

Lavoro personale
“Fare l’amore per te, con te, in te!”

Da ***“Il prodigio che è in te”***
Chiara Amirante

Abitudini di pensiero e di comportamento limitanti

Affrontando il nostro conflitto interiore fra carne e Spirito, chiameremo tutto ciò che è legge della carne “io passionale” e tutto ciò che viene dallo Spirito (la scintilla divina che è in noi, quel prodigio che il Signore ha fatto e ha sognato per la nostra vita) “sé spirituale”.

I *personaggi-tipo* che troverete di seguito ci aiutano a visualizzare alcune delle abitudini che spesso assumiamo e che limitano il meraviglioso potenziale che è in noi.

Non vi preoccupate se vi ritrovate in tanti personaggi: solo se uno scopre di essere in gabbia può scoprire anche le modalità per scardinare quelle sbarre; se invece non sa di essere in gabbia, rischia di restarci per tutta la vita.

L’attore

Modalità comportamentale che ti porta a cercare di essere secondo quanto ti viene richiesto dal contesto in cui ti trovi, dovunque tu sia. Quando l’altro comprende che tu sei tante persone diverse, non riesce più a stimarti. Siamo tutti portati a stimare molto di più persone che sanno essere coerenti con i propri principi, anche se non condividiamo le loro idee.

Ferita di base: *se non rispondi alle mie aspettative, non ti voglio più bene.*

Paura tipica: *la paura di non essere accettati.*

Il timoroso

È ansioso. Si alza la mattina e per lui è un problema anche solo decidere cosa indossare. Interiorizza un fondamentale timore di sbagliare; di conseguenza ha paura di prendersi qualunque tipo di responsabilità. È sempre in cerca di applausi, vuole le “medaglie”, i riconoscimenti, un ruolo, deve sempre far carriera per avere nuovi trofei che affermino il suo valore, però poi in realtà ha bisogno di nascondersi dietro un ruolo per sentirsi protetta e per fare qualunque cosa.

Ferita di base: *non ne combini una buona.*

Paura tipica: *la paura delle responsabilità.*

Il duro

È l'uomo che non deve chiedere mai. Tante volte, coscientemente o no, colpisce per dimostrare la sua forza e superiorità. Non apre il cuore perché ha paura, perché sa che aprendosi può ricevere l’amore di cui ha bisogno ma con il rischio di essere colpito, perciò resta corazzato e sulla difensiva.

Ferita di base: *se non incuti timore dimostrando che sei il più forte, gli altri ti colpiranno e ti domineranno.*

Paura tipica: *la paura di essere colpito e sottomesso.*

Il critico

Il critico passa una gran parte del tempo a farsi grande nel dire quello che gli altri dovrebbero fare, così tanto tempo da non concludere niente di buono in tutta la sua vita. Tutto ciò che non funziona nella sua vita naturalmente è colpa degli altri.

Ferita di base: *qualunque cosa tu faccia, c'è sempre qualcosa che non va.*

Paura tipica: *la paura di mettersi in gioco.*

L'edonista

È quello che non è stato messo in condizione di affrontare la sofferenza. La modalità che gli è stata proposta è quella del piacere: *cerco di metterti in condizione di evitare il più possibile tutto ciò che è sofferenza, perciò ti vizio*. E cos' l'edonista, quando deve affrontare le varie difficoltà della vita, va in cerca di mille compensazioni: sigaretta (che da piccolo era il ciuccio), cibo, alcool, masturbazione... Ciò di cui ha veramente bisogno è un incontro profondo d'amore con l'altro.

Ferita di base: *ti voglio bene ma non voglio vederti soffrire.*

Paura tipica: *la paura della sofferenza.*

L'ipocrita

Classico atteggiamento di chi incontra un'amica e dice *"oh, ma come sei vestita bene! Che bello questo vestito nuovo!"* Mentre in realtà pensa *"mamma mia, ma come si veste questa? Proprio non ha gusto!"*. La pugnalata alle spalle è una modalità comportamentale classica dell'ipocrita, che ti fa il sorriso e, come te ne sei andato, sbeng, lancia il colpo. Quando ti arriva questa pugnalata difficilmente riesci a continuare ad amare come fa Gesù. L'ipocrita quasi mai riconoscerà di esserlo, deve ricevere una Grazia grande. Chiediamo questa Grazie nella preghiera!

Ferita di base: *non vai bene così come sei, perciò cerca sempre di far buon viso a cattivo gioco.*

Paura tipica: *la paura del giudizio.*

L'individualista arrogante

È il tipico burbero che tende a stare sulle sue. È uno che ha poco contatto con sé stesso, ha tante ferite aperte, molto dolore, molta rabbia ed è molto aggressivo. È una di quelle persone che hanno particolarmente bisogno di essere amate, perché è solo l'amore fedele che porterà loro guarigione. Dietro al lupo che ringhia c'è un cucciolo ferito, che ha provato ad affezionarsi una, due, tre volte, ricevendo sempre delusioni e sofferenze, fino a dire *"basta, chiudo, nel mio cuore non entra più nessuno, mordo chiunque si avvicini!"*.

