

CRESCERE NELLA CARITA' CONIUGALE: amore appassionato (AL 142-157)

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Da "Amoris Laetitia"

La carità è paziente,
benevola è la carità;
non è invidiosa,
non si vanta,
non si gonfia di orgoglio,
non manca di rispetto,
non cerca il proprio interesse,
non si adira,
non tiene conto del male ricevuto,
non gode dell'ingiustizia
ma si rallegra della verità.
Tutto scusa,
tutto crede,
tutto spera,
tutto sopporta (1 Cor 13, 4 – 7)

Nessuno mai infatti ha preso in odio la propria carne; al contrario la nutre e la cura, come fa Cristo con la Chiesa, poiché siamo membra del suo corpo. Per questo l'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà alla sua donna e i due formeranno una carne sola. Questo mistero è grande; lo dico in riferimento a Cristo e alla Chiesa! Quindi anche voi, ciascuno da parte sua, ami la propria moglie come se stesso, e la donna sia rispettosa verso il marito. (Ef 5, 28-30)

L'amore coniugale abbraccia il bene di tutta la persona. Perché allora non soffermarci a parlare dei sentimenti e della sessualità nel matrimonio? Desideri, sentimenti, emozioni, occupano un posto importante nel matrimonio. Si generano quando un "altro" si fa presente e si manifesta nella propria vita. Anche Gesù, come vero uomo, viveva le cose con una carica di emotività, infatti cominciare a provare desiderio o rifiuto non è peccaminoso né riprovevole. Quello che è bene o male è l'atto che uno compie spinto o accompagnato da una passione. L'amore matrimoniale porta a fare in modo che tutta la vita emotiva diventi un bene per la famiglia e sia al servizio della vita in comune. L'educazione dell'emotività e dell'istinto è necessaria, e a tal fine a volte è indispensabile porsi qualche limite. Si può compiere un bel cammino con le passioni, il che significa orientarle sempre più in un progetto di autodonazione e di piena realizzazione di sé che arricchisce le relazioni interpersonali in famiglia. È importante avere la libertà per accettare che il piacere trovi altre forme di espressione nei diversi momenti della vita. Dio stesso ha creato la sessualità, che è un regalo meraviglioso per le sue creature. La corporeità sessuata è non soltanto sorgente di fecondità e di procreazione, ma possiede la capacità di esprimere l'amore, quell'amore nel quale l'uomo-persona diventa dono. Questo respinge ogni utilizzo "usa e getta" della sessualità o anche del matrimonio fonte di sofferenza e manipolazione, addirittura di dominio. È importante essere chiari nel rifiuto di qualsiasi forma di sottomissione sessuale. Un vero amore sa anche ricevere dall'altro, è capace di accettarsi come vulnerabile e bisognoso, non rinuncia ad accogliere con sincera e felice gratitudine le espressioni corporali dell'amore nella carezza, nell'abbraccio, nel bacio e nell'unione sessuale.

PER RIFLETTERE

- Quali sentimenti positivi prevalgono nella nostra vita di coppia? Ve ne sono anche di negativi? Riusciamo a condividerli e ad affrontare dialogando le diverse situazioni?
- Vi sono stati dei cambiamenti nel vivere come coppia l'intimità? Cosa limita di più il nostro stare insieme? Cosa può favorirlo?
- Quali sono i limiti che mi pongo, come dice Papa Francesco, per educare la mia emotività e il mio istinto?
- Viviamo l'unione coniugale come momento di vera donazione? Vi sono altre forme nelle quali il piacere trova il modo di esprimersi?
- Viviamo momenti di tenerezza nella coppia? Fanno parte della nostra storia, o li dobbiamo riscoprire?

LAGIOIADELL'AMORE È UNA STORIA DI VITA

La testimonianza di Marco

Credo sia scontato che l'intimità coniugale sia molto importante e non ho consigli particolari da dare, anche perché si tratta del rapporto personale e relazionale che non si può schematizzare. L'amore per l'altro, la voglia di stare insieme, la visione di un futuro roseo non fanno vedere le difficoltà che verranno. Ci sono tortuosità e momenti di crisi ci saranno; ci vuole amore, sincerità, comprensione e tolleranza. Cercare di dialogare il più possibile. Altra cosa importante secondo me è la leggerezza ed il senso dell'umorismo, sempre uniti al rispetto e al vivere l'intimità coniugale, che a mio avviso risulta essere fondamentale nella riuscita di un rapporto, perché è nella comunione di intenti, nel rispetto reciproco e nel dialogo che una coppia può crescere insieme e affrontare insieme le difficoltà della vita ed educare i propri figli. Lo stesso vale per la relazione sessuale. È nella conoscenza e nel riconoscimento delle nostre differenze che possiamo sviluppare delle relazioni armoniose che contribuiscano a costruire la nostra coppia. L'uomo e la donna non sono sensibili agli stessi approcci, alle stesse carezze, non hanno lo stesso ritmo. Questa differenziazione deriva in parte dalla storia della persona, dalla sua tradizione familiare o dal contesto sociale, ma è anche biologica. Quando sento il desiderio di unirmi a mia moglie, prima mi metto al suo ascolto. Che cosa sta vivendo, quali sono le sue preoccupazioni, si sente libera, senza problemi? Mi metto sulla stessa lunghezza d'onda. In questo modo, la nostra relazione si riassetta. La nostra coppia cammina verso una comunione del corpo e dello spirito. L'attenzione che manifesto a lei la aiuta a rilassarsi, a sentirsi ascoltata, accolta, amata. Se questa ricerca di unione è autentica, la relazione si costruirà in qualche giorno, permettendoci di vivere gradualmente una maggiore vicinanza, la scoperta dell'altro, la crescita del desiderio fino al momento del rapporto. Notiamo anche che i giorni e le ore precedenti e successivi sono segnati da un po' più di tenerezza, di dolcezza, di attenzione reciproca. La relazione sessuale va oltre il tempo del rapporto. Essa è come una passeggiata in cui la complicità degli innamorati si concretizza negli sguardi e nelle attenzioni. La relazione sessuale è un inno all'amore.

PREGHIERA PER LE COPPIE

*Alla sorgente della nostra vita di coppia
c'è la tenerezza,
la nostra tenerezza di uomo e di donna,
ma alla sorgente di questa sorgente
c'è la tua tenerezza, o Dio,
la tua tenerezza amante
di Padre, Figlio, Spirito.
Perciò noi ti preghiamo, o Dio,
che la tua tenerezza infinita, trasformi la nostra tenerezza,
che la tua Luce illumini ogni nostra scelta di vita,
che la tua Benevolenza ispiri ogni nostro sentimento,
che la tua Armonia plasmi ogni nostro incontro,*

*perché la nostra vita di coppia
sia sempre nuova, originale, fedele, creativa.
Dinanzi ai nostri difetti
aiutaci a non essere spietati l'uno con l'altro,
ma ad accoglierci e donarci amorevolmente,
e a condividere il tuo perdono
senza porre alcun limite.
Fa' che sappiamo correggerci
e salvarci l'uno con l'altro,
con quella stessa tenerezza con la quale
tu ci hai amati e ci ami ogni giorno.
Amen!*