

La tenerezza e il suo linguaggio

*I gesti di tenerezza hanno un potere:
si moltiplicano.*

Tenerezza e corporeità. La tenerezza si attua nella geografia, del corpo. Questi non è un muto spettatore di qualcosa che si compirebbe al di fuori o senza il suo intervento, ma lo specchio in cui la tenerezza si riflette, si esprime e si comunica. La corporeità è il marmo nel quale la tenerezza si scolpisce e il luogo della sua attuazione. Di qui la necessità, per chi vuole educarsi a vivere questo sentimento, di ricercare un'autoconsapevolezza corporea che lo liberi da ogni forma di dualismo, come da inibizioni inutili o falsi stereotipi, per accogliere l'essere nel corpo come la modalità specifica dello scambio e dell'incontro affettivo. Non si può imparare l'arte della tenerezza se non ci si educa all'unificazione del nostro essere, *corpore et anima unus*, e se non si apprende *la grammatica del corpo come luogo* di narrazione, linguaggio e campo espressivo dell'io-spirituale. Corporeità, tenerezza e spiritualità non rappresentano, dunque, realtà estranee, parallele o addirittura opposte, ma livelli inclusivi dell'unitotalità della persona, in permanente osmosi fra loro. L'io-spirituale, in altre parole, si trova costantemente di fronte ad un'alternativa decisiva: o fare del corpo uno *spazio di tenerezza* oppure ridurlo ad un *luogo di chiusura* e perfino *di autodistruzione*. La sfida è di scommettere sulla prima possibilità. Chi sceglie la tenerezza, accetta di assumere la corporeità come simbolo reale, segno e veicolo *di dono, accoglienza, condivisione*. Non va in questa direzione l'opzione di Gesù di Nazareth? Egli vive il suo essere nel corpo come un dono mediante cui manifesta e attua il suo «sì» al Padre, offrendo se stesso per la santificazione di tutti (Eb 10,5-10). Il suo «corpo dato» e il suo «sangue versato» rappresentano il «sacramento» di un'oblazione totale, espressione libera e gratuita di tenerezza amante, fino alla morte e alla morte di croce (Fil 2,6-8).¹

¹ Sul tema, mi permetto di rimandare al mio: C. ROCCHETTA, *Per una teologia della corporeità*, Torino 1993.

La tenerezza come incontro. Il *proprium* del linguaggio corporeo della tenerezza è di condurre all'incontro, non al possesso; allo scambio paritario, non al dominio. La categoria «incontro» deriva etimologicamente dal latino «*in-contra*», ed evoca un movimento verso, una direzione che conduce ad un appuntamento con l'altro, per riceverlo, dargli il benvenuto e, se necessario, venirgli in soccorso. Compresa alla luce di questa categoria, la tenerezza si manifesta come volontà di farsi vicino al prossimo e di promuoverlo, come un'estensione dell'io verso il tu, per affermarne l'esistenza e orientarne la crescita, a servizio di una sua reale autonomia effettiva e affettiva, esattamente come desidera (o deve desiderare) un padre per il figlio:

*«Ad un discepolo che pregava incessantemente
il maestro disse: "Quando smetterai di appoggiarti a Dio
e li reggerai sulle tue gambe?".*

Il discepolo rimase sbalordito:

*"Ma come, proprio tu ci hai insegnato
a guardare Dio come ad un padre!".*

*"E quando imparerai che un padre non è qualcuno
a cui appoggiarsi, ma qualcuno che ti libera
dalla tendenza ad appoggiarti?"».²*

La tenerezza dello sguardo e del volto. Segni immediati dell'«incontro con» sono *lo sguardo* e *il volto*. Lo sguardo anzitutto. Vi può essere *uno sguardo indifferente* che riduce la persona ad una «cosa» o addirittura la nega, rifiutando di riconoscerne la dignità o non accettando di collocarsi in un atteggiamento di dialogo, da pari a pari. E vi può essere *uno sguardo di dilezione* che manifesta un clima di amorevolezza e di attenzione, indirizzato a desiderare il bene dell'altro e a rispettarlo nella sua singolarità unica e irripetibile. È solo in questo secondo caso che lo sguardo si manifesta come uno sguardo umano e umanizzante e il volto è percepito nella reale valenza di un tu, altro da me, che esige di essere rispettato nella sua individualità, e non considerato un numero tra i tanti. Osserva

