

"Non è bene che l'uomo sia solo" (Gen 2,18)

Costruire relazioni autentiche negli affetti

ALCUNE DOMANDE INTRODUTTIVE:

Come costruire relazioni autentiche? Come vivere bene la relazione? Che cosa non deve mai venire meno? Come trovare la relazione che ci cambi la vita, che non ci soffochi, che ci permetta di fiorire?

Betta e Tullio

Diventare uomo/donna è il vero obiettivo: siamo tirati da 1000 parti! E' necessario fare un percorso di liberazione e di **ricerca di autenticità** (come uno scultore che dal granito libera la scultura che c'è dentro).

Mantenere la coppia al centro, **mettersi sempre davanti alla scelta, non cadere nella routine. Le scelte vanno fatte "un pezzettino alla volta"**: la vocazione si forma nel cammino.

- *In quali ambiti della mia vita vado avanti per inerzia?*
- *Rispetto a che cosa dovrei interrogarmi?*
- *Ogni scelta implica il lasciare qualcos'altro...vivo momenti di indecisione?*
- *Come faccio a scegliere? Ho paura?*

6 buone pratiche per le RELAZIONI:

fiducia
convivialità
porta aperta

accoglienza
sobrietà
condivisione

- *Come vivi queste "buone pratiche" nelle tue relazioni?*
- *Su quali dovreesti lavorare?*
- *Sono "pratiche" valide in tutte le relazioni?*

Il Signore ci ha fatto incompleti perché cercassimo l'altro e in questa relazione vivessimo il suo Amore. **Il Signore ci ha fatto incompleti: cercare l'altro per completarsi.**

Il Signore ha affidato la creazione ad un uomo e ad una donna!

Nella relazione l'occhio dell'altro mi fa vedere ciò che di me non amo e me lo rende amabile.

- *Come reagisco di fronte a ciò che di me non mi piace?*
- *E a ciò che non mi piace dell'altro?*

PASSIONE:

--> **INNAMORAMENTO**: misterioso! Permette di uscire da sé per andare incontro all'altro prendendo bene ogni cosa dell'altro.

Rischiare: vendo tutto quello che ho per la perla preziosa che è l'altro. L'innamoramento continua come il fuoco sotto la brace e quindi deve essere ravvivato.

-->**ATTRAZIONE FISICA:** aspetto spesso sottovalutato nella relazione di coppia. Nel superamento dei confini fisici c'è l'unità della creazione.

La relazione fisica va di pari passo con la profondità della relazione: è un grande percorso di comunicazione non verbale. E' vivendo insieme nel tempo che si impara la comunicazione fisica.

La fecondità è rendere il mondo felice, è far nascere il Bene attorno a sé.

-->**PASSIONE CRISTIANA:** morire a se stessi per dare (ad esempio tempo) all'altro. Binomio complesso: relazione di coppia – realizzazione nel lavoro.

"La Cura" – Battiato: COME CURARE LA RELAZIONE?

- A. Sostare nella relazione, dedicare tempo, ritrovare calma e comunicazione...**una relazione che va bene fa stare bene chi è attorno a quella relazione "Custodisci il tuo cuore nella pace e una moltitudine attorno a te sarà salvata". COLTIVARE LA RELAZIONE FA BENE ANCHE AGLI ALTRI: ESPANDE IL PROFUMO!**
- B. Comunicazione verbale e non verbale nella consapevolezza di una grande differenza...è il confronto con l'altro che mi fa venire fuori. COMUNICARE NELLA CONSAPEVOLEZZA DELLA DIVERSITÀ.
- C. **Curare la relazione con gli altri:** un coppia chiusa inaridisce
- D. **Curare la relazione con Dio:** tempo di preghiera. "Agli occhi di Dio non cadiamo mai, ai nostri occhi non stiamo in piedi. Entrambe le visioni sono vere, ma lo sguardo di Dio è più profondo"

- *Come mi prendo cura...di me, dell'altro, di Dio?*

Consapevolezza del nostro cuore: cosa si muove dentro?

Tenere duro nella fatica...

- *Come mi comporto quando "faccio fatica"? Nella scelta del percorso di studi, nella scelta del lavoro, in famiglia, in alcune relazioni..."che fatica!"...e quindi?*

La relazione è un'alleanza per fronteggiare le difficoltà: ci si rialza, ci si scalda...**corda a tre capi:** Gesù! Lui c'è anche e soprattutto quando non lo percepiamo.

Cecilia e Fabio

Pregiera insieme è la cosa più difficile.

Quando mi fanno una proposta è bello pensare che quella persona mi abbia pensato.

Il tempo per la coppia.

Le relazioni, con i loro rimandi, ti portano ad interrogarti e a vagliare seriamente alcune scelte.

- *Tengo in considerazione il rimando degli altri su di me in modo costruttivo? Oppure è più comodo abbattermi o far finta di nulla?*

La beatitudine della mitezza negli affetti

Mite è chi in modo determinato e testardo mette al centro della relazione l'altro.

- *Cosa vuol dire vivere la fede nelle relazioni? Cosa significa essere mite nelle relazioni?*