

SESSO

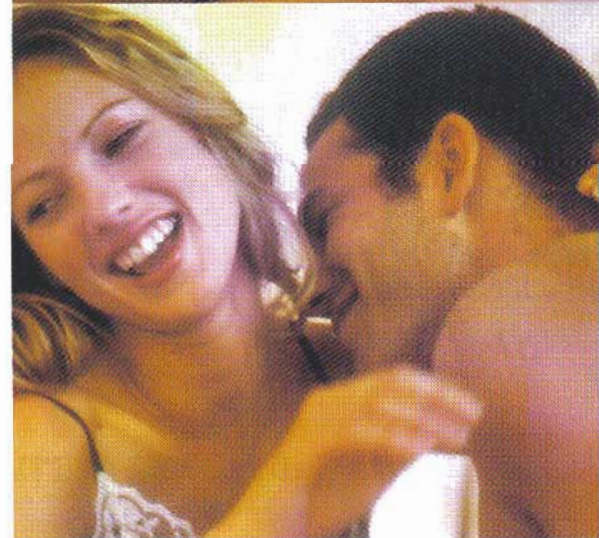
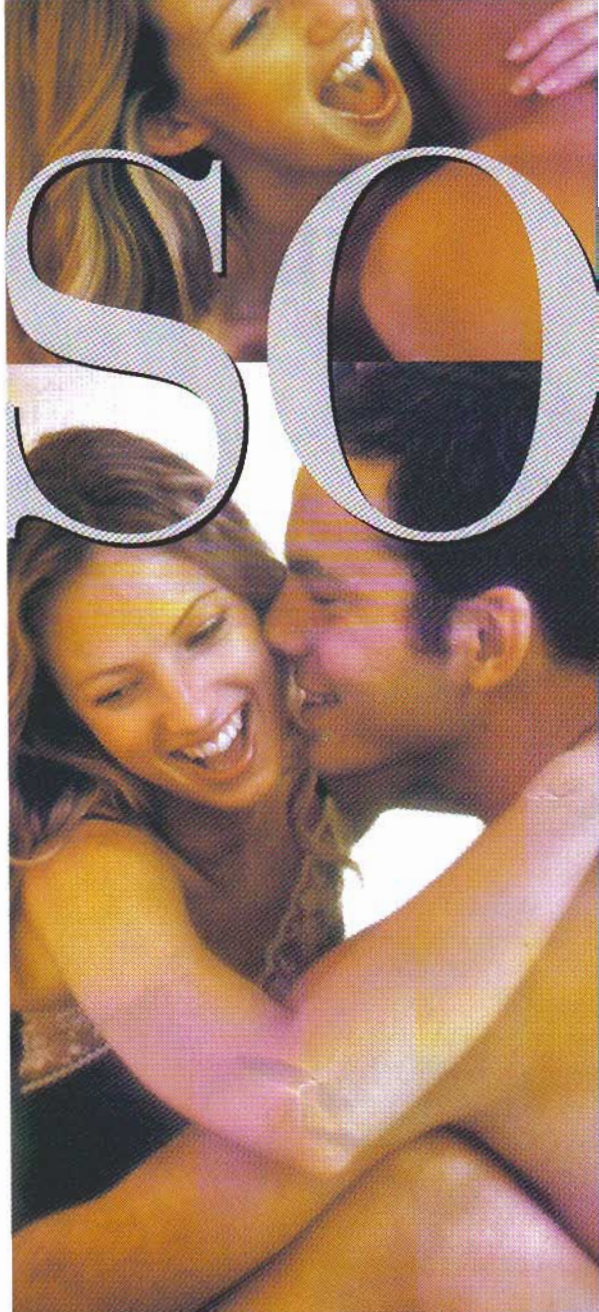
Una cosa seria o...?

