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



na 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.

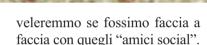
«Accettiamo l'amore che pensiamo di meritare», si sente rispondere il giovane protagonista del film *Noi siamo infinito*, dopo aver chiesto al suo professore perché certe persone non siano capaci di difendersi da chi le maltratta. È difficile pretendere di essere rispettati se in fondo si è convinti 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 sopraffatti dal timore di non essere accettati e amati?

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 tenta-

zione 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-



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?

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 condividerla 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 sensibilipendo che se mi avesse scoperto avrei perso la sua fiducia». Queste parole di una mamma preoccupata per alcuni atteggiamenti della figlia parlano da sole: quasi sempre siamo consapevoli che violare l'intimità dei figli è un errore tale da compromettere il rapporto di fiducia che ci deve essere con loro; e nonostante ciò continuiamo a farlo.

tare la loro intimità, sia fisica che interiore. Aiutiamoli poi a riflettere su quello che significa condividere i propri spazi personali sui social network e su come molte volte, senza che ce ne rendiamo conto, mettiamo in piazza la nostra intimità pubblicando informazioni che mai e poi mai ri-

Impegniamoci quindi a rispet-

8 MISSIONE MARIA - SETTEMBRE 2018