

# Matrimonio: come coltivare il proprio amore

Vi proponiamo una testimonianza sull'orientamento familiare e dei corsi dell'IFFD (International Federation For Families Development).

18/08/2016

«Il corso di orientamento familiare? Mi è servito a imparare a litigare con Mario senza ferirlo!» A parlare è Alessandra, con la quale

ricordavamo un corso svolto dieci anni fa. Furono appena cinque o sei incontri, ma l'avevano così colpita da indurla a lavorare in profondità su un aspetto del suo carattere, per amore del marito. «Sugli argomenti fondamentali – continua Alessandra – c'è perfetta sintonia tra lui e me, ma è sulle piccole cose di ogni giorno.... Già io sono sempre stata piuttosto impaziente e perdo facilmente la calma per cui, anche dopo tanti anni di matrimonio, sbotto quando vedo qualcosa che non va.... Agli inizi del nostro matrimonio certi suoi comportamenti mi sembravano impossibili da sopportare e in certi momenti ho avuto paura che, alla lunga, avrei smarrito il senso più profondo della nostra unione. Poi ci fu quel corso.... quelle lunghe discussioni con le altre coppie partecipanti su casi di vita coniugale, così realistici, davano a Mario e me tanti spunti per riflettere sulla nostra quotidianità coniugale. Ci rendemmo

conto di quanto fosse importante “proteggere” il nostro amore..... E così, lentamente, ho imparato a controllarmi. E quando comunque perdo la pazienza, subito sdrammatizzo, riprendo il controllo ed evito di trasformare una situazione contingente (e forse anche poco importante) in un “caso di stato”. Poi devo ammettere che anche Mario si sforza di aiutarmi più di prima. In effetti abbiamo imparato a dimenticare immediatamente ogni piccolo battibecco che inevitabilmente “ravviva” le nostre giornate e darci ogni volta un bacio».

In effetti l’orientamento familiare ha avuto una profonda incidenza anche sulla vita della mia famiglia. Ce ne parlarono alcuni amici nel 1992, quando ci trasferimmo a Milano da Roma per motivi del mio lavoro. Eravamo appena sposati e per mia moglie si trattava del secondo spostamento, perché è di

Napoli e ora accettava di lasciare anche la casa di Roma, appena ristrutturata e allestita per accoglierci....

Il corso fu veramente provvidenziale. Trasferirsi da una città all'altra, freschi di matrimonio e con un cambio di lavoro è un po' "meno semplice" di quanto si possa immaginare. Inoltre noi "meridios" (ci chiamava così un nostro amico milanese, prendendoci bonariamente in giro per sottolineare che eravamo del Sud) siamo piuttosto nostalgici....

L'immediato beneficio che percepimmo dal corso fu quello di entrare in contatto con diverse giovani coppie come noi, con le quali si creò rapidamente un rapporto di confidenza e amicizia; le tematiche trattate, invece, per quanto interessanti, ci sembravano un po' lontane.

In realtà il corso aveva gettato in noi le basi per farci acquisire la consapevolezza che senza “volontà, metodo, impegno” anche la più bella storia d’amore (come era ed è la nostra) rischia di essere scalfita dalle circostanze esterne. L’avremmo capito con il tempo, soprattutto guardando chi, più sfortunato di noi, vedeva naufragare il matrimonio dopo il primo “colpo di vento”.

Ripetendo il corso, l’anno dopo, ci rendemmo conto che i programmi e gli argomenti erano molto più ampi e profondi di quelli che di primo acchito ci erano sembrati. In effetti i corsi di orientamento familiare sono l’occasione buona per approfondire e formarsi correttamente sui concetti etici e filosofici come quelli di persona, identità sessuale, amicizia, amore, sul carattere dei figli e su come educarli al bene e alle virtù. Quando questi concetti basilari diventano chiari fino ad essere

“metabolizzati”, far crescere nell’amore la propria famiglia, giorno dopo giorno, diventa naturale.

Dopo quel corso ne seguirono altri, e alla fine entrai nello staff dell’orientamento familiare.

Cominciai con l’affiancare i “moderatori” e a curare gli aspetti logistici ed organizzativi. Poi frequentai dei corsi per apprendere le tecniche di moderazione e i contenuti dei corsi stessi e infine passai ad avere dei ruoli “attivi” di promozione e organizzazione. Nel frattempo erano nate le nostre tre figlie e un altro trasferimento lavorativo ci aveva riportato a Roma, dove, ancora oggi, continuo le attività di orientamento familiare.

A volte mi chiedono se sia un impegno gravoso, difficile da conciliare con il lavoro e gli altri impegni della vita di famiglia. In realtà una delle cose belle

dell'orientamento familiare è che è un'attività formativa pensata per adattarsi perfettamente alla vita della famiglia stessa, per cui non “ruba” mai tempo.

I corsi prevedono la partecipazione a cinque o sei “sessioni plenarie” insieme a tutte le coppie partecipanti (di solito una dozzina), ciascuna della durata di poco più di un’ora e tra una sessione e l’altra trascorrono circa tre o quattro settimane. Calendario, orari, sede di svolgimento, tutto è stabilito in modo da venire incontro alle esigenze dei partecipanti. I corsi possono svolgersi chiedendo in prestito l’aula di una scuola, lo studio di uno dei partecipanti... in un agriturismo.... in una casa.

Per organizzare è sufficiente che ci un ambiente tranquillo sufficientemente spazioso per contenere il gruppo e per montare una lavagna dove fissare qualche

idea durante il dibattito. Se è necessario, si ingaggiano un paio di baby sitter che intrattengono i figli e, magari, a seguire si organizza una bella pizza tutti insieme.

Il ruolo del moderatore della sessione è solo quello di convogliare il dibattito, senza fare una “lezione”. I casi sono tratti da episodi di vita reale e quotidiana, raggruppati secondo un programma preciso che permette di sviluppare le tematiche fondamentali dell’amore coniugale, della vita di coppia e dell’educazione dei figli. Non si offrono soluzioni preconfezionate o univoche, ma si cerca di dare a ciascuno il metodo per affrontare al meglio la propria vita familiare.

Tra una sessione generale e l’altra le coppie partecipanti si dividono in “piccoli gruppi” (tre o quattro coppie), incontrandosi a turno a casa per leggere insieme il caso e

renderne così più agevole e veloce l'analisi durante la sessione plenaria. L'incontro a casa è una bellissima occasione per creare il clima di amicizia.

Ci sono corsi che trattano tematiche specifiche della coppia, altri diretti alle problematiche dell'educazione dei figli, da "Primi Passi" per chi ha figli appena nati (0-3 anni), a "Adolescenza", passando per Prime Conversazioni (4-5 anni), Prime Lettere (6-8) e Prime Decisioni (9-10 anni). Altri programmi riguardano i giovani non sposati e, da qualche tempo, ci sono i corsi anche per i nonni.

L'organizzazione internazionale che, in oltre 50 paesi del mondo, cura la redazione e diffusione del materiale, nonché i corsi per la formazione dei moderatori è l'IFFD (International Federation for Family Development), che gode dello status consultivo

generale presso l'ONU. In Italia le associazioni locali, tutte no-profit e su base volontaristica, presenti nelle principali città italiane, si riuniscono in una Conferenza Permanente. Sul sito [www.famigliaok.it](http://www.famigliaok.it) è possibile trovare tutte le informazioni.

---

pdf | documento generato  
automaticamente da <https://opusdei.org/it-ch/article/matrimonio-come-coltivare-il-proprio-amore/>  
(01/02/2026)