PER ALCUNE È QUALCOSA DA VIVERE CON UN'INTENSITÀ GAIA, PRIVA DI PESANTEZZA. PER ALTRE UN MOMENTO QUASI SOLENNE, DA AFFRONTARE CON PROFONDA SERIETÀ

Woody Allen diceva: “Il sesso è la cosa più divertente che mi sia capitata senza ridere”. Ma è proprio il concetto di “divertente” che si presta a mille sfumature interpretative. Alcuni dicono che in camera da letto ci vogliono leggerezza e voglia di giocare (“altrimenti dov'è il piacere?”), altri, nell'atto sessuale, cercano soprattutto il pathos: sensazioni intense, quasi drammatiche. Perché se è chiaro che essere allegri e rilassati cancella problemi e ansie, è altrettanto vero che sdrammatizzare troppo, alla lunga, può cancellare l'eroticismo. E allora qual è la giusta via tra “sesso serio” e “sesso allegro”? E cosa dice della personalità di una persona il fatto di fare sesso in modo gaio e godereccio oppure, viceversa, con la solennità con cui si avvicinerebbe a qualcosa di sacro?

Modi diversi di interpretare il piacere

Le persone che possiedono una bella, spontanea risata danno di sé anche l'idea di essere predisposte alle gioie della carne. “Chi vive il sesso in modo leggero e divertente”, dice la sessuologa Laura Rivolta, “è chi gioisce di tutti gli aspetti della vita”. Così, ridere con il partner (ma mai del partner), anche sotto le lenzuola indica affinità e una relazione paritaria, serena ed equilibrata. C'è, però, anche un'altra “scuola di pensiero”: secondo una certa visione romantica delle relazioni, il piacere sessuale è legato inestricabilmente all'idea di “tormento ed estasi”. Come se un sesso goduto con il sorriso sulle labbra venisse in qualche modo privato della magia e diventasse meno coinvolgente. Già gli antichi greci associavano i concetti di *eros* e *tanatos*, amore e morte. E, del resto, il lessico aiuta: la tradizione letteraria, tra i vari termini, ha conservato quello di “piccola morte” per intendere l'orgasmo.



Il timore di apparire "leggera"

Tuttavia, le persone (spesso giovani donne) che fanno l'amore con troppa solennità, come se si stesse celebrando un rito, più che un profondo rispetto per l'atto in sé, forse rivelano delle paure di fondo. Sempre secondo la dottoressa Rivolta, chi prende troppo sul serio se stesso (e per estensione la propria sessualità) "dovrebbe forse mettersi in discussione, chiedersi perché fa prevalere proprio questo tipo di approccio all'eros". Molta importanza hanno l'immagine che si vorrebbe dare all'altro e, magari, un banale pregiudizio: mostrando di vivere con leggerezza il piacere, si teme di essere presa, per una persona, appunto, "leggera", con cui non vale la pena di impegnarsi. Un timore apparentemente demodé, questo, che tuttavia sopravvive in qualcuno, e che spiegherebbe anche perché la tendenza a caricare di seriosità l'atto sessuale si presenti più spesso all'inizio di un rapporto, oppure nelle coppie molto giovani. Eppure non è così scontato che un'immagine di gioia, piacere e leggerezza debba essere interpretata dal nuovo partner come disimpegno. "Una certa predisposizione alla leggerezza - dice ancora la sessuologa - non vuol dire superficialità, ma è un messaggio positivo rispetto al piacere e all'eros". Mentre, se si fa sesso come se "ci si concedesse", l'effetto può anche essere opposto: si rischia di appesantire il rapporto con l'altro, con l'esito di allontanarlo e metterlo in fuga. "In realtà, lo spazio di intimità va preservato e vissuto in modo giocoso, e se proprio ci si preoccupa dell'immagine di sé da trasmettere, che sia di predisposizione al piacere. Meglio, quindi, sperimentare una sessualità ludica e creativa, che dà più possibilità di crescita con l'altro: la voglia di serietà è bene mostrarla in altri ambiti", conclude la sessuologa.

Il senso di colpa

Anche un condizionamento culturale può portare ad assumere un atteggiamento "drammatico" a letto: chi ha assorbito dei precetti religiosi molto limitanti oppure ha avuto un'educazione rigida in famiglia, dove non c'è stata apertura a discorsi sessuali, può vivere il piacere con un senso di colpa. In questo modo, drammatizzare il sesso può essere un modo per aggirare questo senso di colpa, "per espiare" quello che si sta facendo e che si vive come un peccato.

