Terzo Laboratorio d'educazione affettiva

***Gli alleati* (mar 19 aprile 2011, h. 21)**

Nel primo laboratorio, il 22 marzo scorso, dal tema *Chiamati*, come anche nel secondo, tenutosi il 4 aprile, siamo partiti da un'evidenza che sta alla base anche di questo e di tutti gli altri LEA: il nostro cuore è strutturalmente, costitutivamente fatto per amare.

Accanto a quest'evidenza se ne fa subito strada un'altra: noi siamo fatti per amare, eppure amare autenticamente, amare nella verità non è affatto scontato: è una conquista, un traguardo da raggiungere a prezzo di un percorso, di un lavoro. È appunto questo che stiamo facendo attraverso questi laboratori d'educazione affettiva, che costituiscono – lo ricordo – una proposta educativa per il presente ed il futuro rivolta a tutti gli adolescenti e giovani della nostra Parrocchia ed a tutti coloro che, a vario titolo, svolgono funzioni educative (genitori, docenti, catechisti, animatori, etc.).

Il percorso, seguendo la traccia costituita dai cinque *Laboratori di formazioni affettiva* pubblicati da don Giuseppe Sovernigo prevede cinque tappe: LEA 1: *Chiamati* (22 marzo); LEA 2: *Le relazioni* (4 aprile); LEA 3: *Gli alleati* (19 aprile); LEA 4: *I freni* (3 maggio); LEA 5: *La crescita* (17 maggio).

Ripeto le fondamentali *istruzioni d'uso* di questi LEA.

1. La materia prima su cui lavorare non sono dei libri, dei concetti, gli altri, nemmeno ciò che facciamo ma noi stessi come singoli e come comunità.
2. Il salto di qualità, il cambiamento, la crescita o avviene a livello del sentire e dell'essere dell'io o non avviene: non bastano né il solo livello del capire, né il solo livello del fare.
3. Gli incontri sono solo il primo di tre livelli di lavoro: a) incontri; b) lavoro personale; c) lavoro di gruppo (un gruppo è composto da almeno due persone: è necessario che sia un gruppo di amici).

Il tema di questa sera è il seguente: *Gli alleati*.

Dopo aver visto quali sono gli elementi costitutivi dell'identità di sé (primo laboratorio) e l'impianto della proprie relazioni interpersonali (secondo laboratorio) mettiamo ora a fuoco la questione di come prende corpo concretamente per ogni persona la capacità d'amare. Questa questione ci porterà a mettere a fuoco la questione dell'elezione dello stato di vita (matrimonio o verginità consacrata).

Il percorso che ci si apre dinanzi stasera prevede quattro tappe:

1) Il riconoscimento di sé e la propria posizione chiave nella vita;
2) Affettività e sessualità;
3) La vocazione all'amore nel matrimonio;
4) La vocazione all'amore nel celibato consacrato

1. Il riconoscimento di sé e la propria posizione chiave nella vita

Un cammino di crescita e di maturazione ha bisogno di una base solida, di un fondamento e questo fondamento è l'autostima, cioè la percezione di sé, della propria identità, della propria affettività, della propria sessualità come di un bene.

Compito di un educatore è aiutare l'educando a riconoscersi come un bene. Se nella storia dell'educazione ricevuta non siamo stati aiutati adeguatamente a percepirci come *cosa buona*, corriamo seriamente il rischio di non essere in grado di aiutare gli altri a percepirsi come un bene. Ecco perché è importante guardare con schiettezza, con semplicità alla storia della propria educazione. Infatti, noi non siamo responsabili di ciò che è avvenuto nell'inconsapevolezza della nostra infanzia e nella fragilità della fanciullezza (fino ai 7 anni e dai 7 ai 12 anni), ma siamo decisamente responsabili di ciò che oggi decidiamo di fare (o di non fare) della dote, del bagaglio educativo che abbiamo ricevuto:

- in positivo: con il riconoscere ciò che è stato e che è, accettarlo ed integrarlo impegnandosi secondo il passo possibile;

- in negativo: con il non voler vedere i dati del reale effettivo, con il lasciar perdere, il rimuovere, il proiettare, lo scaricare la propria responsabilità sugli altri, con il ricercare delle compensazioni non costruttive, con il tentativo d'evadere.

