

## I DUE VOLTI DELL'AMORE

### INNAMORAMENTO

- E' un sentimento che fa centro su di sé (Egoità).
- E' desiderio dell'altro, in realtà è desiderio di essere desiderati, confermati e valorizzati dall'altro.
- Il darsi all'altro è funzionale, seduttivo, cioè è solo per essere amato.
- E' un vuoto che ha bisogno di essere colmato.
- Nasce dall'inconscio che proietta sull'altro i suoi desideri personali
- Preesiste alla conoscenza dell'altro che è immaginato.
- Finisce quando si conosce l'altro e si constata che non risponde alle proprie attese.
- E' un fenomeno psicologico.

### AMORE

- E' volontà che fa centro sull'altro (Alterità).
- E' voglia di vivificare, far esistere, affermare l'altro, fare che l'altro sia.
- La dedizione dell'altro è incondizionata.
- E' un pieno che vuoi dare gratuitamente.
- E' suscitato dalla presenza concreta dell'altro allo scopo di portargli aiuto.
- Nasce e progredisce con la conoscenza.
- E' fondato sulla conoscenza dell'altro che è infinito.
- E' un evento etico.

## Insieme preghiamo

*Dalla prima lettera di S.Paolo ai Corinzi (13,4-8)*

La carità è paziente, è benigna la carità; non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità. Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. La carità non avrà mai fine.

Grazie Signore, perché ci hai dato l'amore, capace di cambiare la sostanza delle cose.

Quando un uomo e una donna diventano uno nel matrimonio non appaiono più come creature terrestri, ma sono l'immagine stessa di Dio.

Così uniti non hanno paura di niente.

Con la concordia, l'amore e la pace, l'uomo e la donna sono padroni di tutte le bellezze del mondo.

Possono vivere tranquilli proiettati dal bene che si vogliono secondo quanto Dio ha stabilito

Grazie, Signore, per l'amore che ci hai regalato.

*Giovanni Crisostomo*

## Gli aspetti problematici

■ Amare è un cammino che non finisce mai e che vede impegnata tutta la persona: cuore, intelligenza, volontà, sentimento, fisicità. Un cammino per andare dove, per andare come, ed attraverso quali tappe? Pochi se lo chiedono; stanno bene insieme e non cercano altro, ma poi spesso si trovano senza slancio e sprovveduti, perché hanno camminato senza documentarsi e senza alcun allenamento. Ci sono invece alcune tappe, delle quali è meglio essere consapevoli, che possiamo così schematizzare:

- innamoramento
- scelta
- impegno
- progettualità

■ La fase iniziale è quella magica dell'amore allo stato nascente, con il suo fascino, la freschezza, lo stupore, la spontaneità dell'istintività felice; amore estatico caratterizzato dalla passività gioiosa. Ma a tutto ciò si mescola un sottile gioco egoistico di possesso che si può sintetizzare nella frase: *"mi piace come mi fai sentire quando sono con te, per cui ti voglio per me, perché non finisca questo mio star bene"* (Una persona per me).

■ La tappa successiva è la scelta. L'amore acquista dignità e bellezza, perché assunto nell'intelligenza, nella libertà, nella responsabilità della persona. E' il vivere l'amore in modo umano. La spontaneità e la bellezza dell'innamoramento non vengono lasciati alle spalle e non si esauriscono nel tempo solo se vengono portate a livello della ragione, della volontà, della libera scelta. Così l'amore adulto sceglie ed accoglie l'altro consapevolmente per quello che è. E' un passo che molti non fanno e così sposano, non la persona

## Decidere di amare

*«Dio ha creato l'uomo a sua immagine e somiglianza: chiamandolo all'esistenza per amore, l'ha chiamato nello stesso tempo all'amore».*  
(*Familiaris consortio*)

scelta nella realtà, ma l'immagine ingenua e acritica che se ne erano fatti.

■ Scegliere significa decidersi consapevolmente e liberamente per una realtà. Ma quando si tratta di una persona con la quale si intende stabilire un rapporto di amore, la scelta diventa impegno. Infatti la persona, a differenza delle cose, non è una realtà già "fatta", ma è "da fare". E rapportarsi amorosamente con essa, significa assumerla nella propria vita come è, anche con il suo bisogno di divenire compiutamente se stessa. Quindi l'amante si impegna ad aiutare l'amato, a realizzare la sua vita, si impegna addirittura a modificare ed arricchire se stesso per essere in grado di offrire all'altro una vita sempre più ricca. Si passa dall'amore possessivo all'amore oblativo. Si vuole che la bellezza e la ricchezza di vita dell'altro, che sono stati all'origine dell'attenzione amorosa, non solo si conservino, ma aumentino fino a raggiungere la loro pienezza. Il proprio "io" viene in qualche modo messo in ombra perché la vita dell'altro cresca e si giunge a trovare la propria felicità nel fare felice l'altro. Questa fase oblativa induce l'amante a fare della propria vita un dono all'altro (Io per la persona dell'altro).

■ Subentra poi la fase progettuale con la mentalità realistica del "noi due per la vita"; nessuno dei due viene privilegiato, nessuno dei due si vanifica nell'altro ma ognuno dei due avverte che, pur vivendo in profonda unità di vita con l'altro, conserva la sua personalità, la sua originalità i suoi talenti il suo futuro. La sua storia personale non finisce nel momento in cui incontra l'amore. Il matrimonio non mette la parola "fine" alla sua vita. Al contrario: l'amarsi diventa una spinta nuova per proseguire la propria storia personale; diventa l'ambiente per far meglio fruttificare i propri talenti, il luogo in cui entrambi trovano le condizioni favorevoli alla loro crescita umana e cristiana.