Ferita di base: *non ti voglio più bene.*

Paura tipica: *la paura dell'abbandono.*

Il depresso

È ripiegato su sé stesso ed è sempre lì che si piange addosso. Così tanto che ogni piccolissimo problema diventa un dramma che lo rende incapace di vedere come sta l'altro e di capire che anche lui ha bisogno. Il depresso passa le ore a dormire, fumare, guardare la tv, perdere tempo e stordirsi, perché la maggior parte dei suoi pensieri sono distruttivi.

Ferita di base: *sei un disastro!*

Paura tipica: *la paura di tutto.*

Il competitivo

Per il competitivo tutto diventa un campo di battaglia per dimostrare che lui è più bravo, più intelligente, più affascinante, più simpatico, più forte, più tutto. Anche nell'intimità di coppia, deve dimostrare che lui è più macho di quell'altro, che la sua prestazione è migliore e concentra lì la sua attenzione. Ogni cosa che fa diventa uno stress infinito, perché deve sempre gareggiare con gli altri. Ogni dialogo non è uno scambio di idee ma una gara in cui non può permettersi di ascoltare un parere diverso dal suo, perché tutte le sue energie sono rivolte a dimostrare che ha ragione lui, punto. Non è capace di perdersi nel mistero meraviglioso di amore che può vivere. La competizione di per sé non è negativa, lo è quando diventa la trappola di uno stile di vita.

Ferita di base: *solo se dimostri di essere migliore degli altri sei in gamba!*

Paura tipica: *la paura di perdere.*

Il pessimista

Se nel cielo sereno c'è un'unica nuvoletta, il pessimista sta già vedendo il temporale. “Andiamo al mare!” “Ma figurati, arriverà sicuro il temporale!”. Ha l'abilità di riuscire a spegnere ogni possibile entusiasmo, proposta, iniziativa. Per paura delle difficoltà smonta tutto a priori e in questo modo non fa altro che moltiplicarle, perché le vede come problemi insuperabili quando magari sono situazioni semplici che basterebbe affrontare per superarle senza difficoltà. Se le affronta, magari scopre che il temporale è arrivato davvero, ma si è divertito da matti lo stesso al mare.

Ferita di base: *succederà qualcosa che ti farà soffrire.*

Paura tipica: *la paura delle difficoltà.*

L'invidioso

È interiormente incapace di gioire delle gioie degli altri. Non riesce mai a pensare quanto sia bello che qualcuno abbia avuto un successo, è sempre lì a cercare di colpire e squalificare le persone a cui succedono delle cose belle, fa di tutto per avvelenarle. Tutto per lui è causa di frustrazione, di delusione, di rancore. In fondo, l'invidioso è una persona insicura, frustrata e poco realizzata sia a livello spirituale che umano. Vede il successo altrui come una squalifica nei propri confronti perché lui non è allo stesso livello.

Ferita di base: *gli altri sono sempre migliori di te!*

Paura tipica: *la paura di non essere mai all'altezza della situazione.*

Il perfettino

Non è la persona che mira a fare sempre meglio le cose, ma ha la fissazione che tutto vada fatto con pignoleria, alla perfezione. Prova a fare una serie di cose perfette, dopodiché si rende conto che perfette non sono e allora che fa? Si dissocia, si crea quest'immagine di perfetto, di impeccabile e poi inizia una serie di menzogne con se stesso. Ha ben poco contatto con tutte le fragilità e povertà del suo sé reale. Il politico, il marito impeccabile... non importa se nasconde un mare di magagne, l'importante è che nessuno lo sappia.

Ferita di base: *se sbagli, perdi la mia stima e il mio affetto.*

Paura tipica: *la paura di sbagliare.*

L'apatico

Non si fa toccare da nulla, si disinteressa di tutto, nulla è un problema suo e tutto è un problema degli altri. La sua paura, ben nascosta e profonda, è proprio quella di fallire su tutti i fronti. Il suo agire è senza obiettivi precisi, è un girare a vuoto dando a sé stesso l'illusione di essere molto impegnato. Vive uno stato di insoddisfazione profonda che dà senso di pesantezza del corpo e dell'anima.

Ferita di base: *tu non vali niente!*

Paura tipica: *la paura di fallire.*

E io chi sono?

Il vero lavoro è cercare di vedere se per caso alcuni di questi atteggiamenti fanno parte del mio stile di vita quotidiano, quanto ne fanno parte, come ne fanno parte e cosa hanno procurato nella mia vita. Non si tratta di incasellarci in un personaggio, ma piuttosto di vedere quali sono le mie abitudini, le mie modalità di comportamento più frequenti.

Passa in rassegna i personaggi e per ognuno segna "spesso - a volte - mai", a seconda di quanto ti ritrovi in esso. Scegli, poi, 3 personaggi in cui ti ritrovi "spesso" e custodiscili in preghiera.

Imparare a conoscersi è imparare a fare l'Amore con sé stessi!