Si costruisce il personaggio di chi si "sacrifica", si "offre" al compagno, quasi negandone l'aspetto piacevole: in questo modo, paradossalmente, si allontana da sé la responsabilità dell'atto sessuale e, quindi, il senso di colpa.

PERCHÉ A VOLTE SI PIANGE

Attenzione a non confondere una forte emozione con una reazione negativa, però. Sono diverse, infatti, le donne che piangono durante o subito dopo l'orgasmo, magari suscitando la preoccupazione del compagno. Preoccupazione legittima, ma in genere infondata: piangere nel momento di massimo piacere è una maniera spontanea di esprimere la liberazione emotiva, come spiega il sessuologo e psichiatra Marco Rossi: "L'orgasmo è il momento di sospensione di ogni attività cognitiva, in cui alla massima contrazione fisica corrisponde un abbandono mentale, quasi una suprema elevazione spirituale". Per questo ad alcune, soprattutto a chi teme di lasciarsi andare, fa addirittura paura: ma chi ha paura dell'orgasmo, in genere, al culmine del piacere non ci arriva nemmeno. Mentre il pianto, più che un disagio, indica semplicemente un abbandono, un'espressione spontanea. "La liberazione delle emozioni può andare in ogni direzione, bisogna fidarsi del proprio corpo: per paradossale che sembri, per alcune donne la lacrima può essere il proprio, più immediato segnale per esprimere benessere e gioia".

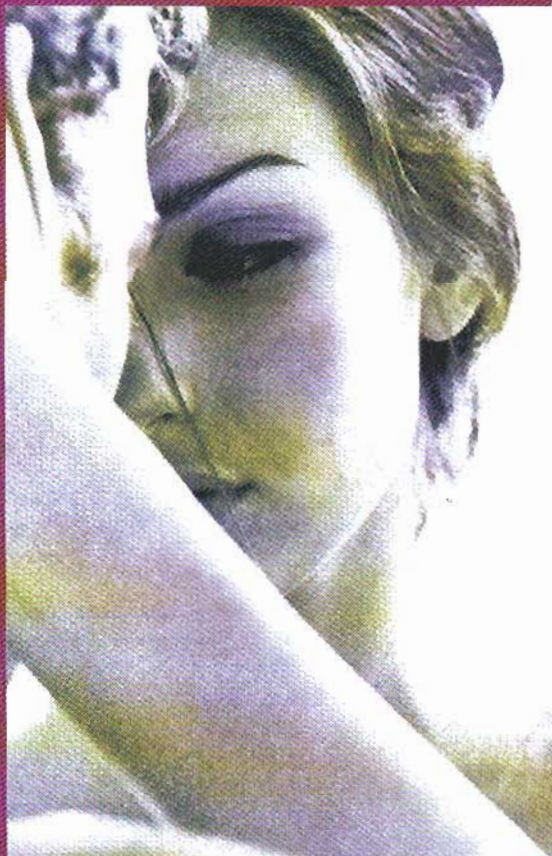
segue >

MEGLIO
GUSTARE
UNA
SESSUALITÀ
GIOCOSA
E CREATIVA,
LASCIANDO
LA SERIOSITÀ
AD ALTRI
AMBITI DELLA
RELAZIONE



Il paradosso del troppo sesso

"La nostra è una società impregnata di sesso. Si vede, se ne parla, scrive e allude ovunque, dai programmi televisivi agli spot pubblicitari. Ma a questa macroesposizione corrisponde una sotterranea, forte impronta moralista che rende molto conflittuale il modo in cui le persone si rapportano effettivamente con la propria sessualità", sottolinea il dottor Rossi. "Quindi si creano due opposte situazioni: da un lato gli insistenti richiami sessuali stanno generando in molte persone una sorta di 'compulsione' verso l'atto sessuale, cioè la necessità sempre più pressante di fare molto sesso e, possibilmente, di farlo in situazioni via via più piccanti". Questa situazione, però, produce quasi una "morte del sesso", che non smette di essere uno strumento per divertirsi e, cosa ancor più importante, per relazionarsi con l'altro, ma ricerca dell'atto in sé. "All'estremo opposto, invece, la sovraesposizione del sesso sta portando altri a cercare di ridare valore all'atto con atteggiamenti di rifiuto del sesso-facile; una scelta che, nei casi più estremi, può portare addirittura all'astinenza sessuale vera e propria. In questi casi il sesso viene drammatizzato in modo negativo e improduttivo: di fronte a una società forse troppo "sessualizzata", si reagisce innalzando il sesso come un valore intoccabile: lo si drammatizza, appunto".