## Le prospettive per crescere

▼ L'uomo è stato creato ad immagine e somiglianza di Dio che è amore, quindi, nell'umanità dell'uomo e della donna è iscritta la capacità e la responsabilità dell'amore. L'amore è, pertanto, la fondamentale e nativa vocazione di ogni essere umano. Però amare non è un fatto spontaneo, l'essere umano deve imparare ad amare con personale partecipazione, fatica e sacrificio. Si potrebbe definire l'apprendimento dell'amore come una scala da salire dove inizialmente ha un ruolo molto importante l'ambiente familiare.

▼ Il primo gradino è rappresentato dalla **capacità di intrattenere rapporti umani positivi con tutti**, ovvero saper esprimere gesti positivi anche con vicini e colleghi antipatici.

▼ Se si è capaci di vivere realmente questo scalino si può passare al **secondo** che è quello dei **rapporti amichevoli con molti**. Rapporto amichevole significa una relazione piacevole, ma non priva di difficoltà, che si fonda sulla condivisione di certi interessi; relazione che si intrattiene ad esempio con un certo numero di colleghi di lavoro.

▼ Il terzo gradino è quello dell'**amicizia**. L'amico è quasi un altro noi, una persona alla quale non nascondiamo nulla, che ci capisce, dalla quale accettiamo correzioni, con la quale condividiamo molte cose e molti ideali fondamentali, una persona che accompagniamo anche quando l'amicizia ci costa qualcosa, ci fa soffrire. Gli amici sono pochi.

▼ Se abbiamo sperimentato i primi tre scalini, allora possiamo passare al **quarto** che è quello dell'**amore** per una sola persona a cui consacrare la vita. Questo scalino si raggiunge se ci si esercita a lungo e se si è imparato, "scala facendo", ad amare in modo giusto se stessi (ama il prossimo tuo come te stesso).

▼ Chi non si ama, non è attrezzato ad amare gli altri. La persona egoista, chiusa, ipercritica, sospettosa, che non ama nessuno è sempre una persona che non ama se stessa, che disprezza se stessa, forse perché non è stata amata. Quindi si deve crescere nell'**amore a sé** imparando ad **ACCETTARSI** come si è, e riconoscendosi come un progetto meraviglioso

di Dio. Occorre poi avere **STIMA DI SÉ** e, pur riconoscendo i propri limiti e cercando di superarli, si deve mettere in risalto i propri pregi e valorizzarli. Si imparerà poi ad essere **ENTUSIASTI di sé** e a **GIOIRE** di essere quello che si è e ci si sentirà "**LIBERI**". Ci si allena in questo giusto amare se stessi imparando a riconoscere i doni di Dio ed assumendo l'abitudine al ringraziamento.

▼ **Amare è quindi una decisione**, non un semplice sentire. Sentire è passività, irrazionalità, amare è invece piena attività cosciente, comporta un moto della mia volontà. E questo è consolante, perché non mi può succedere che finisca a mia insaputa. Amare comporta decisioni senza numero; non si ama una volta per tutte, ma tutte le volte che i bisogni dell'altro lo richiedono.

▼ **Amare è rispettare l'altro**, cioè riconoscere le sue caratteristiche, accettarle, tenerle in considerazione astenendosi dal negarle, mortificarle, danneggiarle per ridurre la sua unicità alle mie aspettative.

▼ **L'amore vero è incondizionato**. Se amiamo l'altro solo se contraccambia, solo se riconosce, non c'è amore, ma strumentalizzazione. (Ti amo se)

▼ **L'amore non può essere messo alla prova**, non è un vestito, un'auto, l'amore **dura sempre**, perché è un dono, non un prestito (ti amo finché...).

▼ **L'amore non è possessivo**, non cerca i propri interessi. Se si è troppo gelosi si può uccidere l'amore. Occorre quindi ricercare le cause di una esagerata gelosia, per purificarlo il proprio amore.

▼ **L'amore è stupendo, gioioso, gratificante ed arricchente**, ma è anche fragile, pone delle sfide. Amare significa anche essere vulnerabili, è rischiare la delusione, la sconfitta; è esporre il cuore a ferite che l'altro può infliggere in modo più o meno consapevole. La morte dell'amore è l'indifferenza. Per questo bisogna essere sempre vigili, bisogna essere in due ad alimentarlo, con il dialogo profondo, con nuove introspezioni, con entusiasmo, con contentezza, con nuovi interessi, con fantasia. Per questo Dio col sacramento del matrimonio ci garantisce che sarà sempre presente con la Sua Grazia.

## Riflettere e discutere

● "Amare è una decisione" significa che:

○ Quando sono arrabbiato/a con te, devo decidere di

○ Quando tu sei arrabbiato/a con me, devo decidere di

○ Quando capisco che ti ho trascurato/a, devo decidere di

○ Quando capisco che tu sei ferito/a, devo decidere di

○ Quando sono deluso/a e mi è difficile parlarti, devo decidere di

○ Quando sono contento/a di noi due, devo decidere di

○ Quando sono preso da una forte attrazione amorosa verso un altro/a, devo decidere di

● Ti sei mai chiesto fino a che punto sei disposto ad amare il tuo partner?

● Il rapporto di coppia soffoca o valorizza la nostra individualità?

● A che punto sono nell'amore a me stesso/a?

● A che punto pensiamo di essere nel cammino d'amore di coppia?

● In che modo il nostro amore è stato fonte di vita per me, datore di vita per noi due?

● Quali miei comportamenti invece di darci vita ci frenano o ci sono di ostacolo?