



Se Non Ami (Nek)

Puoi decidere le strade che farai
 puoi scalare le montagne oltre i limiti che hai
 potrai essere qualcuno se ti va
 ma se non ami - se non ami
 non hai un vero motivo per vivere
se non ami - non ti ami no non ci sei - se non ami
 non ha senso tutto quello che fai
 puoi creare un grande impero intorno a te
 costruire grattaceli e contare un po' di più
 puoi comprare tutto quello che vuoi tu
ma se non ami - se non ami
 non hai un vero motivo per vivere

se non ami - non ti ami e non ci sei
se non ami - se non ami
non hai il senso delle cose più piccole
le certezze che non trovi e che non dai
l'amore attende e non è invadente e non grida mai
se parli ti ascolta tutto sopporta crede in quel che fai
e chiede di esser libero alle volte
e quando torna indietro ti darà di più
se non ami - se non ami
tutto il resto sa proprio di inutile
se non ami - non ti ami - non ci sei...
senza amore noi non siamo niente mai...

I 5 linguaggi dell'amore

Il dott. Chapman sostiene che esistano 5 linguaggi dell'amore e che ciascuno di noi ne parli uno in particolare. E con lo stesso linguaggio ognuno decifra la realtà d'affetto che il mondo esprime verso di lui e comunica il proprio affetto agli altri.

Essi sono (in ordine di comparsa nella nostra evoluzione):

- ◆ CONTATTO FISICO
- ◆ PAROLE D'INCORAGGIAMENTO
- ◆ MOMENTI SPECIALI
- ◆ DONI
- ◆ GESTI DI SERVIZIO

Contatto fisico: molto prima di conoscere il significato dell'amore, il bambino si sente amato tramite il contatto fisico. il contatto fisico è uno dei modi più facili di capire l'amore. *Dai un abbraccio a chi è importante per te? Ti piace camminare insieme con quelli che ami? Rimani felice quando ricevi carezze nel viso, capelli o nelle mani?* Normalmente questo è uno dei primi modi di comunicare l'amore che impariamo. Hai mai fatto caso come i bambini amano baciare e abbracciare? Quando fanno questi gesti, stanno dicendo che amano anche senza dire niente. Se hai risposto "sì" ad una di queste domande, probabilmente questa è il tuo primo linguaggio: il modo

in cui dimostri che ami e come piace che le persone dimostrino che ti amano. Fermati e pensi: *conosci qualcuno che sempre cerca di abbracciarti, che mentre parla ti tocca?*

Se la risposta è sì, probabilmente questo è il modo che quella persona sta dicendo che sei importante per lei, anche se non dice mai niente.

Parole di incoraggiamento: servirsi di parole per incoraggiare l'altra persona è un modo per esprimere amore. Molte persone hanno il bisogno di sentire che sono importanti, che sono belle, che sono intelligenti, che sono competenti e divertenti. Questo significa parole di incoraggiamento, ovvero, la manifestazione verbale dei sentimenti. In questo modo, esistono persone che sentono il bisogno di dire sempre il quanto amano i suoi amici, quanto loro sono importanti e quanto sono simpatici. Nel fare questo, stanno dimostrando con le parole di incoraggiamento è un modo di comunicare il loro amore. E ci sono persone che hanno bisogno di queste parole per sentirsi importanti. Per loro non è sufficiente passare del tempo, fare dei regali o abbracciarli, loro desiderano ascoltare dagli altri quello che pensano.

Se questo è il caso tuo, parole di incoraggiamento è il tuo primo linguaggio.

Momenti speciali - Questo è un tempo di qualità che significa il tempo che tu dedicherai esclusivamente a qualcuno/a, senza avere altre distrazioni vicino. Per esempio, questo è il tempo che si dedica alla conversazione, a vedere un film insieme, delle foto, a prendere un caffè ecc. Se ti senti importante, amato/a, quando qualcuno lascia di fare le altre cose semplicemente per spendere un può di tempo con te, probabilmente questa è il tuo primo linguaggio. Alla stesso tempo, se qualcuno esige sempre la tua presenza, in modo anche esclusivo, questo è il principale modo che quella persona ha incontrato di dirti che ti ama.

