

A003887



FONDAZIONE INSIEME

Da IO DONNA del 28/7/2018, <<IL DILEMMA DEL PORCOSPINO>>, di  
Rosanna Campisi, giornalista.

Per la lettura completa del pezzo si rimanda al settimanale  
citato.

**Troppo lontani ci si perde, troppo vicini a volte ci si può far male. Temiamo gli altri alla larga, magari per proteggerci, o proprio perché ci è mancata la vicinanza: i confini del nostro spazio emotivo sono una questione molto personale. Come ci spiegano alcuni testimoni. Che stanno cercando i loro.**

Il premier Giuseppe Conte che saluta la first lady canadese al G7 con un baciamento è a suo agio.

Lo era anche Carlo, il turista italiano che in una gioielleria di New York, dopo il baciamento a una commessa, ha ricevuto 500 dollari di multa e l'accusa di molestie sessuali.

Ogni cultura ha il suo abc del vivere. Anche la sua "d", a dire il vero: "d" come distanza.

E se una mano sfiorata con un inchino l'annullasse? È possibile.

I confini del nostro spazio privato sono segnati dalla storia, da quella del luogo dove viviamo e dalla nostra, personale.

Trascurriamo un'intera vita alla ricerca di un'equidistanza a nostra misura. Da tutti. Mariti, figli, genitori, colleghi, amici. Esisterà quella giusta?

È il dilemma del porcospino raccontato da Arthur Schopenhauer: anche quando sentono freddo, scrive il filosofo, non possono avvicinarsi per scaldarsi perché hanno gli aculei e si fanno male.

«È un dilemma che ci sommerge e diventa paradosso» precisa Rolf Sellin, psicoterapeuta e autore di *Le persone ferite sanno ancora volare* (Feltrinelli).

«I giovani che sanno andare lontano per farsi la loro strada sono quelli che hanno conosciuto la vicinanza di genitori e affetti.

La distanza esige però una buona comunicazione: se non spiego di quanta ne ho bisogno, non la rispetterà nessuno».

Susan Green, impiegata che vive a Londra, è la protagonista di *La felicità del cactus* (Feltrinelli).

Le spine dei cactus di cui si prende cura sembra proteggano anche lei.

«È il suo modo di sopravvivere a un'infanzia vissuta senza amore» racconta l'autrice, Sarah Haywood, che con Susan condivide un passato con un padre alcolista.

«Quando ero piccola non invitavo a casa nessuno perché mio padre beveva. Mi isolavo. Crescendo ho rimodulato tutto.

Con la gravidanza, e poi con la maternità, il mio mondo è diventato enorme e a portata di mano.

Basta un pancione per ricevere sorrisi di sconosciuti in strada o un passeggino per diventare amica di madri meravigliose» aggiunge.

E se invece confidenze, videochiamate, social, regali e risate fossero troppo?

Quattro confessioni di chi ha cercato di prendere le "giuste" distanze da amici, partner, colleghi e genitori.

**PAESE CHE VAI, CONTATTO CHE TROVI.**

**I GIOVANI CHE SI FANNO STRADA HANNO CONOSCIUTO LA VICINANZA DI GENITORI E AFFETTI.**

Un inchino in segno di saluto, a Kyoto.

Una domanda, fatta da una coppia di indiani a un'altra sconosciuta di stranieri, in una strada di New Delhi: «Voi che metodi usate per non avere figli?».

Da una parte il contatto evitato, dall'altra un contatto improvviso e spiazzante.

Ogni cultura usa le sue misure per stabilire le "giuste" distanze.

«È come se il nostro corpo fosse circondato da una sorta di guaina protettiva che si è stratificata nei secoli.

È lei che filtra chi può diventare intimo» precisa Marco Croci, esperto di management interculturale, docente a contratto all'Università degli Studi di Milano e consulente aziendale.

«I popoli dell'Estremo Oriente compensano la promiscuità coatta a cui l'urbanizzazione ti costringe nello spazio pubblico con un altissimo senso di riservatezza nel privato.

