

di **Pietro Cavaleri** – psicologo

L'armonia del noi

L'attenzione all'altro recupera la relazione compromessa da una sessualità distorta



foto di Kazuyoshi Nomachi, tratta dal libro "Il Nilo"

Il grande lago

Qualcuno ha paragonato la sessualità ad un grande lago alimentato non da una qualche sorgente interna, ma da numerosi fiumi che ad esso affluiscono portando ciascuno acque dal sapore diverso. Il paragone vuole alludere al fatto, non sempre scontato, che la sessualità non è una dimensione a sé stante, avulsa dagli altri aspetti della vita umana, quanto piuttosto l'espressione dell'intera complessità che si agita in ogni soggetto. Potremmo affermare, anzi, che essa, di per sé, non esiste, nascendo dall'incontrarsi e dall'integrarsi fra loro di varie dimensioni compresenti in ciascun essere umano fin dai primi anni di vita: l'immaginazione, l'emotività, l'affettività, la relazionalità e, non ultima, la corporeità.

È dalla misteriosa alchimia di questi diversi "fiumi" che scaturisce quella che noi chiamiamo sessualità. Più le acque

di questi "fiumi" si uniscono in una armoniosa mistura e più la sessualità emergerà come una realtà vitale, equilibrata e funzionale. Per pervenire ad una tale armonia e ad un tale equilibrio occorre, però, che ciascuna componente della vita sessuale sia presa in giusta considerazione e abbia il proprio spazio, senza che nessuna prevarichi o neghi l'altra, sicché bellezza, fantasia, sentimento, amore risultino uniti in una sintesi sovraordinata, capace di suscitare fascino straordinario e inesauribile energia. Questo "ideale" di sessualità ha, nel tempo, ispirato le opere di poeti, scrittori, artisti e perfino pagine suggestive della Bibbia, come quelle del *Cantico dei cantici*. È un "ideale" di sessualità che, tuttavia, resta lontano dalla vita di ciascuno e che di certo non sperimentiamo nella nostra ordinaria quotidianità.

Ma perché questa spaccatura tra la

soave purezza del *Cantico dei cantici* e la stanca pesantezza della realtà personale? Perché questa insanabile scissione tra amore e sessualità, tra bellezza e sessualità? Perché questa sessualità "ideale", intrisa di armonia, rispettosa di noi e degli altri, che spesso vediamo con gli occhi dell'anima, poi ci sfugge puntualmente nella vita di ogni giorno? Perché questa lacerante ambiguità in una realtà, quella sessuale, che viviamo ora come insopprimibile e fascinosa tensione vitale, ora come insopportabile peso che impaurisce e rende più gravose le nostre fragilità?

Il sesso oggetto

Soprattutto nel mondo occidentale, nato dalla cultura giudaico-cristiana, la sessualità è stata per lunghi secoli una dimensione della vita individuale fortemente "controllata" dalla comunità sociale e dai valori in essa dominanti. In questo contesto culturale la sessualità è stata non di rado negata nella sua dignità e relegata a funzioni di carattere esclusivamente riproduttivo. Ad essa si è per lungo tempo guardato come ad uno degli aspetti sicuramente meno nobili e significativi della condizione umana. Questa sorta di rimozione o negazione della sessualità, secondo Reich, è stato il più potente mezzo che le classi dominanti abbiano saputo utilizzare per inibire e contenere in modo capillare la spontaneità e la creatività dei singoli.

A partire dall'età moderna, quando l'uomo diviene "maggiormente" ed inizia a porsi al centro di ogni universo, il significato e la percezione della sessualità mutano radicalmente. L'uomo della modernità e della post-modernità vive la sessualità come una dimensione essenziale per sé e la trasforma in un

terreno di lotta per l'affermazione della sua identità individuale. Ogni tabù ed ogni proibizione morale vengono lentamente sfumati, fino a scomparire del tutto. L'affermazione di sé e del proprio sentire costituiscono gli unici criteri autoreferenziali attraverso cui gestire la propria vita sessuale; mentre l'iniziazione ad essa diventa, col sopraggiungere di ogni nuova generazione, sempre più precoce. Di fatto, non esistono più limiti alla spontaneità e alla liceità.

Tuttavia, proprio nel momento in cui si consolida questa sorta di "liberazione sessuale", ci si accorge con palese evidenza che la vita sessuale umana si è tragicamente impoverita e svilita.

Aumentano in modo progressivo le disfunzioni sessuali (soprattutto fra i maschi) e soprattutto si sperimentano nuove difficoltà nel coniugare insieme sessualità con affettività. Il sesso si trasforma sempre più in oggetto di baratto, divenendo essenzialmente una merce di scambio come tante altre.

Squalificata nella sua dignità ed estromessa dall'intimità di una relazione affettiva, la sessualità si esprime oggi in forme spesso volgari e violente, il cui variegato campionario è di continuo aggiornato da tristi e svilenti fatti di cronaca.

L'armonia oltre il disagio

Se in passato la sessualità, benché negata e coartata, era capace di suscitare positive reazioni di legittimo e curioso interesse; oggi essa, una volta "liberata" e sciolta da ogni vincolo di responsabilità, provoca non di rado un cupo senso di paura e di disagio, soprattutto nelle nuove generazioni. Divenuta luogo di manipolante autoaffermazione e di "cecità" relazionale, la

sessualità di oggi "spaventa". Essa diviene a volte una dimensione da cui fuggire con angoscia nel timore, del tutto fondato, di esporsi al rischio di essere "usati", al pericolo di non essere "riconosciuti" come portatori di irrinunciabili istanze affettive. "Fare sesso" è un modo di dire molto diffuso che, però, tradisce in sé la pericolosa rimozione di ogni connotato affettivo dalla vita sessuale umana.

Parziale e asfittico era il modo di concepire la sessualità nei secoli passati; distorto e alienante è oggi il modo in cui la cultura dominante ci impone la sua visione del sesso. Continua a mancare, per eccessi opposti, quella "armoniosa alchimia" di cui si parlava all'inizio. Cosa fare? Come agire in concreto? Come comporre in un equilibrio nuovo questa dimensione così centrale della nostra vita?

Trovandoci di fronte a processi culturali molto complessi e di carattere "epocale", è assurdo pensare a ricette facili e di "sicuro effetto". Può essere utile, tuttavia, constatare che un modo nuovo di interpretare la sessualità può

scaturire da una decisa "rivalutazione" della dimensione relazionale.

Per favorire una sessualità armoniosa ed equilibrata non basta essere "disinibiti" o riabilitare la legittima spontaneità del corpo, né tanto meno rievocare i fantasmi di una morale ormai datata. Per avvicinarci alla "purezza" del *Cantico dei cantici* può risultare utile, forse, imparare a vivere la propria sessualità avendo come principale criterio di riferimento non tanto alcuni astratti precetti morali o lo spontaneo sentire autoreferenziale, quanto piuttosto "l'altro", con il suo essere distante e diverso da me.

L'altro, verso cui dirigo il mio interesse sessuale, è una persona con una sua storia, porta con sé ferite più o meno profonde, cela un bisogno di affetto e una sensibilità emotiva che io non conosco e che lo rendono diverso da me. Recuperare questa "attenzione" alla diversità dell'altro è un tutt'uno con l'imparare a cadenzare il proprio sentire col suo in una armonia che, col tempo, diverrà sempre più "possibile" e profonda. ■