Nella Bibbia possiamo trovare un esempio di qualcuno che aveva questo modo di fare come primo linguaggio. Maria, sorella di Maddalena, amava rimanere ai piedi di Gesù. Il suo piacere era semplicemente rimanere lì. Era il suo modo di dire al Maestro che lo amava.

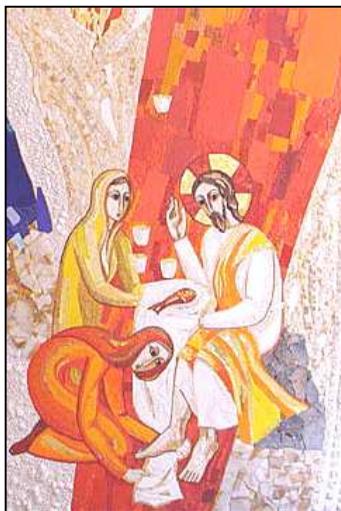
I doni - A chi piace ricevere regali? A tutti piacciono. A chi invece piace dare regali? Non proprio a tutti. I regali è un linguaggio peculiare e non è necessariamente collegato al valore. Per esempio, molti bambini fanno dei bellissimi disegni per i genitori, fratelli e zii. Per loro, questi disegni sono un prezioso regalo, un modo di dire che amano e s'importanto. Molte ragazze adorano spendere il proprio tempo pensando a qualcosa di creativo per regalare: sorprese, cartelli, fotografie, tra tante altre cose.

Se sei un tipo di persona che sempre quando fa un viaggio devi portare dei souvenir e dei ricordini per gli amici, che non si dimentica mai un di regalo di compleanno e che rimane male quando le persone si dimenticano di regalarti qualcosa, probabilmente questo è il tuo linguaggio.

I gesti di servizio - Sai quelle persone che si impegnano a fare tutto per fare piacere? Quelli che arrivano a casa e lavano i piatti, si rallegrano ad aiutare a sistemare un armadio e sono sempre disposti a dare una mano? Queste persone hanno come primo linguaggio di amore i gesti di servizio. Ovvero, per loro, l'amore è relazionato al fare.

Nella Bibbia c'è un buon esempio. Ti ricordi di Marta, sorella di Maria e Lazzaro? Quando lei sapeva che Gesù si avvicinava, lei sempre si dava da fare per servirlo. Preparava il mangiare, organizzava la casa ed era sempre coinvolta in una qualche attività.

Questo è un linguaggio molto bello, però c'è bisogno di comprendere che le persone devono amare e essere amate non per quello che fanno, ma per quello che sono.



Qual è per te il primo linguaggio d'amore?

1. Qual è il modo che prevale in me per esprimere amore alle persone?
2. Quali sono le "cose" delle quali mi lamento più di frequente?
3. Quali sono le "cose" che chiedo più spesso all'altro, ma che non necessariamente esprimo?

Quello che richiedi e a cui tieni maggiormente è, probabilmente, è il tuo modo di farti sentire amato.

Riflettiamo con l'aiuto del Vangelo

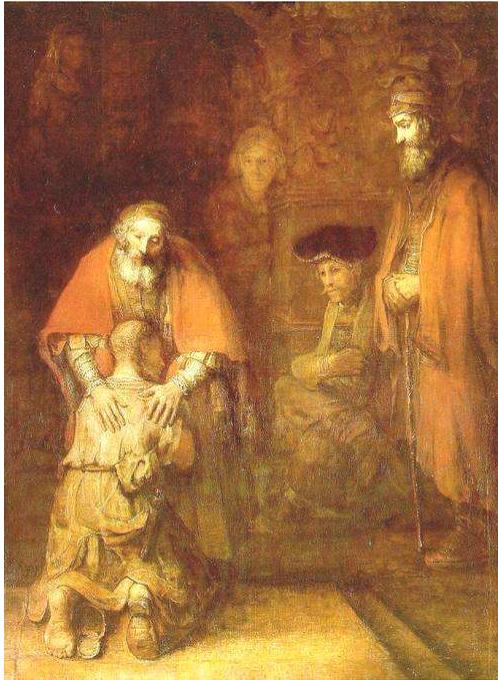
Dal Vangelo secondo Luca (Lc 15, 11-32)

