

5) Brevia episcopia di **AMORE E'**

Sguardi, considerazioni, lampi rapidi sulla realtà del matrimonio e condizione del fedele sposato

Come chiarirti se stai amando

Nel processo di consapevolizzazione della nostra vita, può essere utile - per garantirci un progresso spirituale e relazionale- chiederci se quell'universo psicologico che siamo noi sta davvero lavorando e costruisce e riflette una sana rappresentazione di ciò che pretenderemmo d'essere. L'amore, che è il modo di relazionarsi per eccellenza con sé e con gli altri, penso sia necessario saperlo verificare - rapidamente e in qualsiasi momento le circostanze o il nostro bisogno di verità lo chiedano – ecco allora un rapido vademecum costituito da 7 punti focali - punti di osservazione neutra non colpevolizzante o giudicante- da cui dobbiamo osservarci, che aiutano a individuarlo:

- Dono (personale, di coppia, di gruppo)
- Libertà (come scelta non subita)
- Gratuità (offrirsi “a vuoto” senza pretese o attese di contraccambio)
- Volontà determinata (superamento dello spontaneismo emotivo, piano di vita programmato fondato su certezze interiori)
- Voglia di imparare a conoscere sé stessi e gli altri
- Rispettare il bisogno degli altri (vederli, senza invadenza, con apertura e pazienza)
- Preghiera (entrare nel mistero di Dio per accedere al nostro e a quello degli altri)

Certo occorre un allenamento, però i benefici che possono trarsi - nel superamento di noi stessi, dei nostri egoismi, delle chiusure e insomma di quel dolore inutile che ci infliggiamo - sono senz'altro immensamente più grandi dei nostri sforzi.

La via per la gioia

L'amore è il comando principe che ci da Gesù , l'unico modo per essere suoi amici. E' necessario quindi imparare a verificare - quando le circostanze o il nostro bisogno di verità lo chiedano – se siamo mossi e ci muoviamo nell'amore e per amore.

Ecco allora un rapido vademecum costituito da 7 elementi soggettivamente più facilmente riconoscibili dell'amore. Consideriamoli come 7 punti focali - punti di osservazione neutra non colpevolizzante o giudicante- da cui dobbiamo osservarci, per individuarlo:

- **Dono** (individuare concretamente cosa stiamo dando sia che sia personale, di coppia, di gruppo)
- **Libertà** (valutare se il nostro agire è scevro da imposizioni, morali o materiali e si esplicita come scelta non subita)
- **Gratuità** (se la nostra azione è priva di retro pensiero, un offrirsi “a vuoto” senza pretese o attese di contraccambio)
- **Volontà determinata** (verificate che ci sia un superamento dello spontaneismo emotivo, e che agiate secondo un piano di vita programmato fondato su certezze interiori)
- **Voglia di imparare** a conoscere sé stessi e gli altri (avere occhi nuovi per sé, per il coniuge, i figli etc.)
- **Rispettare il bisogno degli altri** (vederli per quel che sono, senza invadenza, con apertura e pazienza)
- **Preghiera** (offrirsi nella fede, entrare nel mistero di Dio per accedere al nostro e a quello degli altri)

Certo occorre un allenamento, non sempre riconosceremo nel nostro agire la presenza di tutti gli elementi, però i benefici che possono trarsi - nel superamento di noi stessi, dei nostri egoismi, delle chiusure e insomma di quel dolore inutile che ci infliggiamo - sono senz'altro immensamente più grandi dei nostri sforzi. Sarà la nostra via per la gioia.