Fatte queste premesse mettiamo a fuoco la questione della stima di sé, tenendo sempre presente che la affrontiamo sempre su due versanti che sono interconnessi, quella dell'educazione ricevuta (nel passato e nel presente) e quello dell'educazione donata. L'interconnessione è data dall'evidenza secondo cui *nemo dat quod non habet*.

La stima di sé si compone di due fattori: a) *tu esisti* (sfera dell'essere); b) *tu sei competente* (sfera dell'esserci)

Per capire meglio di cosa parliamo, consideriamo la sfera dell'essere alla luce dei messaggi diretti e delle azioni che la promuovono:

messaggi diretti (*tu esisti*)**:**

- sono contento d'averti conosciuto, è bello vederti;
- sei una persona piacevole, sono felice di stare con te; sono felice che tu sia qui;
- sei importante per me;
- sei una persona speciale, unica, originale;
- ti amo, ti voglio bene;
- buona giornata;
- mi fai felice, mi piace sedere vicino a te;
- sono contento di camminare / lavorare / giocare con te;
- ti ho pensato molto, mi piaci, mi sei simpatico;
- sono felice che tu sia nella mia casa, nella mia classe, nel mio gruppo, nella mia squadra, nella mia vita; credo che tu sia un'ottima persona;
- sono felice che tu sia mio amico/a
- vuoi giocare con me?
- sono contento che tu esista.

azioni che inviano lo stesso messaggio (= *tu esisti*):

- sorridere, stringere la mano;
- abbracciare, baciare;
- guardare negli occhi con insistenza;
- dare buffetti / pacche d'incoraggiamento;
- stare con le persone, ascoltare;
- usare nella conversazione il nome proprio dell'interlocutore.

messaggi diretti (*tu sei competente*)**:**

- bel lavoro! congratulazioni!
- molto bene! continua così! eccellente risultato!
- mi piace il modo con cui hai fatto questo lavoro!
- sei un buon cuoco, sei un ottimo falegname, etc.!
- eh! come leggi bene!
- sei una super (mamma, figlia, insegnante, etc.)
- mi piace come parli e come sai pensare,
- mi piace il tuo modo d'ascoltare!
- ciò che hai detto è veramente interessante!
- sono fiero di te!

azioni che inviano lo stesso messaggio (= *tu sei competente*):

- ammirare il lavoro;
- ascoltare con attenzione, parlare, chiedere spiegazioni, apprezzare;
- leggere ciò che è stato scritto dall'educando;
- aiutare,
- fotografare.

homework:

Il lavoro che vi chiedo di fare in gruppo è il seguente: esaminate la propria vita (infanzia, fanciullezza, adolescenza, giovinezza, vita adulta), cercando di ricordare delle situazioni in cui abbiamo ricevuto (primo punto) o inviato (secondo punto) i messaggi diretti o indiretti *tu esisti, tu sei competente*, facendo attenzione a ciò che essi hanno risvegliato in noi.

Per aiutare il lavoro da fare vi propongo le seguenti domande: Quando mi giungono dei riconoscimenti positivi come reagisco? Li faccio entrare dentro di me, nutrendomi, rafforzandomi in me stesso? Oppure ne diffido, me ne disfo, li elimino? E con quali guadagni?

Se mi sento per nulla o poco riconosciuto, che cosa vedo svilupparsi in me sul piano dei modi di fare e di essere?