² A. DE MELLO, *Un minuto di saggezza*, Milano 1987, 14-15.

magnificamente A. Eschel: «Non è forse un miracolo straordinario che tra tante centinaia di milioni di volti non ve ne siano due eguali?». ³ La diversità dei volti è l'espressione dell'unicità di ogni essere umano e dice il suo diritto a non essere trattato come un oggetto. La persona è infatti assolutamente diversa da un oggetto:

- un oggetto si studia e si possiede, una persona si incontra e si rispetta;
- un oggetto si conosce e si può utilizzare per le proprie esigenze, una persona mi si rivela e m'interpella ad uno scambio di pari dignità;
- un oggetto «sta lì» come qualcosa di inerme, una persona è viva, porta in sé una storia, delle attese e delle paure;
- un oggetto è quello che è, una persona cambia, si progetta, ed è in sé una miniera di possibilità.

Ciascuno di noi può comprendere lo straordinario valore della persona se guarda, per un momento, a se stesso: io mi avverto) come unico, irripetibile; nessuno vivrà per me la mia vita, nessuno penserà per me i miei pensieri o sognerà i miei sogni; nel bel mezzo dell'essere con gli altri io so di essere unico, irripetibile. Lo stupore che provo per «il mio esserci» rimanda allo stupore che sono chiamato a provare per ogni altro da me. La tenerezza vuole aprire a questo tipo di incontro, dotare di questo sguardo stupito, orientando ad amare l'altro come amo me stesso. Il sentimento della tenerezza nasce dalla coscienza che il tu non esiste perché io lo incontro, ma l'incontro perché esiste. «Parlare a lui è lasciare che la sua alterità si compia», afferma in modo denso e incisivo E. Lévinas. ⁴ La tenerezza appartiene a questo ordine di percezione e si offre come un sentimento carico di affetto, colmo di soavità e di partecipazione (*pathos*), con il gusto della convivialità e la gioia di attuarla.

«Carezzare», non «afferrare». Si comprende, in questa prospettiva, come la metafora che meglio esprime lo stile della tenerezza sia quella del «carezzare». e non quella dell'«afferrare», come ha opportunamente rilevato C.L. Restrepo. ⁵ *Afferrare* un atto di potere e riguarda gli oggetti. «Quando afferro un oggetto lo faccio senza chiedere il permesso, ritenendo che le cose debbano essere al mio

³ A. HESCHEL, *Chi è l'uomo?*, Milano 1971, 59

⁴ E LÉVINAS, *Nomi propri*, Casale M. 1984, 22

⁵ C.L.RESTREPO, *Il diritto alla tenerezza*, Assisi 2001, 70-76

servizio, nel modo in cui ne ho bisogno».⁶ Purtroppo, «come afferriamo gli oggetti, altrettanto facciamo con le persone quando pretendiamo da loro solo funzionalità o le inseriamo in un meccanismo efficiente», riducendole a strumenti o mezzi.⁷ Afferrare è un atto di dominio e perfino di violenza. «Accarezzare» è invece un gesto di amore e riguarda le persone, nel rispetto della loro libertà e in un contesto di amorevolezza. Quando offro una carezza (o un abbraccio o una stretta di mano) conto sulla disponibilità dell'altro/a e l'altro/a avverte il mio gesto come un'espressione di affetto o di cordialità. Quell'atto è un dono che fa sentire vivi, sia, chi lo offre che chi lo riceve, come un «assaporare il dolce calore degli istanti».⁸ La «carezza» che sgorga dalla tenerezza non va confusa con la debolezza o la sdolcinatezza; al contrario, rappresenta il segno della serietà di un amore amante e di un impegno che suppone il coinvolgimento delle persone o addirittura il «tutto» e il «per sempre» come nel matrimonio. Il linguaggio del carezzare, peraltro, l'opposto di un lasciarsi andare agli impulsi immediati o epidermici.

