

PAROLE PER AMARE CON CONSAPEVOLEZZA

Il romanticismo, con parole nuove

Dieci frasi da riformulare, senza perdere il cuore.

Ciao! Ecco le dieci frasi che ti avevo promesso. Non me ne vogliano i romantici: sono la prima a esserlo e ad averle usate spesso. Il punto è chiederci che cosa stiamo comunicando e che cosa stiamo chiedendo all'altra persona.

Queste proposte sono un invito a esprimere amore, vicinanza e desiderio con più consapevolezza, lasciando spazio a entrambi.

01. «Senza di te non sono niente.»

Puoi dirlo così: «La tua presenza arricchisce la mia vita. Sono felice di condividerla con te.»

Esprimi quanto conta l'altra persona, conservando il valore della tua esistenza.

02. «Se mi ami, dovresti capirlo.»

Puoi dirlo così: «Per me è importante sentirmi compresa. Vorrei raccontarti che cosa sto vivendo: ti va di ascoltarmi?»

Trasformi una prova d'amore in una richiesta esplicita, alla quale l'altra persona può rispondere.

DIECI FRASI, NUOVE POSSIBILITÀ

03. «Sei tutto il mio mondo. Sei la mia vita.»

Puoi dirlo così: «Hai un posto speciale nella mia vita. Amo quello che costruiamo insieme e ciò che ciascuno di noi porta nella relazione.»

Dai valore al legame lasciando spazio anche alle vostre individualità.

04. «Per te farei qualsiasi cosa.»

Puoi dirlo così: «Desidero esserci per te e sostenerti, ascoltando ciò di cui hai bisogno e ciò che posso offrirti.»

La disponibilità diventa sincera e sostenibile, senza promettere qualcosa di illimitato.

05. «Sono gelosa perché ti amo.»

Puoi dirlo così: «Tengo a te e in questo momento provo gelosia. Vorrei capire cosa mi succede e parlarne con te, rispettando la tua libertà.»

Riconosci l'emozione come tua e apri un confronto, senza usarla per giustificare il controllo.

06. «Sei l'unica persona che può rendermi felice.»

Puoi dirlo così: «Con te vivo momenti di grande felicità. Desidero coltivare ciò che ci fa stare bene, prendendomi cura anche del mio benessere.»

Esprimi la gioia della relazione senza affidare all'altro tutta la responsabilità della tua felicità.

DIECI FRASI, NUOVE POSSIBILITÀ

07. «Tra noi non devono esserci segreti.»

Puoi dirlo così: «Desidero sincerità tra noi. Vorrei concordare ciò che è importante condividere, rispettando anche i nostri spazi personali.»

Rendi la fiducia un accordo da costruire insieme, distinguendola dall'accesso totale alla vita dell'altro.

08. «Se ci amiamo, supereremo tutto.»

Puoi dirlo così: «Ti amo e desidero affrontare con te le difficoltà, cercando insieme ciò di cui abbiamo bisogno e riconoscendo i nostri limiti.»

All'amore affianchi intenzioni e azioni possibili, senza garantire un esito che nessuno può assicurare.

09. «Vorrei stare sempre con te.»

Puoi dirlo così: «Amo passare del tempo con te. Mi piace trovare un equilibrio tra i momenti insieme e gli spazi che fanno bene a ciascuno di noi.»

Dai voce al desiderio di vicinanza includendo la libertà personale.

10. «Non cambiare mai.»

Puoi dirlo così: «Amo ciò che sei oggi e desidero continuare a conoscerti mentre cresci e cambi.»

L'apprezzamento lascia aperta la possibilità di evolvere.

Non sono formule magiche: scegli quelle che senti vere, adattale alla tua voce e chiediti quali gesti possono renderle concrete. Le parole contano anche per il modo in cui scegliamo di viverle.

Con amore, Chiara