- *per eccesso*: immagini di sé ipervalorizzate, senso di grandezza, senso di superiorità compensatoria, ricerca di compensazioni sostitutive;

- *per difetto*: timidezza inibente, senso d'inferiorità, paure frenanti nel prendere il proprio posto nel gruppo d'appartenenza o di vita.

Alla luce di questo lavoro dovrebbero chiarirsi i passi da compiere verso una sana stima di sé (*umiltà, verità*) che si muove lungo quattro direttrici:

- crescere nella conoscenza esperienziale di sé;
- saper apprezzare chi si è e come si è;
- tendere sanamente (cioè tenacemente e pazientemente) verso il meglio;
- integrare il negativo nella propria vita.

In questo modo si diviene capaci di essere educatori, cioè di promuovere, far crescere l'altro attraverso dei riconoscimenti costruttivi nella direzione dell'essere e dell'esserci (cf. p. 19, tav. 1).

2. Affettività e sessualità

Nel precedente laboratorio abbiamo visto che l'affettività costituisce ed esprime il modo ed il tipo di sentire e di relazionarsi della persona, con gli altri, con le cose, con Dio. È data dall'insieme degli affetti, dei sentimenti, delle emozioni, delle sensazioni, delle pulsioni, degli umori che impregnano il soggetto in tutte le sue relazioni in base al suo modo di essere. Poiché la sessualità costituisce indubbiamente uno degli elementi più espressivi dell'identità personale,

uno dei fattori essenziali, imprescindibili di una corretta educazione affettiva è dato dall'integrazione della sessualità nell'identità e nell'affettività dell'io personale.

Quest'integrazione avviene in un contesto che, inevitabilmente, ci condiziona (anche se non ci determina). Di questo contesto che ci circonda, che in parte respiriamo dobbiamo essere consapevoli per poterlo valutare criticamente, accogliendo le istanze positive e disinnescando quelle negative. Oggi la sessualità viene sentita e vissuta dalle persone prevalentemente secondo tre modelli (biologista, spiritualista, personalista): cf. **pag. 25 tavola 2**. Per poter amare con tutto il cuore è necessario situarsi entro la concezione personalista.

La questione diventa ora: come incamminarsi nella direzione di una crescita in senso personalista?

Ecco quali sono gli obiettivi qualificanti da perseguire:

a) acquisire una concezione della sessualità integrale (spirito – anima – corpo) ed integrata nell'identità e nell'affettività dell'io personale (cf. **pp. 28-29, tav. 5-6**);

b) motivare la sessualità nei suoi tre elementi costitutivi: *libido, eros* e *agape* (cf. **p. 26, tav. 3**);

c) ridurre o disattivare i freni della maturazione sessuale e cambiare da dentro (cf. **p. 27, tav. 4**);

d) imparare a decifrare il linguaggio dei comportamenti sessuali nella triplice tipologia:

- comportamenti sessuali espressivi di una sessualità maturata (cf. **p. 31, tav. 7-8**);
- comportamenti non sessuali espressivi di comportamenti sessuali non risolti (cf. **p. 32, tav. 9**);
- comportamenti sessuali con radici non sessuali (cf. **p. 33, tav. 10**).

Un altro aspetto molto importante (già emerso qua e là) è quello del genere sessuale: noi siamo portatori della sessualità in un senso, con una connotazione "di genere" ben precisi: maschile o femminile. Ma questo non in vista della contrapposizione alle persone dell'altro sesso ma per un incontro che porti al compimento in un reciproco arricchimento, in un reciproco interscambio dei caratteri sessuali psichici secondari (non perché meno importanti ma per distinguerli da quelli genitali [detti primari])

c.s.p.s. maschili = virilità	**c.s.p.s. maschili = femminilità**
la capacità di sintesi	la capacità d'analisi, l'immediatezza intuitiva
la tenacia puntuale	la dispersione entro cui sapersi ritrovare
l'affrontare di petto le difficoltà	l'avvolgere, il circuire, l'insistere
l'essenzialità, la concisione	la cura dei particolari