In India invece quella "guaina " è meno spessa ed è facilmente attraversabile.

Il contatto fisico può essere privo di connotazione sessuale: accade così, per esempio in Medio Oriente.

Un manager mi ha raccontato che alla fine di una lunga negoziazione in Arabia Saudita è stato preso per mano da un componente del consiglio di amministrazione per essere trascinato e presentato agli altri membri in altri uffici: quel gesto per lui era segno di altissima fiducia: era condivisione» racconta Croci.

Ci toccherà immaginare allora i sottotitoli quando andremo in giro per il mondo: ricordarci, per esempio, che il protestantesimo che ha permeato la storia americana ha reso quel popolo pronto a scambiarsi ostentati gesti di fratellanza in pubblico, ma guai ad andare oltre in privato.

È la religione l'origine dell'applicazione rigida delle loro regole etiche.

Come la nostra, il cattolicesimo, che ha contribuito a renderci facilmente avvicinati.

Si fanno processioni, si canta, si danza: onoriamo i santi in modo così amichevole, figurarsi tra di noi.

Del resto, non è vero che ci abbracciamo in pizzeria come facciamo a un funerale?

**"IN COPPIA, OGNUNO A CASA SUA: È UNA QUESTIONE DI SOPRAVVIVENZA"**

**di Andrea Scanzi, giornalista.**

*44 anni, giornalista, scrittore (CON I PIEDI BEN PIANTATI SULLE NUVOLE, Rizzoli, è il suo ultimo libro), ha divorziato nel 2010 dopo sette anni, non ha figli per scelta (per ora) e da anni ha relazioni brevi e divertenti.*

«La distanza con un partner non è necessaria: è fondamentale. La coppia muore per soffocamento. Troppe telefonate, troppe pressioni, troppa vicinanza. Quello che molti chiamano egoismo in questi casi è solo un bisogno di ossigeno e di rispetto per gli spazi propri e, ancor di più, dell'altro.

Come si fa a capire quale sia la distanza giusta?

Non si capisce quasi mai.

Infatti le coppie scoppiano anche quando si fa finta che non sia così.

Direi che distanza è tante cose. È solitudine, spirito snob, ingrediente necessario per una convivenza sana. Soprattutto è libertà.

Serve non raccontare tutto di sé al partner? Sì, è il minimo sindacale perché una coppia duri più di un mese. Questa è una forma di distanza.

Vivere in case separate invece è una forma di sopravvivenza, anzitutto della libido.

Nella distanza io preferisco stare in silenzio, leggere, andare in moto, lavorare, passeggiare col mio cane, bere vino e stordirmi di serie tivù.

Poi però esco di casa, flirto con una ragazza bellissima e cerco di renderla felice.

Finché non mi annoio io. O magari lei».

**"HO CERCATO DI ALLONTANARMI DA MIA MADRE. FINIAMO SEMPRE COL LITIGARE"**

**Salvatore Falzone**

*20 anni, ha esordito con L'arte di rialzarsi (Marsilio), un romanzo a sfondo autobiografico che parla di adolescenza e depressione iniziato all'età di 18 anni.*

«Non esiste la distanza perfetta. Dipende dai genitori e dai figli.

Per trovarla si procede a tentativi, come quando hai una reazione allergica e togli o aggiungi cibi per capire la causa. Non serve però vivere il rapporto con i genitori come il più sacro e importante, altrimenti i tentativi non saranno mai abbastanza.

E la distanza invece è necessaria, magari dolorosa ma salutare per tutti. Se manca, o si litiga o prevale l'attaccamento morboso. Chi è costretto a restare in famiglia perché non trova lavoro, dovrà per forza cercare una distanza di sicurezza: è a rischio la fiducia in se stessi, lo? Sì, ho cercato di allontanarmi da mia madre. Siamo molto simili e finiamo sempre col litigare. La mia psicologa mi ripeteva a ogni seduta che siamo in simbiosi, e aveva ragione. Allontanarci è stato molto doloroso, restare distanti a volte lo è ancora, ma alla fine ci ha fatto bene. Anche nel

romanzo, il protagonista e la madre litigano sempre e poi fanno pace.

