

Il tesoro dell'intimità

La consapevolezza della propria intimità è molto importante per poter coltivare relazioni di amicizia e amore. Vale la pena parlarne e riscoprirne il valore, per aiutare i ragazzi a conoscerla, difenderla e custodirla.

di **Saverio Sgroi**
Educatore e
consulente familiare



Una delle cose più belle di internet è quella di poter cercare immediatamente ciò che ti interessa: vai su Google, digiti quello che ti serve e da quel momento devi solo scegliere tra le innumerevoli informazioni disponibili. Certo, poi bisogna verificare che siano attendibili o corrispondano a ciò che stavi cercando. È quanto mi è successo tempo fa quando, nel preparare un incontro sul tema "intimità", avevo bisogno di un'immagine che la rappresentasse; ho ingenuamente digitato la parola sul motore di ricerca e... potete immaginare che cosa sia venuto fuori.

Racconto spesso questo episodio ai ragazzi quando affrontiamo questo tema. E subito dopo chiedo se conoscono l'etimologia dell'aggettivo "intimo". In pochi sanno che viene dal latino *intimus*, superlativo assoluto di *interior*, "interiore".



Grande è quindi la loro sorpresa quando si rendono conto che l'intimità ha a che vedere con ciò che sta più dentro, che è più interiore del nostro essere.

CHE COS'È L'INTIMITÀ

L'intimità è quel luogo profondo dove l'io incontra se stesso: non soltanto è la coscienza di sé ma è soprattutto quel luogo fatto di valori, desideri, sogni, gioie, dolori tutto nostro; un luogo che sveliamo solo a chi può meritarlo. Aiutare gli adolescenti a comprendere questa verità è il primo passo perché divengano consapevoli del suo enorme valore. All'intimità è infatti legata l'identità, l'autostima, la capacità di entrare in relazione, l'amicizia, l'amore, il rapporto con il proprio corpo.

Per scoprire il valore dell'intimità è necessario imparare a guardarsi dentro; un lavoro difficile, reso ancora più arduo da un mondo che ci ha abituati a proiettarci costantemente al di fuori. Oggi conta molto l'apparenza, il giudizio degli altri, l'accettazione, la moda... Guardarsi dentro è ancora più difficile per un adolescente, affascinato sì dalla scoperta di sé, ma allo stesso tempo timoroso di scoprire chi è veramente. Eppure è un passaggio fondamentale per poter rispondere alla domanda che più di ogni altra caratterizza l'adolescenza: *chi sono io?* Risposta che consentirà di farsi un'altra domanda importante: *per chi sono?* È impossibile infatti amare un'altra persona senza aver prima imparato a conoscere e amare se stessi.

«Accettiamo l'amore che pensiamo di meritare», si sente rispondere il giovane protagonista del film *Noi siamo infiniti*, dopo aver chiesto al suo professore perché certe persone non siano ca-

paci di difendersi da chi le maltratta. È difficile pretendere di essere rispettati se in fondo si è convinti di valere poco.

Qualche mese fa ho chiesto ad alcuni ragazzi se erano d'accordo sul fatto che tra intimità e autostima ci sia un fortissimo legame. Una di loro mi ha detto: «Quando una persona ha una grande autostima capisce che la sua intimità non è da concedere a tutti. L'intimità comporta una grande vulnerabilità, e per questo può essere data solo a qualcuno di cui ci si fida, che sia un amico, un partner, un parente...». È logico che sia così: senza una profonda autostima come si potrà perdere la paura di mostrarsi per quello che si è, senza essere sovrappresi dal timore di non essere accettati e amati?

Quante relazioni di coppia rimangono fragili, sterili, superficiali, perché non si riesce ad andare oltre la sola condivisione del corpo?

La consapevolezza della propria intimità è inoltre molto importante per coltivare relazioni di amicizia e amore. Che cosa condividiamo infatti in una relazione significativa se non la nostra intimità? E come potremo dividerla se non ne siamo consapevoli perché viviamo costantemente al di fuori della nostra vita? Quante relazioni di amicizia o di coppia rimangono fragili e superficiali per l'incapacità di uno o di entrambi di scoprire e custodire la propria intimità?

Per questo è molto importante educare l'intimità: aiutare i ragazzi a prenderne coscienza, a valorizzarla, a custodirla, a difenderla. Come? È chiaro che molto dipende dall'età e dalla sensibili-

tà di ogni singola persona. Ma alcune indicazioni generali possono essere utili, tenendo presente che si tratta di consigli che sono tanto più efficaci quanto più vengono attuati quando i figli sono ancora piccoli.

Iniziamo, per esempio, a rispettare noi per primi l'intimità dei ragazzi: i loro silenzi, i loro tempi, i loro spazi. Sappiamo quanto sia difficile vincere la tentazione di curiosare e intrometterci nella loro incipiente vita affettiva, soprattutto davanti al timore che possano farsi del male. «Ero così impaurita che potesse commettere degli errori che sono andata a curiosare nel suo diario, pur sa-

veleremmo se fossimo faccia a faccia con quegli "amici social".

Un altro campo è quello del modo di vestire e di parlare. Papà e mamma, da prospettive diverse, possono aiutare i figli a comprendere i messaggi che vengono trasmessi da un certo modo di vestire più o meno provocatorio, tipico dell'adolescenza.

Insegniamo ai ragazzi a coltivare il pudore che, lungi dall'essere qualcosa di superato, è una qualità molto importante per chi ci tiene a difendere e custodire la propria ricchezza interiore. «L'intimità è una sfera fatta di pudore», mi ha detto una ragazza; non sarà una definizione perfetta ma lascia intendere che, nel loro cuore, i ragazzi conoscono meglio di quanto noi pensiamo il legame fra intimità e pudore.

I modi per aiutarli a custodire la propria intimità sono davvero tanti. In fondo, basta mettere in pratica le parole di un ragazzo che, alla domanda su come si può difendere e sviluppare meglio la propria intimità, mi ha risposto: «Attraverso l'aiuto di persone speciali nella propria vita».

E noi non siamo forse persone speciali? ●

