

## METTIAMOCI A NUDO

*Fate questo lavoro prima con una breve riflessione personale, e poi con un confronto di coppia. Sentitevi liberi di parlarne fra voi due; quanto vi direte resterà fra di voi e non sarà richiesto di dividerlo pubblicamente!*

“Gli atti coniugali con cui gli sposi si uniscono sono onorabili e degni, e, compiuti in modo veramente umano, favoriscono il donarsi l’uno all’altro e arricchiscono vicendevolmente gli sposi stessi. Questo amore è espresso in modo del tutto particolare dall’atto sessuale proprio del matrimonio” (dal Concilio Vaticano II).

Abbiamo visto come la sessualità sia un luogo di incontro fra un uomo e una donna, un modo di comunicarsi reciprocamente il proprio amore e mettersi in relazione molto intimamente. Essa riguarda infatti la parte più intima e profonda di noi, e coinvolge interamente il nostro corpo e i nostri sentimenti. Il nostro corpo infatti è il primo ed essenziale strumento con cui possiamo comunicare all’altro amore ed accoglienza, oppure possesso ed egoismo.

1. Che atteggiamento mi è stato trasmesso in famiglia sulla sessualità? (pregiudizio, imbarazzo, curiosità, razionalità, serenità, gioia, ...)
2. Sento che il mio corpo, così com’è, è prezioso? Sento che può diventare un dono per te? Vivo il tuo corpo come un dono per me? Sono disposto a mettermi in cammino in questa direzione?
3. Che cosa vuol dire per me “fare bene l’amore”? che cosa vuol dire per te?