Un giorno lui decide di trasferirsi dai parenti, stufo più che dei continui litigi del fatto che sono così simbiotici.

È una situazione che ho vissuto con mia madre. Drammatica. Poi abbiamo fatto pace ma è stato chiaro a entrambi di quanta distanza avevamo bisogno».

**"ANCHE GLI UMANI, NONOSTANTE NON ABBIANO ACULEI, A VOLTE PUNGONO "**

**Natascha Lusenti.**

*46 anni, giornalista, voce dell'alba di Radio2 Rai, ha scritto Al mattino stringi forte i desideri (Garzanti), una storia che parla di tutti noi che, a volte, abbiamo bisogno di ripartire da zero.*  
«C'è un solo modo per capire la giusta distanza da mantenere nell'amicizia: provare ad avvicinarsi. Anche gli umani, nonostante non abbiano aculei, pungono. A me è successo di dovermi allontanar per proteggermi, anche di recente. Per quanto mi dispiaccia, non ho potuto fare altrimenti. Si tratta di un'amicizia che ha attraversato decenni della mia vita e sono sicura che ci ritroveremo. Le ho fatto capire che ci tengo, a ritrovarla. I social ci costringono a essere un po' troppo vicini. Ammetto che uno dei rapporti più importanti è nato su Facebook del tutto casualmente, ma in generale non considero gli incontri on line alla pari di quelli in cui puoi odorarti, guardarti, sentire il suono della voce. Distanza può essere tante cose, dipende dai nostri bisogni, lo ho sempre avuto necessità di trascorrere del tempo da sola ma negli ultimi anni lo sono stata troppo, non per scelta, e oggi quasi detesto la solitudine. Ce ne troppa e fa male a molti. Ho amici ovunque ma quelli intimi, con cui mi confido e mi diverto regolarmente, sono pochi e cambiano nel tempo. Le amicizie salde mutano di intensità, di frequenza, ma ritornano. E poi ci sono quelle nuove. Un incanto. Una sorpresa. Come un amore inaspettato».

**"NEL LAVORO NON SARÀ LA DISTANZA A PROTEGGERCI DALLE DELUSIONI"**

**Ingrid Hollweck.**

*47 anni, coach, fondatrice di coachpeople autrice di Conilict Coaching (FrancoAngeli).*

«Un dipendente si licenzia perché ha un brutto rapporto col capo, non con l'azienda. Lo confermano molte ricerche. Si può sperare di avere col amici? Sì. Ma sarà un bel problema poi si litiga. Ecco perché alcuni scelc un rapporto formale. Si sentono più al sicuro. In realtà non sarà la distar a proteggerci dalle delusioni. Anzi, avremo solo costruito rapport basati su poca fiducia e saremo più esposti al rischio di conflitti. Quel che vogliamo condividere in ufficio dipende solo da noi, dalle nostre esperienze e da nostri valori. Chiediamoci: "Se l'ami con un collega saltasse per una lite, riuscirei a lavorare ancora con quel persona?"". Se la risposta è sì, vuol dire che il nostro equilibrio è bi e che sapremo gestire affetti e lavo La distanza è necessaria proprio pe la vicinanza è un grande valore: per vale la pena cercarla, costruirla e curarla. Avere vicino chi fa il tifo

A003889,5

per ci stimola e ci aiuta anche nella carriera. Si chiama rete, non "cordata". Oggi | che mai le aziende hanno bisogno di manager che sappiano esprimere vicinanza ai bisogni di tutti e suscitare fiducia: modelli di autenticità, empatia e di una sana vulnerabilità umana. Quanto alle distanze dal lavoro, prendiamocene: va spenta la testa, | del cellulare. Nel tempo libero andrebbero anche distanziati i colte