

Sessualità e spiritualità
CONIUGALE

Un invito al dialogo

1.

PRIMO TEMA

**La Sessualità
Coniugale,**
*il grande regalo
di Dio.*



Sessualità e spiritualità

CONIUGALE

Un invito al dialogo

Indice

Capitolo	Tema
	Introduzione
1.....	La sessualità coniugale, il grande regalo di Dio
2.....	Uomo e donna: diversi e uguali
3.....	Il linguaggio della sessualità: la tenerezza
4.....	La sessualità coinvolge tutto il nostro essere
5.....	La sessualità ci rende fecondi
6.....	Educhiamoci per educare
7.....	Gesù e la sessualità
8.....	Nella crisi...cerchiamo insieme
9.....	Il perdono rende possibile la tenerezza
10.....	Coltiviamo la nostra sessualità
11.....	Riscoprire il nostro amore
12.....	EPILOGO: testimonianze

1°.- CITAZIONE:

Solo Dio sa, solo Dio vuole bene e solo lui può amare.

“Si predica la moralità del matrimonio, si dice ciò che è permesso e ciò che è proibito, però non si offre ai cristiani sposati nemmeno un libro su come fare bene l’amore, su come vivere bene la relazione sessuale (ditemi se ne conoscete qualcuno, io non ne conosco)”¹, ha detto padre Caffarel.

Quanto è difficile entrare nella mente di nostro Signore! Per lui, la sessualità è la realtà più bella ed importante della nostra esistenza. Ci ha creati uomo e donna affinché ci santificassimo amandoci, come diceva padre Caffarel a Chantilly. E noi? Con che occhi guardiamo la sessualità? Con occhi puri? Con occhi pieni di lacrime? Con occhi timorosi e impauriti o con occhi allegri e vitali? La storia che segue forse ci darà qualche suggerimento:

2°.- È SOLO UNA STORIA:

Due monaci stavano per attraversare un fiume quando una fanciulla li fermò e chiese loro aiuto per attraversarlo. Uno dei monaci consegnò la sua borsa all’altro, fece salire la ragazza sulle spalle e insieme passarono il fiume. I monaci continuarono il cammino e, mentre uno fischiettava ammirando la natura, l’altro camminava tutto contrariato ed immerso nei suoi pensieri. “Riposiamoci un attimo che siamo stanchi”, dice il primo al suo compagno immusonito. “Hai fatto

1- Padre Caffarel, Conferenza di Chantilly 1987 (trad.nostra).

voto di non toccare mai nessuna donna e ti sei caricato quella ragazza sulle spalle!” sbotta il secondo. “Ora capisco perché sei arrabbiato”. Rispose il monaco tranquillo. Poi aggiunse “Io l’ho tirata su solo per farle passare il fiume mentre guarda tu fino a dove l’hai portata!”

Nel Cantico dei Cantici, possiamo vedere come Dio vorrebbe la nostra sessualità:

“Io sono del mio amato e il suo desiderio è verso di me.

Vieni, amato mio, andiamo nei campi, passiamo la notte nei villaggi.

Di buon mattino andremo nelle vigne, vedremo se germoglia la vite,

se le gemme si schiudono, se fioriscono i melograni: là ti darò il mio amore!....”²

Se Dio si può definire AMORE, è logico che ci abbia creato sessuati per poter amare. Per questo baciarsi è come pregare assieme a Dio. “Che mi baci con i baci della sua bocca³”, perché “baciare è pregare”⁴.

3°.- ALCUNE RIFLESSIONI:

Dio ha voluto che fossimo UOMO o DONNA. Diversi per poterci attrarre e desiderare e per poter così formare una coppia⁵. Padre Caffarel ci dice che il centro della creazione non è l’individuo bensì la coppia. Per questo ci ha fatto uomo e donna, due sessi diversi: il maschile e il femminile. Ma Dio come vorrà che ci relazioniamo fra di noi? Come vorrà che viviamo la nostra sessualità?

