
Quando può esserci intimità

Autore: Angelo Alessi

Fonte: Città Nuova

La relazione della coppia espone alla vulnerabilità e richiede un coinvolgimento assoluto e la libertà di essere se stessi

L'intimità è l'esperienza di mettersi nei panni dell'altro senza timori né velate intenzioni di controllo, solo per riceverne sentimenti di calore, fiducia e rassicurazione. È un modo speciale di essere in connessione che suscita forti emozioni. L'intimità può essere sperimentata da tutti e con tutti, a prescindere dall'età o dal sesso, e si pone nella zona di confine tra la sensazione fisica e l'emozione. È un'esperienza che coinvolge i sentimenti, il corpo, la volontà e lo spirito, ma è anche un modo autentico di comunicare che ha un codice fatto di parole, gesti simbolici e azioni auto-rivelatrici. L'intimità ci svela all'altro attraverso una vicinanza esclusiva, e qualunque sia il contesto in cui si fa tale esperienza, l'aspetto che più la denota è l'attenzione al contatto con l'altro, con la sua natura più segreta e personale. La percezione benevola dell'altro incoraggia un'esperienza relazionale in cui i desideri espressi e le emozioni manifestate non saranno mai avvertite come ridicole o scandalose, escludendo il rischio di apparire eccessivi, ingenui, inadeguati. La spontaneità della comunicazione intima tuttavia espone a una **maggiore vulnerabilità**, poiché l'altro, se vuole, può ferire con una frase critica, o con un gesto di fastidio, o con un'occhiata di disapprovazione. Il rischio di essere umiliati è, in questi casi, più evidente che in altri, ed ecco perché l'intimità può nascere solo se il contesto relazionale è affidabile. Un coinvolgimento assoluto che presuppone la libertà di essere se stessi e la capacità di sapersi adattare rispetto all'esperienza in atto, la quale diventa creativa nel momento in cui ogni gesto, parola e sguardo rimangono unici. **L'intimità mal si concilia con la paura e con il controllo**, poiché nasce in condizioni di sicurezza e si alimenta con la fiducia. Ci sono persone che non sono predisposte psicologicamente all'intimità e non si coinvolgono emotivamente poiché hanno subito traumi o abusi di varia natura che gli hanno lasciato addosso delle cicatrici. Il contatto con l'altro viene allora vissuto come pericoloso, perché le antiche ferite possono sempre riaprirsi, e, per paura, chi è stato ferito rimane chiuso in sé, coltivando l'illusione di poter bastare a se stesso. L'intimità non è solo un'esperienza emotiva momentanea, non è solo una modalità comunicativa speciale, ma è anche una condizione psicologica di stabilità e sicurezza che rende esclusiva la relazione con l'altro. In questa profonda connessione i due amanti non sono più solo un Io e un Tu, ma si riconoscono in un Noi, che non è la semplice somma delle caratteristiche dell'uno e dell'altro, ma una terza entità che corrisponde, appunto, all'identità della coppia.