Tanto meno può essere l'espressione di un'imposizione o di una sottomissione passiva, senza discernere e gestire in modo illuminato e intelligente le singole situazioni in rapporto al progetto di vita di ognuno. È evidente come solo coniugandosi con la maturità affettiva, il gesto del carezzare risplenda come segno di tenerezza e non crei situazioni di superficialità, di dominio o dipendenza.

Interiorità e tenerezza. L'immagine del «carezzare» è solo una metafora, e non esaurisce la complessa polivalenza del linguaggio della tenerezza. Il dato di fondo è il rapporto inseparabile che sussiste tra l'interiorità dell'affetto e la sua manifestazione sensibile. Il gesto corporeo è indirizzato ad essere via che canalizza le intenzioni dell'io-spirituale, assumendo forme espressive diverse in relazione ai contenuti peculiari che intende rappresentare. Lo scopo del gesto è di farsi accadimento di comunicazione: *tenerezza-che-si-esprime e*, in un certo senso, *espressione-di-tenerezza-in-atto*. Tra le molteplici forme del linguaggio corporeo della tenerezza vi sono la voce, il contatto fisico, la carezza, l'abbraccio, il bacio e l'intimità sessuale tipica della

⁶ RESTREPO, *Il diritto alla tenerezza*, 71-72

⁷ RESTREPO, *Il diritto alla tenerezza*, 72

⁸ RESTREPO, *Il diritto alla tenerezza*, 76

vita coniugale. La tenerezza richiede la valorizzazione di queste diverse forme espressive, non il loro soffocamento; una valorizzazione globale che assuma il corpo, con le sue strutture sensoriali, come *simbolo rappresentativo-realizzativo* dell'io spirituale e della sua dilezione amante, facendosi luogo di scambio affettivo. Il linguaggio sensibile, nelle sue molteplici forme, è la visibilizzazione di questa *interazione* vissuta, di questo «essere-con-e-per-r altro»; esso suppone l'interiorità. dell'affetto, la evoca., la manifesta e la dispiega. Non è inutile ricordare come nella vita di coppia e nel dialogo educativo, questo linguaggio non sia solo importante, ma essenziale; esso misura il grado di tenerezza raggiunto, contribuisce ad accrescerlo e determina la stessa realizzazione di una felice comunione coniugale e genitoriale. Un linguaggio, dunque, che non dovrebbe mai mancare nella vita di coppia e in particolare nel rapporto genitori-figli, da coltivare come spazio di primaria importanza. Secondo Virginia Satin, terapeuta familiare di fama, tutti, piccoli o grandi, abbiamo bisogno di almeno quattro abbracci al giorno per sopravvivere, otto per vivere, dodici per stare bene e vivere serenamente.

La voce e la sua tonalità. Con il sorriso, la voce rappresenta la forma di comunicazione più diretta. Si pensi allo scambio vocale tra la madre e il bambino o tra due sposi quando *si dicono l'amore e l'amorevolezza*. Il significato vitale di questa forma di comunicazione e di far sentire l'altro personalmente amato e ricevere da lui una corrispondente rassicurazione. La voce esprime questo «sentire», lo rappresenta e lo corrobora, precedendo, accompagnando e specificando il linguaggio della gestualità. Il tono di voce non è tutto; il suo senso è collegato al contesto entro cui si colloca e allo stato d'animo che manifesta, o sottintende; esso rappresenta in ogni caso un segnale attraverso cui forniamo la chiave di lettura dei sentimenti e/o di quanto intendiamo esprimere. Il tono può assumere modulazioni rasserenanti, carezzevoli, oppure il contrario; può ritenere una modalità che pacifica oppure comunica ansia. La voce, infatti, prima che per il tenore verbale, si connota per il contenuto emotivo che porta con sé. Una voce affettuosa può nascondere stati d'animo di risentimento o di collera. Per quanto mascherati, infatti, gli stati d'animo passano agli interlocutori più del contenuto stesso delle parole. Una buona educazione alla comunicazione affettiva deve tener conto di tutto questo, non per