2.- Cantico dei Cantici, 7, 11-14.

3.- Cantico dei Cantici, 1,2.

4.- Titolo del libro di Wunibald Müller, “Besar es orar”, ed.Sal Terrae, Santander, 2005 (trad.nostra).

5.- Conferenza di Chantilly, 1987.

Dio vuole che la sessualità sia fonte di spiritualità: ci ha creato diversi perché potessimo relazionarci in profondità e potessimo incontrarlo nella nostra interiorità. “La sessualità è la vera fonte di spiritualità⁶.”. Ci ha creato uomo e donna perché ci amassimo, perché Lui è colui che più ama ed è felice se noi ci amiamo. I nostri incontri sessuali si possono trasformare in preghiera se li viviamo a partire dalla parità e dalla comunione con Dio. Quando ci amiamo, gli angeli sbattono le ali dall’invidia e la natura si rallegra e rigogliosa; questo è ciò che ci vuole dire Dio nel Cantico dei Cantici.

Ci ha creati uomini e donne in modo che la forza della sessualità ci aiuti a vivere intensamente⁷. Nella nostra vita quotidiana sentiamo che la spiritualità e la sessualità sono le due forze vitali più intense. Separare queste forze è come separare il cuore dell’uomo da quello della donna. Se uniamo in maniera positiva la spiritualità e la sessualità facciamo sì che la nostra religione diventi fiorente. La sessualità non è una forza che va repressa, né che va rinchiusa in una torre, ma è un dono che Dio ci ha dato per poterla vivere con allegria.

Dio vuole che uniamo le due forze che ha deposto in noi: molto spesso, ci hanno detto che Dio disapprova la sessualità. Abbiamo sentito anche che l’erotismo è un nemico della spiritualità. Non è così. Dio ci ha creati erotici e spirituali e vuole che uniamo questi due aspetti. Se separiamo l’erotismo dalla religione banalizziamo l’erotismo e rendiamo la religione qualcosa di freddo e poco umano. L’eros isolato dall’amore diventa egoista, disumano, astratto e maschilista. Dio ci

6- Anselm Grün, citato da Wunibald Müller in “Besar es orar”.

7- Anselm Grün, “Intimität und zolibatares”, Leben, Würzburg 1995.

ha donato l'erotismo e ci ha donato un cuore per amare. L'amore sensuale assieme all'amore spirituale agape danno entusiasmo e allegria alla nostra vita interiore. La santità ci richiede di non dimenticarci di essere umani e ci dice che i nostri incontri sessuali sono un regalo che si manifesta con gli abbracci, le carezze e il donarsi reciproco.

Con la sessualità Dio risveglia in noi un bisogno e, allo stesso tempo, ci suggerisce come soddisfarlo. Tutti abbiamo il bisogno di essere toccati, abbracciati, accarezzati e sostenuti dall'altro. È un bisogno elementare. La forza della sessualità è quella che ci fa uscire da noi stessi e ci spinge a donarci, a consegnarci e a unirci con l'altro. Molti cristiani sentono che la sessualità alimenta la loro speranza e generosità e che è quella che li rende capaci di raggiungere Dio.

Dio è colui che più ama e che più desidera il nostro bene. Per Lui, l'amore umano è la migliore manifestazione del suo amore. Per questo, un nostro grande peccato consiste nel dividere e separare l'amore umano da quello per Dio. Se noi desideriamo, se percepiamo la forza dell'attrazione che ci porta all'amore, tutto risulterà piacevole e tutti gli eventi della vita si illumineranno. La sessualità ci conduce nella parte più profonda dell'altro, quella dove si incontra Dio.

L'eros, di pari passo con l'amore, rallegra la vita, riveste di bellezza la natura, felicità i cuori degli amanti e il cuore di Dio, che è felice con loro. "Chi non è capace di provare delle emozioni con la propria anima potrà fare carriera come funzionario ma non riuscirà ad emozionare le persone"⁸.