¹¹ Disse ancora: "Un uomo aveva due figli. ¹² Il più giovane dei due disse al padre: "Padre, dammi la parte di patrimonio che mi spetta". Ed egli divise tra loro le sue sostanze. ¹³ Pochi giorni dopo, il figlio più giovane, raccolte tutte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò il suo patrimonio vivendo in modo dissoluto. ¹⁴ Quando ebbe speso tutto, sopraggiunse in quel paese una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. ¹⁵ Allora andò a mettersi al servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei suoi campi a pascolare i porci. ¹⁶ Avrebbe voluto saziarsi con le carrube di cui si nutrivano i porci; ma nessuno gli dava nulla. ¹⁷ Allora ritornò in sé e disse: "Quanti salariati di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! ¹⁸ Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; ¹⁹ non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi salariati". ²⁰ Si alzò e tornò da suo padre.

Quando era ancora lontano, suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. ²¹ Il figlio gli

disse: "Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio".

²² Ma il padre disse ai servi: "Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l'anello al dito e i sandali ai piedi. ²³ Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, ²⁴ perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato". E cominciarono a far festa.



²⁵ Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze; ²⁶ chiamò uno dei servi e gli domandò che cosa fosse tutto questo. ²⁷ Quello gli rispose: "Tuo fratello è qui e tuo padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo". ²⁸ Egli si indignò, e non voleva entrare. Suo padre allora uscì a supplicarlo. ²⁹ Ma egli rispose a suo padre: "Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai disobbedito a un tuo comando, e tu non mi hai mai dato un capretto per far festa con i miei amici. ³⁰ Ma ora che è tornato

questo tuo figlio, il quale ha divorato le tue sostanze con le prostitute, per lui hai ammazzato il vitello grasso". ³¹ Gli rispose il padre: "Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ³² ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato".

Proviamo ora a "coniugare" il Vangelo
con i 5 linguaggi dell'amore...



Teniamo presente
che siamo in un "momento speciale":
l'AVVENTO e il NATALE.
Tutti ci sentiamo, siamo "più buoni",
più propensi ai regali, più disponibili...

1. *Come ci prepariamo ad accogliere "veramente" in noi e nella nostra famiglia questo "piccolo bambino" che ha cambiato l'umanità e può cambiare la nostra vita?*
2. *Come "amiamo" le persone che ci stanno attorno?*
3. *Che "regali" pensiamo per loro?
Ci affidiamo alla "letterina di babbo natale"
ed andiamo al primo negozio che ci capita,
entrando con il portafoglio pieno
ed uscendone svuotati
(non interiormente, ma pecuniariamente...)
o desideriamo, cerchiamo,
ci impegniamo a dare loro un "regalo"
più grande, più vero: quello di cui
hanno veramente bisogno,
quello che veramente li può
e ci può aiutare a "fare Natale" ?*



La dieta della bellezza

C'erano una volta, in un paese orientale, due bellissime sorelle. La prima sorella andò sposa al re, la seconda ad un mercante.

Con il passare del tempo, però, la moglie del re si era fatta sempre più magra, sciupata e triste.

La sorella, che viveva con il mercante accanto al palazzo reale, pareva farsi più bella ogni giorno che passava.

Il sultano convocò il mercante nel suo palazzo e gli chiese: "Come fai?".

"È semplice: nutro mia moglie di lingua".

Il sultano diede ordine di preparare quintali di lingua di montone, di cammello, di canarino per la dieta della moglie. Ma non successe niente.