costruire forme artefatte, ma per indirizzare ad essere liberi e autentici, nella consapevolezza che il timbro di voce è altrettanto decisivo quanto l'oggetto stesso della comunicazione. Non c'è bisogno di rilevare come la voce e il suo tono siano decisivi, se non determinanti, sul piano della comunicazione familiare. Ogni coniuge si accorge (o dovrebbe accorgersi) quando uno scambio verbale con il partner — anche di richiamo o di correzione — contiene affetto oppure nasce da rivincita o altro. Si tratta solo di impararne l'alfabeto e i segnali. Lo stesso vale per il discorso educativo nei confronti dei figli. Un uso sbagliato della voce può essere altrettanto diseducativo quanto i cattivi esempi.

Tenerezza e contatto fisico. Forma primordiale dello scambio affettivo è il contatto fisico. Il bambino ha bisogno delle carezze della madre e del contatto col suo corpo, come ha bisogno del latte o del cibo per vivere. Il suo sguardo, il sorriso o il pianto sono indici di una corporeità che cerca una corrispondenza affettiva. È risaputo come buona parte dei disturbi psicologici, psicosomatici o di socializzazione derivino dalla mancanza di *transfert* affettivi vissuti nei primi anni di vita. A questa istanza non si risponde dando soddisfazione per vie unicamente materiali, con regali o altro, ma creando *un clima ricco di gesti teneri, forti e maturi*. Non è sufficiente che i genitori parlino di tenerezza; occorre che la vivano, trasmettendola per osmosi, come l'aria che i figli respirano o il linguaggio che acquisiscono. *La tenerezza è un sentimento che si comunica nella misura in cui si incarna; esso non si insegna, si trasmette, vivendolo*. Dal piccolo che afferra la mano dell'adulto di fronte ad un pericolo, fino al morente che stringe la mano ai suoi cari, dal conoscente che ci esprime il saluto con una calorosa stretta di mano, agli innamorati che si tengono stretti per mano quasi a dire in atto che niente li potrà mai separare, il contatto fisico esprime sempre il bisogno di «essere-con», di non essere soli, e di «essere per», diventando dono-accoglienza l'uno all'altro. E più intenso è l'affetto più forte si fa il contatto, al punto da voler quasi lasciare un segno nell'altro/a, imprimendo il proprio ricordo in lui/lei. Non è escluso che l'uso dei tatuaggi sulle braccia o il corpo abbia, almeno in origine, questa psicogenesi. Un significato che pare sotteso dalle parole del Cantico dei Cantici: «*Mettimi come sigillo sul tuo cuore, come sigillo sul tuo braccio*» (Ct 8,6). Il tatuaggio diviene in

tal caso il simbolo di una volontà di superare il rischio di un contatto troppo breve o passeggero, per trasformarsi in un affetto duraturo, stampato nell'amato/a, in grado di dire il desiderio di stare sempre con lui/lei.