8.- W. Müller, "Besar es orar", Sal Terrae . ST Breve, Santander, 2010 (trad.nostra).

4°.- PER DIALOGARE:

In un momento di silenzio cerchiamo di vedere Dio, libero dalle caricature che lo sfigurano, nello stesso modo in cui noi ci vediamo l'uno con l'altro: nudi, senza pregiudizi, senza alcun inganno o finzione. Guardiamoci negli occhi e sicuramente ci vedremo Dio che sta desiderando che guardiamo la sessualità in maniera positiva.

Per il nostro Dialogo:

1ª-Uno alla volta rispondiamo: cos'è per noi il SESSO?

2ª- Cos'è per noi la SESSUALITÀ?

3ª- Come crediamo che Dio veda il sesso e la sessualità?

Ricerchiamo la risposta nel nostro cuore, senza altri riferimenti che non siano il Suo amore e il Vangelo. (Dopo aver condiviso e parlato sulle risposte, leggete ciò che segue e comparatelo con quello che avete appena detto):

IL SESSO non è una parte di noi. Non sono gli organi genitali con cui otteniamo il piacere o procreiamo. Il sesso siete tu e lei, uomo e donna, genere maschile e femminile. Il sesso è la tua e la sua totalità, costruita lungo tutta la nostra vita; è la nostra biografia.

La SESSUALITÀ è la maniera di accettare, riconoscere e identificarsi con il nostro sesso. È il modo di essere e di relazionarsi. Ed è la maniera in cui ci desideriamo, ci amiamo, ci doniamo, ci incontriamo, ci regaliamo all'altro, la maniera in cui organizziamo la nostra vita come esseri sessuati.

5°.- PRENDIAMOCI PER MANO E FACCIAMO UN MOMENTO DI SILENZIO-PREGHIERA

Dopo questa semplice lettura è possibile che siate arrivati alla **seguente conclusione:**

Siamo esseri sessuati perché è Dio che l'ha voluto. Il sesso fa sì che siamo uomini e donne e Dio vuole che abbiamo relazioni mature e profonde e che ci avviciniamo al Regno dell'Amore. Dio vuole che accettiamo la nostra sessualità e che possiamo avere dei rapporti felici.

Tenendo in considerazione questi desideri di Dio...

Preghiamo⁹:

Signore, chiariscici le idee per vivere in pace e allegria i nostri incontri...

Quando ci guardiamo in silenzio, vediamo nei nostri occhi gli occhi amorevoli di Dio.

Signore, chiariscici le idee per vivere in pace e allegria i nostri incontri...

Se guardiamo Dio con amore, vedremo che ride delle stupidaggini che abbiamo detto e fatto riguardo la sessualità.

Diamoci un bacio convinti del fatto che con il bacio preghiamo, ci desideriamo, usciamo da noi stessi e ci riuniamo a Dio che ci accompagna.

9.- I puntini di sospensione che mettiamo nel momento di PREGHIERA indicano dei momenti di silenzio.

Signore, chiariscici le idee per vivere in pace e allegria i nostri incontri...

“L’amore terreno non è altro che un mezzo per l’amore celeste” ci dice W. Müller. Ci dimentichiamo che la sessualità è pregare e baciare, è passione, è ardore e desiderio. Ed è anche guardare, toccare, preparare la tavola, prenderci per mano, parlare con affetto, riassetare la cucina e rifare il letto... Tutto questo può far sì che ci sentiamo vicini e, nel sentirci vicini, ci avviciniamo a Dio e ci sentiamo toccati da Lui.

Signore, chiariscici le idee per vivere in pace e allegria i nostri incontri...



Équipes Notre-Dame
Secrétariat International
49, rue de la Glacière
7ème étage • 75013
Paris • France

Tel. (33) (1) 43 31 96 21 • Fax. (33) (1) 45 35 37 12
end-international@wanadoo.fr
www.equipes-notre-dame.com