la stringatezza, la sobrietà	l'attenzione alle piccole cose
la progettualità e la pianificazione	lo smussare gli angoli e le spigolosità
la rudezza, a volte la rozzezza	la dolcezza e la tenerezza diffusa
la forza e lo sforzo puntuale, concentrato	lo sforzo diluito, la forza suasiva e delicata
l'iniziativa, la propensione alla caccia	la passività paziente e tenace
la velocità	la gradualità e la lentezza
la fermezza e il tagliar corto	la prolissità e la ripetitività
il senso della legge	la volubilità, la non linearità, l'instabilità
la funzione di ideale e di promessa	l'essere al centro ed attrarre
la competitività, la lotta aperta e puntuale	la competitività preclusiva

Ciascun uomo, maschio o femmina che sia, ha bisogno di entrambe le serie di caratteri sessuali psichici secondari. Una mancata integrazione di essi porta a forme di machismo, di femminilismo, di omosessualità maschile e femminile.

Passiamo ora ad un altro punto importante. Il cuore dell'uomo si mette in movimento solo dinanzi ad un bene, dinanzi a qualcuno, a qualcosa che riconosce come *buono, piacevole e dilettevole*. Lo snodo decisivo nella maturazione affettiva consiste nel passaggio dal guadagno secondario al guadagno primario, potremmo dire dal piacere secondario a quello primario.

Come si vede dalle **tav. 12** e **13** alle **pp. 45-46**, per guadagno secondario immediato intendiamo il frutto (bacato) di quelle azioni e quei comportamenti derivanti da: autoerotismo compulsivo, immaturità sessuale, sesso strumentale, voyerismo e feticismo, omosessualità, perfezionismo, rigidismo, naturismo.

All'opposto, per guadagno primario effettivo intendiamo il frutto di quelle azioni e quei comportamenti ispirati a: identità di sé vera, valore di sé genuino, tenerezza e intimità costruttive, tensione morale buona, scarico di tensioni, creatività viva, energia accresciuta, rispetto maggiore e affronta mento realistico e fiducioso del reale.

Homework

Vi propongo un esercizio utile ad andare verso una più piena integrazione della sessualità nella vocazione a vivere la propria affettività come dono d'amore.

1. *Io amo. Io sono amato.*

Stilo un elenco di persone che amo. Qual è la persona che amo di più? Quali sentimenti provo per questa persona? A che livello la amo (corporeo, sensibile, razionale, spirituale)? Cosa vuol dire per me amare?

Stilo un elenco delle persone che mi amano. Scelgo la più significativa per me? In base a cosa dico che mi ama? Cosa vuol dire per me essere amato?

2. *La mia affettività ha origini lontane.*

Faccio una ricerca retrospettiva sulla mia famiglia, mio padre, mia madre, i miei fratelli ed altri parenti, sulle mie relazioni con loro e tra loro.

Prendo poi contatto con i miei primi amori, le prime antipatie, i primi entusiasmi, dispiaceri, delusioni, disgeli, paure, curiosità, esperienze. Cerco di evidenziare i nuclei affettivi più importanti, cioè quelle esperienze, quelle persone che mi hanno aiutato a vivere come un bene la mia affettività.

3. Il mio attuale quadro affettivo

Come mi sento oggi dinanzi all'affettività ed alla sessualità?

- **Non libero**? E cioè legato, incatenato, prigioniero, dipendente, paralizzato, inibito, scandalizzato;
- **Non tranquillo**? E cioè incerto, turbato, riservato;
- **Contento**? E cioè rispettoso, controllato, libero;
- **Fragile**? E cioè ipersensibile, morboso, sensuale

Come sono i miei rapporti con le persone di sesso diverso (semplici, naturali, spontanei, riservati, inibiti, minacciosi)? E perché?