La carezza e l'abbraccio. Espressioni forti dello scambio e dell'incontro affettivo sono *la carezza* e *l'abbraccio*; espressioni tattili primarie che — non a caso — si ritrovano in tutte le culture e perfino nel mondo degli animali. Il termine «carezza» dal latino *caritia* rimanda ad un giudizio di valore: nel gesto della carezza, l'altro appare come *caro* (*carus*), vale a dire *prezioso, importante*, come se colui che offre la carezza dicesse a colui che la riceve: «*Tu vali. Ti voglio bene. Tu meriti stima e apprezzamento*», fino a poter garantire, come nel caso dei fidanzati e specialmente dei coniugi: «*Tu sei importante e non voglio più stare senza di te*». In ogni circostanza, la carezza manifesta un sentimento di amabilità/amorevolezza, e suppone un coinvolgimento personale, in relazione al tipo di rapporto a cui si collega o a cui rimanda. Sotto il profilo psicofisico, il gesto della carezza porta con sé una sensazione diffusa di gioia, di appartenenza, di piacevolezza o di abbandono, quasi travalicando le consuete regole inibitorie o di sola convenzione sociale. Più impegnativo è l'abbraccio. In esso, sia pure a livelli diversi, si manifesta e si dice in atto la scelta di due interiorità di voler essere unite: *un incontro fatto di accoglienza e di dono di sé all'altro, di condivisione di affetto/amicizia/amore*. L'abbraccio può esprimere rassicurazione, protezione, sostegno; indicare un cammino di crescita, nella gioia di orientarsi verso un obiettivo comune, oppure trasmettere fiducia di fronte a situazioni di dolore o di paura; può indicare amore o riconciliazione, rafforzare la comunione o dare coraggio in vista di un impegno arduo o inaugurare un nuovo cammino. Sempre è simbolo di impegno reciproco, facendo unire le forze e donando il senso dell'unità nel difficile viaggio della vita. È d'altronde nella tenerezza che l'abbraccio raggiunge la sua massima espressività, e viceversa l'abbraccio fra gli sposi è un'espressione forte che consente di manifestare e crescere ogni giorno nella tenerezza.

Il bacio. Particolare forza, nell'ambito dello scambio affettivo, lo riveste il bacio. Tra due innamorati o tra coniugi, esso si realizza come una trasfusione di anima., di desiderio amante, da cuore a

cuore, da spirito a spirito. Il bacio della madre o del padre verso il figlio significa protezione, attestazione di stima, rassicurazione, quasi a dirgli: «*Io ci sono: non ti lascio solo*». Tra persone amiche costituisce il simbolo di un saluto, di un'amicizia, di un guardare insieme verso la stessa direzione, sostenendosi a vicenda. È evidente come il bacio assuma contenuti simbolici diversi in rapporto al diverso livello di impegno affettivo delle persone, del modo o della specifica valenza che gli è attribuita. Può perfino diventare il bacio del tradimento, come nel caso di Giuda. È certo, in ogni caso, che il bacio è uno dei linguaggi corporei più coinvolgenti e impegnativi. E, infatti non lo si dà a chiunque e non lo si riceve da chiunque: ma solo in determinati contesti e in relazione a precise circostanze. Non si scambia un bacio con uno sconosciuto; si suppone un minimo di intesa affettiva. Nell'esperienza coniugale, il baciarsi manifesta la volontà degli sposi di essere l'uno nell'altro, con il desiderio di non separarsi, di non perdersi e non disperdersi, ma conservare una profonda comunione di amore, e anzi rafforzarla. Lo stesso per i fidanzati. Il bacio è sempre un narrarsi a vicenda, come esseri che si impegnano vicendevolmente e si aprono alla gioia di sentirsi amati e di amare.

L'intimità sessuale. Il rapporto intimo, nell'ambito del sacramento nuziale, manifesta il senso profondo della sessualità come oblazione reciproca e totale. In nessun altro caso il corpo è tanto accadimento di dono-accoglienza-condivisione come nell'incontro coniugale tra gli sposi. Un tale incontro non può mai essere separato dalla tenerezza che lega i due e li ha resi un «noi» nel sacramento del matrimonio. La concezione biblico-cristiana considera la sessualità come *promessa di comunione e capacità di divenire uno nell'amore*, come un'energia - la più potente presente nella creatura umana - che spinge allo scambio e alla gratuità. Solo in questo contesto essa realizza la sua verità e il suo significato più alto. Anche quando - come nel celibato volontario - non viene esercitata nelle sue espressioni genitali, la sessualità rimane un dinamismo che orienta al dono, all'accoglienza, alla condivisione. Una simile visione si oppone diametralmente alla concezione egocentrica della sessualità dominante nella nostra cultura che punta tutto sul principio del piacere individuale, dissociando il gesto sessuale dall'amore e privatizzandolo come un bene di consumo da gestire in modo

