristiana è **amarsi nel Signore**.

L'amore della coppia cristiana è manifestazione dell'amore di Dio. Consacrare il proprio amore nell'amore di Cristo, significa riconoscere che esso è **risposta a una vocazione**. Il fidanzamento è il tempo prezioso di questa crescita, tempo di grazia nel quale più immediata e gioiosa è la scoperta dell'amore, che appare dono gratuito e sorprendente. Ma è anche **tempo di impegno e di cammino**, che va speso non solo per conoscersi reciprocamente, ma per approfondire la propria vocazione, per accogliere il disegno di Dio sulla propria vita insieme, diventando consapevoli delle responsabilità che si assumono.

## Per pregare

**Riflessione-preghiera per chi è innamorato/a, lo è stato/a o lo sarà**

La creatura che ami e che hai al fianco è mia.

Io l'ho creata. Io lo ho voluto bene da sempre, prima di te e più di te. Per lei non ho esitato a dare la mia vita. Te la affido.

La prendi dalle mie mani e ne diventi responsabile.

Quando l'hai incontrata l'hai trovata amabile e bella.

Sono le mie mani che hanno plasmato la sua bellezza, è il mio cuore che ha messo in lei tenerezza ed amore, è la mia sapienza che ha formato la sua sensibilità, la sua intelligenza e tutte le qualità che hai trovato in lei.

Ma non puoi limitarti a godere del suo fascino.

Devi impegnarti a rispondere ai suoi bisogni, ai suoi desideri.

Ha bisogno di serenità e di gioia, di affetto e di tenerezza, di piacere e di divertimento, di accoglienza e di dialogo, di rapporti umani, di soddisfazione nel lavoro, e di tante altre cose.

Ma ricorda che ha bisogno soprattutto di Me.

Abbi fiducia in me. La ameremo insieme. Io la amo da sempre. Tu hai cominciato ad amarla da qualche anno, da quando vi siete innamorati.

Sono io che ho messo nel tuo cuore l'amore per lei.

Era il modo più bello per dirti "Ecco te l'affido. Gioisci della sua bellezza e delle sue qualità".

Io ti rendo capace di amarla "da Dio", regalandoti un supplemento di amore che trasforma il tuo amore di creatura e lo rende simile al mio.

Io sarò sempre con voi e farò di voi gli strumenti del mio amore e della mia tenerezza: continuerò ad amarvi attraverso i vostri gesti d'amore.

