



Nelle tue braccia
Intimità e sessualità

L'amore è il cuore della vita

Il cuore: cor → la parte centrale

Andare al cuore del problema

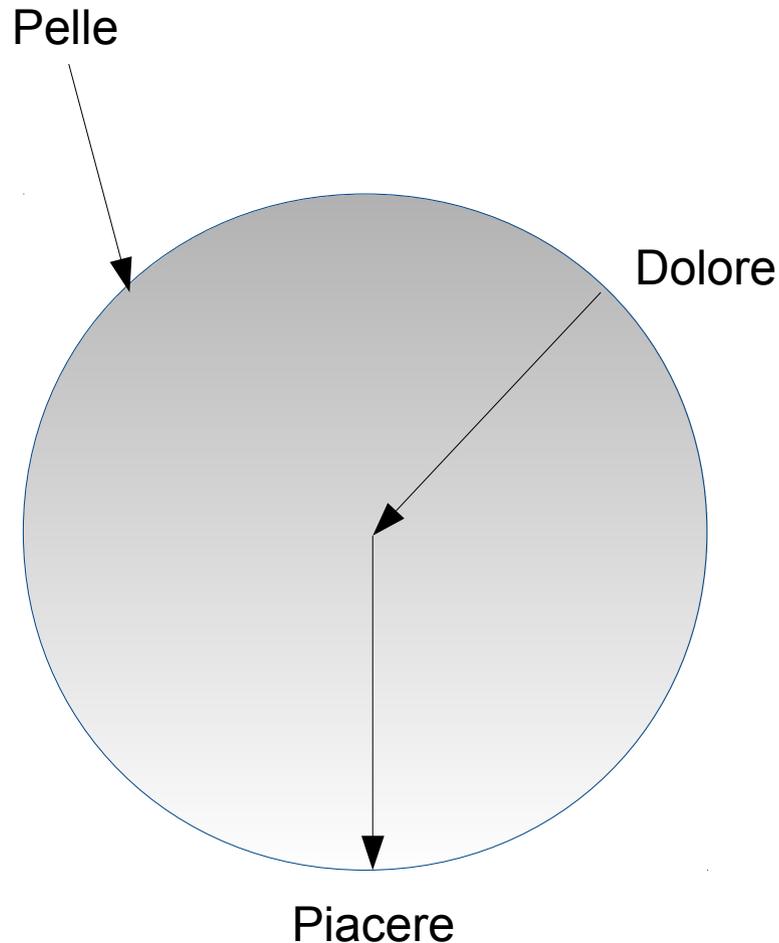
Change the heart (cambiare umore interamente)

“Il cuore è il posto dove risiede Dio nella relazione Io-Tu” (George Mallony)

E il cuore batte di sentimento: eccitamenti negativi es. panico, rabbia, collera, vergogna.... eccitamenti positivi es. felicità, contentezza, amore, attrazione erotica....

Chi è innamorato appare gioioso, radioso, ha una luce nello sguardo, il colorito è vivo....

Il piacere e il dolore



- L'organismo si apre al piacere
- Si chiude al dolore o alla paura
- Il piacere produce espansione del cuore, della pelle, occhi, zone erogene



Quando due persone si innamorano, non sono solo i loro corpi che si incontrano, ma anche le loro anime (Osho)

Il piacere e il dolore

- Piacere
- Apertura
- Incontro
- Calore
- Scambio
- Opportunità
- Dolore/paura
- Chiusura
- Solitudine
- Freddo
- Stasi
- Rifiuto



Il dolore provoca deflusso di sangue; l'esperienza di un grande dolore durante l'infanzia può renderci da adulti riluttanti ad amare; questo non significa che non si potrà amare ma che la spinta sarà esitante e condizionata (Alexander Lowen)

Rifiutare la mano

- Rifiutare la mano in un incontro si può interpretare come una espressione di freddezza, ostilità, timidezza...
- A volte è solo il ricordo della mano che non ci ha stretto, degli occhi che ci hanno guardato con sospetto, del corpo che ci ha respinto.
- Se i genitori controllano le loro espressioni di affetto fisico verso di loro e verso i figli questi apprendono questo tipo di linguaggio



Gli oggetti d'amore

- Ogni bambino ha due amore: la madre e il padre.
- Se un bambino non si sente amato crede che sia colpa sua e una volta che il bambino ci crede i genitori sono salvi, liberi di non amarlo
- Tuttavia siccome il bambino vuole essere buono per essere amato allora farà di tutto per reprimere i sentimenti negativi e si falsificherà...



Cuore, intimità, libertà

- Le parti dove il sangue affluisce molto vicino alla superficie sono quelle dove avviene il contatto più intimo. Sono conosciute come zone erogene: labbra, capezzoli, genitali.
- Il bacio è un incontro separato da uno strato sottilissimo di mucosa, sotto c'è la fusione del sangue....per questo è così eccitante.
- Amore quindi non si limita all'atto sessuale, esiste piacere e desiderio di intimità che porta a volersi sentire uniti, a percepire il battito del cuore dell'altro.
- Chiamiamo “intimo” ciò che si nega all'estraneo per concederlo a chi si vuol far entrare nel proprio segreto profondo...il pudore difende la nostra intimità ma difende anche la nostra libertà (Umberto Galimberti)

Aprirsi al gioco dell'amore

- Insieme agli istinti di attacco e fuga, di assunzione del cibo, la sessualità è la nostra energia più potente, è la forza creatrice fondamentale (Wolf Sigata Shneiger)
- Ma la sessualità è anche un gioco, una occasione per lasciare che i confini diventino labili, un modo per rallentare il tempo, per scoprire in fondo ad un respiro il senso profondo di un incontro
- “Un giorno Gesù scelse Giuda per incontrare il suo destino” (W Klassen) così l'amore, l'incontro e la vita preferiscono chi ha il coraggio di incontrare sé stesso piuttosto di chi fugge dal gioco dell'amore

Aver cura del sesso
per vivere bene l'amore