disimpegnato, de-responsabilizzato e, alla fine, de-personalizzato. La tenerezza è il «sentimento affettivo» che fonda la realizzazione del significato spirituale della sessualità, orientando a superare l'ego-centrismo infantile e facendo vivere l'incontro coniugale come scambio pienamente personale, paritario e reciproco: impegno di crescita nello stupore dell'amore e dell'affetto. Solo la tenerezza, infatti, fa sperimentare l'alterità come un valore positivo, da accogliere con rispetto e incanto, a cui guardare con apprezzamento, e non come uno strumento da utilizzare per il proprio piacere.

Tra desiderio e sessualità. La tenerezza rifiuta sia il narcisismo (che riduce a sé l'alterità) sia la violenza, (che distrugge il sé dell'alterità); essa conferisce un senso pienamente umano al desiderio sessuale e orienta all'incontro con l'altro/a nella meraviglia di un amore sempre nuovo e indistruttibile. La tenerezza è il contenuto vitale del gesto sessuale. Scrive E. Fuchs: *«Fra il desiderio e la sessualità si apre una via di umanizzazione nella quale la tenerezza, che è riconoscimento stupito dell'alterità dell'altro, dà significato al desiderio e in cui il desiderio, forza di vita e dono di gioia, diventa sorgente di ogni tenerezza possibile»*.⁹ La tenerezza garantisce dunque quello che la sessualità da sola non è in grado di offrire: il senso della gratuità, la gioia stupita dell'incontro, la liberalità generosa e creativa; e consente al gesto sessuale di rimanere allo *stato aurorale* e, per così dire, *sempre nascente*. Solo nella tenerezza la sessualità conserva la freschezza di un accadimento colmo di novità, custodito interiormente e confessato con la vita. È vero d'altra parte che in ogni forma di tenerezza aleggia un «erotismo leggero» che percorre l'essere della persona e rimanda ad un affetto diffuso come partecipazione vitale all'essere dell'altro/a e ricerca della *sua felicità*., prima che della propria. La tenerezza, sotto ogni profilo, appare inscritta nel dinamismo più profondo della sessualità. e rimanda all'attuazione del suo più alto significato; non ne è un aspetto marginale o estraneo. Solo per questa via la sessualità non perde il suo vero orientamento e non si riduce ad un soddisfacimento delle tendenze istintive, smarrendo il suo significato personale. La tenerezza è *impegno* per vincere l'egoismo nascosto nel cuore umano, canalizzare la sensibilità in un contesto di relazionalità affettiva, fatta di altruismo, di premura e di

⁹ E. FUCHS, *Desiderio e tenerezza*, Torino 1988, 7.

attenzione alle esigenze del partner: *essa è desiderare il desiderio dell'altro/a.*