La donna era sempre più smunta e malinconica.

Infuriato, il re decise di far cambio. Mandò la regina dal mercante e si prese in moglie la sorella.

Nella reggia però, la moglie del mercante, diventata regina, sfiorì rapidamente. Mentre la sorella, a casa del mercante, in poco tempo ridivenne bella e radiosa.

IL SEGRETO? Ogni sera il mercante e sua moglie parlavano, si raccontavano storie e cantavano insieme.

L'amore comincia dalla famiglia

CREDO CHE QUELLO CHE TUTTI DOBBIAMO CAPIRE È CHE L'AMORE COMINCIA DALLA FAMIGLIA.

OGNI GIORNO DI PIÙ CI RENDIAMO CONTO CHE NEL NOSTRO TEMPO LE SOFFERENZE MAGGIORI HANNO ORIGINE NELLA FAMIGLIA STESSA.

NON ABBIAMO PIÙ TEMPO PER GUARDARCI IN FACCIA, PER SCAMBIARCI UN SALUTO, PER DIVIDERE INSIEME UN MOMENTO DI GIOIA, E MENO ANCORA PER ESSERE QUELLO CHE I NOSTRI FIGLI ATTENDONO DA NOI, QUEL CHE IL MARITO ATTENDE DALLA MOGLIE E LA MOGLIE ATTENDE DAL MARITO.

E COSÌ APPARTENIAMO OGNI GIORNO MENO ALLE NOSTRE FAMIGLIE E I NOSTRI CONTATTI SCAMBIEVOLI DIMINUISCONO SEMPRE PIÙ.

UN RICORDO PERSONALE. QUALCHE TEMPO FA ARRIVÒ UN GRUPPO NUMEROSO DI PROFESSORI DAGLI STATI UNITI.

MI CHIESERO: "CI DICA QUALCOSA CHE POSSA ESSERCI UTILE". DISSI LORO: "SORRIDETEVI SCAMBIEVOLMENTE".

CREDO DI AVERLO DETTO CON ECCESSIVA SERIETÀ. UNO DI LORO MI DOMANDÒ: "LEI È SPOSATA?".

GLI RISPOSI: "SÌ, E A VOLTE MI RIESCE DIFFICILE SORRIDERE A GESÙ; PERCHÉ ARRIVA AD ESSERE TROPPO ESIGENTE".

CREDO CHE L'AMORE COMINCI PROPRIO QUI: NELLA FAMIGLIA.

Madre Teresa

Preghiera

Quando amiamo i nostri figli,
mostriamo loro **la tua** bontà, o Dio,

Quando giochiamo,
parliamo **della tua** simpatia.

Quando li accarezziamo,
testimoniamo **la tua** tenerezza.

Quando li lasciamo essere "se stessi",
raccontiamo **la tua** libertà.

Quando li correggiamo,
riveliamo **la tua** giustizia.

Quando li ascoltiamo,
mostriamo **la tua** delicatezza.

Quando li perdoniamo, parliamo loro **della tua** fedeltà.

Quando soffriamo, testimoniamo **la tua** croce.

Quando ci inginocchiamo,
raccontiamo **il tuo** desiderio di intimità.

Quando ci commuoviamo,
riveliamo **il tuo** cuore.

Quando ci feriscono,
mostriamo **la tua** vulnerabilità.

Quando diamo loro un comando,
parliamo **della tua** autorità.

Quando sconfitti ricominciamo,
testimoniamo **la tua** risurrezione.

Quando contempliamo il creato,
raccontiamo **la tua** intelligenza.

Quando li proteggiamo,
riveliamo la tua affidabilità.

Quando ammettiamo di aver sbagliato,
mostriamo **la tua** umiltà.

Quando lavoriamo, parliamo **della tua** creazione

Quando li consoliamo,
testimoniamo **la tua** sensibilità.

Quando insieme ascoltiamo la Parola,
raccontiamo **i tuoi** pensieri.

