

Riassunto: la catechesi sul tema di San Valentino esplora la distinzione tra innamoramento e amore, evidenziando come il primo sia un processo spontaneo e chimico, mentre il secondo sia una scelta consapevole che inizia quando l'innamoramento svanisce. L'innamoramento può essere mentale, erotico o spirituale, ma porta con sé il rischio di confusione e necessità di vigilanza interiore.

L'innamoramento ha una durata limitata (12-36 mesi) e si basa su reazioni chimiche del cervello, simili a quelle delle droghe. Dopo questa fase, la relazione si trasforma: la passione lascia spazio all'affetto e alla cura reciproca, grazie alla produzione di ossitocina e vasopressina. L'amore maturo è basato sulla scelta, sulla convivenza e sull'accettazione della realtà, non più idealizzata.

Un rapporto solido si fonda sulle quattro virtù cardinali:

- **Prudenza**, che implica responsabilità e consapevolezza nelle scelte.
- **Giustizia**, intesa come dare all'altro non ciò che merita, ma ciò di cui ha bisogno.
- **Fortezza**, che aiuta a superare le difficoltà e a guarire le ferite emotive.
- **Temperanza**, che insegna a gestire le passioni e rimanere fedeli alle proprie scelte.

La catechesi utilizza parabole evangeliche per illustrare il concetto di amore maturo, come quella del seminatore e delle vergini sagge, sottolineando l'importanza di costruire relazioni basate sulla profondità e sulla consapevolezza. L'amore è anche un atto di donazione, come espresso nell'Eucaristia: amare significa offrirsi all'altro, accettare le proprie ferite e trasformarle in fonte di luce e crescita.

Infine, si richiama la figura dell'Arcangelo Raffaele come simbolo di guarigione dell'amore, chiedendo liberazione da legami negativi e beneducendo le relazioni affinché possano crescere nella dimensione dell'agape, l'amore più puro e donativo.