«Eros» e «thánatos». L'educazione alla tenerezza si presenta dunque come la premessa imprescindibile per una buona educazione al significato autentico della sessualità, non dimenticando — in questo percorso — *l'orientamento trascendente della creatura umana.* La sessualità appartiene all'essere relazionale della persona e alla sua *vocazione originaria, indirizzata all'incontro con Dio*; come tale, essa manifesta un'insopprimibile nostalgia di Infinito. Per quanto realizzante, l'esercizio della sessualità porta sempre in sé il limite connaturale ad ogni realtà umana: se è vita (*éros*), è in pari tempo morte (*thánatos*); se è ricchezza, è al tempo stesso povertà. Quanto più alto è l'anelito ad una realizzazione gioiosa a cui la sessualità rimanda tanto più è avvertito il limite di cui soffre; quanto più essa si attua come comunicazione interpersonale tanto più manifesta il risvolto di solitudine che porta con sé; e quanto più forte è l'esperienza di tenerezza che attua, tanto più dolorosa è la percezione di una sua possibile conclusione. La sessualità e la tenerezza sono inevitabilmente collegate all'immanenza di questo mondo, mentre il cuore umano conserva in sé il desiderio di un Amore che non abbia fine. La ragione di questa apertura trascendentale sta nel fatto che la creatura umana, in quanto immagine di Dio, tende ad una meta che vada oltre la sola attuazione storica e porta in sé un incancellabile bisogno di ricongiungersi a Colui di cui è immagine. La sessualità e la tenerezza sono soggette alla medesima legge: se sono realizzanti, nascondono in pari tempo il desiderio di un incontro sempre oltre, indistruttibile, con il Signore della vita, l'Infinita Tenerezza. Lontano dall'essere realtà estranee al Creatore, sessualità e tenerezza rimandano dunque a lui nella loro dimensione di attesa e di attuazione e si collocano sotto il segno della sua benedizione, come appare fin dalle prime pagine della Genesi. È per questo che *esigono un'esperienza contemplativa del mistero di Dio.* Solo in lui, infatti, attingono al loro più profondo significato e risplendono nella loro più alta verità. Il sacramento nuziale, come si dirà nel capitolo seguente, viene incontro a questa istanza, costituendosi come la grazia di una nuova tenerezza, la tenerezza sponsale di Cristo e della Chiesa, la tenerezza trinitaria; dono che consente agli sposi di

attingere, se lo vogliono, al pieno compimento del loro amore-amante e orientare la nostalgia d'Infinito che portano in sé verso la sua piena realizzazione.

Per una verifica ...

La tenerezza garantisce quello che la sessualità da sola non è in grado di offrire: il senso della gratuità, la gioia stupita dell'incontro, la liberalità generosa e creativa; e consente al gesto sessuale di rimanere allo *stato aurorale* e, per così dire, *sempre nascente*.

È vero questo per noi?

1. Tenerezza e sessualità.

La sessualità non si riduce all'uso della genitalità; essa rappresenta una dimensione costitutiva che coinvolge tutti i momenti della vita di coppia e suppone un contesto affettivo di tenerezza amante.

1.1. Prevale in noi un simile contesto di tenerezza?

1.2. Come esprimiamo il linguaggio della tenerezza? Diamo il dovuto spazio ai gesti affettivi?

1.3. Quale concezione della sessualità è dominante in noi?

- Una visione positiva, libera da tabù inutili?
- Una visione riduttiva, ridotta a mero soddisfacimento degli istinti?
- Una visione abitudinaria, con la perdita di interesse per l'altro/a?

1.4. Ci sentiamo liberi di parlare tra noi di quello che sentiamo o di quello che non va?

2. Siamo soddisfatti della nostra vita affettiva?

La tenerezza è il «sentimento affettivo» che fonda la realizzazione del significato spirituale della sessualità.

2.1. C'è una buona armonia affettiva fra noi?

2.2. Sappiano rispettare le esigenze dell'altro/a?

2.3. Ci poniamo in atteggiamento reale di dono, accoglienza, condivisione?

2.4. Quale gerarchia poniamo tra la comunione dei cuori e la comunione dei corpi?

3. Sessualità e Dio.

Non c'è, per gli sposi cristiani, l'amore umano da una parte e l'amore di Dio dall'altra; al contrario, vi è una corrispondenza profonda e inseparabile.

La sessualità, vissuta secondo il progetto di Dio nel matrimonio, non allontana da Dio; esprime anzi il suo Amore e vuoi condurre a viverlo in pienezza.

3.1. L'è vero questo per noi?

3.2. C'è qualcosa che occorre rivedere per poter esprimere la sessualità nella verità del suo significato più alto?

3.3. In che modo la nostra vita affettiva ci avvicina a Dio e viceversa Dio ci aiuta a crescere nella tenerezza?

3.4. Quale spazio diamo alla preghiera per poter vivere il senso profondo della nostra sessualità coniugale?