Quando li benediciamo, riveliamo **il tuo** sogno.



...**Perdonaci** o Dio
quando **di te** diciamo male
o non diciamo nulla!

Scheda di "aiuto" PER CHI GUIDA il gruppo

- 1) **"Se non ami"** canzone di Filippo Neviani (in arte Nek) e Antonello De Sanctis, Warner Chapel Music, tratta dall' Album "Un'altra direzione"(2009) .

Il cantante afferma che: *"Questa canzone trae ispirazione dall'inno all'Amore di San Paolo, la dedico alle persone che concentrandosi troppo su se stesse, sul potere, sull'ammassare ricchezze, rimangono, spesso, le più sole. La vita, se non si ha qualcuno con cui dividerla, significa davvero poco. Se non ami, non hai un vero motivo per vivere... lo la penso così"*.

Infatti, i riferimenti biblici a 1 Cor 13, 1-13 sono evidenti: *"l'amore... non è invadente... tutto sopporta..."*.

Si tratta di una canzone in cui "l'altro" in quanto "destinatario" dell'amore, assume un ruolo di duplice importanza, perché diviene anche "mittente" di un senso alla propria vita.

Sia la musica che il testo rendono attuale l'inno di san Paolo, attraverso la proprietà dei rispettivi linguaggi, grazie alla modernità dei suoni nell'arrangiamento e delle immagini nelle parole che si "amano" a vicenda con la consapevolezza che senza amore noi non siamo niente mai.

2) **Il Vangelo di Luca 15, 11-32 e i "5 linguaggi dell' amore"**

1. RICEVERE DONI: il figlio chiede il "dono" della sua parte di patrimonio e il padre glielo concede. Non tutti i "doni" pretesi sono quelli giusti per noi, ma il Signore ci lascia la libertà di sbagliare: noi sappiamo quali sono i doni giusti da regalare ai nostri figli/coniuge/persona amata?

Un dono è essere figlio, un dono è la casa (*da cui cerchiamo di fuggire spesso!*), un dono è lo sguardo del padre che continua a cercarci, un dono è l'abbraccio non meritato, la corsa, il vestito bello, l'anello al dito (*il nostro bancomat*), la festa!!

2. **CONTATTO FISICO:** *"...suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò"...* È importante riportare i figli a casa, sia il piccolo sia il maggiore!
3. **PAROLE RASSICURANTI:** *"Ma il padre disse ai servi: "Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l'anello al dito e i sandali ai piedi. Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato".* Il Padre non lo fa neppure finire la sua accusa di peccati, invita alla festa, invita a casa, non permette che il suo figlio amato torni da schiavo, scalzo, stracciato, occorre mettere i sandali e il vestito bello, occorre rientrare da figli in casa!
4. **MOMENTI SPECIALI:** *"E cominciarono a far festa. (...) Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato"*
 È una festa grande, inaspettata, immeritata, eppure si fa. Una festa ingiusta secondo il servo e secondo il fratello maggiore, eppure la bontà del Padre desidera tutto questo!!! Anche il fratello maggiore è invitato a entrare, chi si chiama fuori perché ritiene che il fratello sia indegno, resta solo, nella tristezza! Il Padre esce due volte per far entrare i suoi figli in questo momento speciale, il piccolo entra, e il grande (che spesso ci rappresenta) entrerà???
5. **GESTI DI SERVIZIO:** *"Egli rispose a suo padre: Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai disobbedito a un tuo comando, e tu non mi hai mai dato un capretto per far festa con i miei amici."*
 NO!!! qui il gesto di servizio maggiore è quello del Padre che si mette a servizio del figlio donando l'eredità che non gli spettava (*mica era morto!!!*) Il Padre correndo (*era proibito per un adulto, correvano solo donne, bimbi e schiavi!!!*) fa un gesto di servizio. Poi anche la seconda uscita dalla casa è un altro gesto di servizio: va a pregare il fratello maggiore!!!