Come sono i miei rapporti con le persone del mio sesso (semplici, naturali, spontanei, riservati, inibiti, minacciosi)? E perché?

3. La vocazione all'amore nel matrimonio

Dal punto di vista affettivo, nella Chiesa sono due gli stati di vita fondamentali: il matrimonio e la verginità consacrata. Cominciamo dal matrimonio e quindi dalle basi dell'intesa della coppia coniugale. Nella vocazione al matrimonio l'uomo e la donna riconoscono la via per

il compimento di sé. Infatti, ogni persona si scopre da un lato come lacunosa, parziale, incompleta (sul piano fisico, psichico e spirituale) e quindi bisognosa di essere colmata (da qui l'espressione l'*altra metà*), dall'altro ogni persona si scopre (sui tre piani sopra indicati) come ricca di doni e di possibilità che desidera condividere con altre persone.

Chiediamoci ora: quali sono le basi che permettono a due persone di vivere il matrimonio così, cioè come un compimento di sé?

Possiamo individuare quattro basi (piattaforme):

a) un progetto di vita, personale e di coppia, condiviso;

b) un'affettività sufficientemente matura;

c) un grado sufficiente d'integrazione della sessualità nell'affettività;

d) la presenza nella coppia del legame d'essere.

I primi tre elementi sono stati già affrontati e chiariti in precedenza. Mi soffermo, pertanto, solo sul quarto: *il legame d'essere*. Cos'è? È fondamentalmente il riconoscimento del fatto che l'altro/a è importante per me non solo al livello del corpo, della psiche, del pensiero, dello spirito, di una parte di me, ma è importante e, dopo il matrimonio, essenziale, a livello dell'essere, a livello della mia stessa identità. Concretamente, l'esistenza del legame d'essere si traduce in una sensazione d'unità e di complementarietà, come se l'altro/a fosse qualcosa di noi stessi, come se l'altro/a avesse la capacità di far vivere un luogo in me, di farlo crescere e sviluppare. Naturalmente (nel senso letterale) il riconoscimento di questo legame d'essere s'accompagna ad una forte affezione.

Al di fuori di una coppia fondata sul legame d'essere e sugli altri tre fattori sopra indicati si danno altre tipologie di coppia: la *coppia per contiguità* o la *coppia con la strategia «dominatore-dominato»*.

Graficamente (cf. **pag. 58, tav. 16**) si osservano le seguenti differenze:

a) **coppia fondata su un legame d'essere** (due ellissoidi parzialmente sovrapposti), in cui vi è l'area dell'unità (c'incontriamo, c'è conoscenza profonda, ci sentiamo fatti l'uno per l'altro/a …) ma anche l'area dell'autonomia, l'area in cui ciascuno è se stesso, ciascuno è libero d'esprimersi secondo le proprie idee, i propri gusti e la propria originalità.

b) **coppia per contiguità o per la corteccia o "pelle a pelle"** (due ellissoidi che si toccano), in cui due persone stanno assieme per la pelle, per la corteccia anziché a seguito d'un incontro a livello dell'essere: se questa coppia non fa un cammino verso la condivisione del legame d'essere è destinata inesorabilmente a franare.

c) **coppia con la strategia dominatore-dominato** (due ellisoidi in cui uno ha inglobato l'altro): è una coppia in cui uno dei due è dominatore e l'altro dominato; quest'ultimo si rassegna ad essere la bella o la brutta copia dell'altro, ad essere l'esecutore degli ordini dell'altro, colui che lo fa contento; naturalmente questo tipo di rapporto può avere una tenuta maggiore nel tempo rispetto a quello basato sul legame "pelle a pelle" ma con effetti disastrosi sul piano affettivo per entrambi i coniugi e per i figli.

