

Lo scorso 13 febbraio si è tenuto in parrocchia il secondo incontro con don Giuseppe Governigo, sacerdote, docente e psicoterapeuta, sul tema "Poter amare: maturazione affettiva e scelte di vita. E' ancora possibile innamorarsi ed amarsi?".

Proponiamo una breve sintesi dell'intervento.

La capacità di amare e di lasciarsi amare dovrebbe essere lo scopo della nostra vita, ma questo non è per niente automatico nell'uomo, infatti l'egocentrismo porta a vedere la vita incentrata egoisticamente solo su di sé, utilizzando gli altri a proprio uso e consumo.

Nel campo dell'amore nessuno nasce maestro, c'è sempre la necessità di imparare.

Per poter amare occorre una maturazione affettiva della persona, cioè la capacità di aprirsi all'altro, di entrare in contatto con l'altro per trasmettergli quello che noi siamo, i nostri doni e i nostri bisogni.

Questi aspetti mettono in moto le persone e riguardano un po' tutti: genitori e figli, educatori ed educandi, amici, consacrati, parentele, istituzioni ...

"Ma quali sono i tarli che minano questa capacità di amare?"

"Quali sono le strategie affettive negative che possono emergere nelle relazioni?"

Ne possiamo individuare alcune di tipo attivo:

- la manipolazione dei fatti per avere sempre ragione, cambiare cioè le carte in tavola per vincere, con la conseguenza di uno sbilanciamento dei rapporti;
- la seduzione, che porta l'altro verso sé stessi;
- la dominazione, cioè decidere per conto dell'altro, l'altro diventa oggetto;
- l'invasione di campo, per cui si estromette l'altro dalle sue responsabilità mettendosi al suo posto;
- la rigidità e quindi l'incapacità di mettersi in discussione: "O così o niente!"

Vi sono poi alcune strategie affettive negative di tipo passivo:

- la dipendenza affettiva, cioè persone che amano farsi portare nel "marsupio" degli altri per evitare responsabilità (ad esempio quando la mamma si sostituisce al figlio)
- la passività, la pigrizia, lo scetticismo, in cui prevale una grave disistima di sé e non si investono le proprie energie, si vivacchia, non si fa il male ma neanche il bene;
- l'evasione in un mondo fatto solo di sogni e di gioco;
- la sospettosità, persone che hanno "le gomme bucate" e non possono andar lontano perché proiettano sugli altri le negatività dovute alla sfiducia di sé e degli altri;
- la permalosità, quando "si mette il muso" nell'attesa di essere compatiti, segno evidente di ferite che ci si porta dentro dall'infanzia.

Queste strategie affettive negative sono paragonabili al catrame nero e vischioso che copre tutto e impedisce di vedere e di cogliere i valori e i bisogni di base, come ad esempio l'aspirazione ad esistere e ad essere accolti per come siamo, con la nostra identità e vocazione, con i nostri legami verso le persone significative della nostra vita, con l'esigenza primaria di essere capiti ed amati gratuitamente e non solo per ciò che si fa.

“Quali sono allora le piste da intraprendere per liberare il terreno da questo catrame e poter davvero imparare ad amare?”

Bisogna rendersi attenti all'altro, soprattutto al positivo dell'altro, rispettandone l'autonomia ed esprimendo il proprio amore in modo costruttivo.

Bisogna imparare a farsi aiutare e a qualificare il proprio stato di vita vivendo amicizie sane e profonde.

Così la relazione può diventare solida e paritaria, basata su una **reciprocità** affidabile perché si impara a scoprire che l'altro è uguale a me nei diritti e nei doveri, basata inoltre sulla **gratuità** e sulla capacità di **perdono** per poter ripartire da capo.

“Amare e lasciarsi amare, lasciarsi perdonare dagli altri e soprattutto da Dio vivendo un apprendistato permanente dell'amore” è questa la chiave della vita!