4. La vocazione all'amore nella verginità consacrata

La seconda modalità di tendere alla pienezza di vita e realizzare la vocazione all'amore è quella del celibato consacrato o impegnato. Diciamo subito che il celibato consacrato (la verginità consacrata) è uno stato di vita che contrassegna profondamente chi lo sceglie, lo contrassegna in modo totalizzante a livello dell'io e quindi richiede una positiva integrazione della propria sessualità in un'affettività orientata al dono di sé.

Qual è il senso di questa vocazione, della vocazione al celibato, alla verginità consacrata?

Cercando di sfatare parecchi luoghi comuni abbastanza diffusi, cominciamo col dire ciò che il celibato consacrato non è: non è una scelta contro natura, una rinuncia, una convenienza, una repressione, un rifugio, un disimpegno, non è una scelta affettiva a metà, una legge, una costrizione, uno spreco di energie, una tassa da pagare, una compensazione, una copertura per pulsioni omofile, una condizione di *single*, un'opportunità di libertà, una realtà che rende facile cedere a compromessi.

Cos'è allora il celibato consacrato? È lo stato di vita in cui una persona vive la sua vocazione all'amore *con il cuore indiviso*. Nel Cristianesimo, la sorgente di quest'amore è l'incontro con Cristo ed una profonda relazione d'alleanza con lui. Il fatto di non avere (al di fuori di Cristo) una persona da amare in maniera esclusiva (non escludente) apre il cuore del celibe ad amare ciascuno come se quel ciascuno fosse *l'amato/a del suo cuore*. Ciò si concretizza nella capacità di stringere molte mani senza afferrarne nessuna in esclusiva, né lasciarsi afferrare da nessuna perché afferrati da Gesù Cristo.

Amando così, il celibe anticipa la condizione che sarà quella di tutti nel Regno dei cieli, dove non ci sarà né moglie né marito, ma vivremo tutti un rapporto con Dio diretto e perfettamente colmante.

Vivere la vocazione del celibato esige la determinazione ad affrontare in modo realistico e positivo (come *tensione alla santità*) la tensione dialettica esistente tra quattro rinunce e cinque scelte.

Le quattro rinunce corrispondono ad altrettante esigenze presenti strutturalmente nell'uomo:

1) la domanda di gratificazione erotica > la rinuncia all'uso della sessualità genitale;

2) la domanda di tenerezza – prossimità > la rinuncia all'intimità di coppia;

3) il bisogno di completamento nell'altro/a > la rinuncia alla complementarietà diretta uomo – donna;

4) il bisogno di procreare, di dare continuità al proprio io nel tempo > la rinuncia alla paternità/maternità biologica.

Le quattro rinunce, i quattro no sono il risvolto di cinque sì, di **cinque scelte**, in cui trovano compimento le esigenze "mortificate" dai quattro no (secondo la logica evangelica e pasquale del *centuplo, del perdere per avere*, del *rinnegare se stessi per divenire davvero se stessi, morire per vivere*):

1) Il sì esplicito e reale ad un amore personale ed esclusivo per Dio Padre, Figlio e Spirito Santo;

2) Il sì ad una coinvolgimento appassionato nell'annuncio del Vangelo e nella dilatazione ddel Regno di Dio (missione);

3) Il sì ad una generatività (paternità / maternità) secondo lo Spirito (la fecondità di vita, i frutti dello Spirito, paternità/maternità spirituale);

4) Il sì ad una comunità significativa d'appartenenza o di riferimento (diocesi, parrocchia, congregazione, famiglia religiosa, movimento, comunità);

5) Il sì ad uno stile di vita impegnato nel dono di sé (del proprio io) al Tu di Dio.

Homework

1. Interrogarsi (attraverso la riflessione, lo studio, la rilettura della storia della propria vita) sulla propria vocazione.

2. Chiedere a Dio nella preghiera la luce per riconoscere (o riscoprire) la propria vocazione, così da seguirla con la consapevolezza che essa è *cosa buona*, è la via di salvezza per noi e, attraverso di noi, per altri.