Una cosa
seria o...?

A VOLTE È SOLO UN GIOCO

Non sempre, però, un atteggiamento drammatico e quasi "sofferto" del sesso è la spia di tabù o altre problematiche personali. A volte, infatti, può essere semplicemente un modo di giocare all'interno della coppia: non per niente, in inglese, il verbo *to play* significa sia "giocare", sia "recitare" e, appunto, "mettere in scena un dramma". In alcuni casi, infatti, la solennità è solo un modo di arrivare al piacere: "si carica il sesso di altri significati - sostiene il dottor Rossi - che possono renderlo più piacevole nonostante il 'piglio' drammatico. Tutto ciò può essere normale, purché, però, la 'recita' non finisca per acquistare più importanza dell'atto stesso, cioè diventare necessaria per ottenere il piacere".

Storie

VIVO OGNI Istante CON GIOIA

Arianna, 35 anni

È vero, lo ammetto, sono sempre stata una ragazza "godereccia". Vivo di sensazioni, i miei sensi fibrillano ogni volta che vivo situazioni e incontri con ragazzi che mi piacciono. Ho il dono di trasformare i rapporti (che siano di un giorno o di settimana) in qualcosa di fortemente intenso. Non esagero, è proprio così, alcune amiche mi invidiano, altre - ne sono certa - mi criticano. Ma stare con una persona che mi attira fisicamente o mentalmente mi elettrizza e anche l'intimità diventa esplosiva. Così sento io e così mi dicono.

Non sono interessata a rapporti per la vita, forse non ci credo o penso che si debba vivere intensamente il presente: del futuro non vi è certezza! Ma vivo con pienezza, a volte con trasgressione, l'incontro erotico, che deve essere un momento di libertà e di piacere, spero per entrambi. Le tragedie amorose che raccontano le amiche mi annoiano, fatico a trovarne il senso. Invece sento la curiosità di conoscere una persona, la gaiezza di stare con qualcuno che in quel momento senti tuo, che desideri tanto. La certezza che anche l'intimità erotica sia un incontro che genera energia e creatività positiva mi fa stare bene, mi rigenera dallo stress quotidiano. Ma questa energia la trasmetto anche al partner ed è questo che rende così unico il rapporto e, ripeto, al di là di riduttivi parametri temporali. Ricordo ancora oggi l'intensità di quella notte, che rimase unica perché poi non ci siamo più visti, ma che ricordo a distanza di 6 anni: un vulcano attivo di passione, una fusione di corpi che ardevano di piacere.

ASSIEME ALL'AMORE HO TROVATO LA LEGGEREZZA

Francesca, 30 anni

Ho incontrato Marco dopo aver collezionato diversi fallimenti sentimentali, nonostante i miei 30 anni! Erano sempre gli stessi copioni: incontri a feste di amici, serate in locali, tante aspettative di costruire rapporti seri e tante disillusioni perché loro volevano perlopiù rapporti sessuali e nulla più o quantomeno questo era il mio pensiero. Forse ero io che alteravo il rapporto, desideravo tanto farmi una famiglia, avere dei figli... l'orologio biologico mi segnala che ho già 30 anni. E poi quella vocina interiore che faceva sempre capolino e mi ricordava che il sesso deve essere un corollario di ben altro. E lo puntualmente ci mettevo questo, qualcosa di importante che unisce seriamente due persone, il mio pensare doveva corrispondere anche al pensare dell'altro. Lo so che è tutto assurdo, quasi ingenuo, ma ragionavo in questo modo. A un certo punto, dopo l'ennesima delusione, ho deciso di starmene per i fatti miei, un tempo sabbatico, come si dice oggi "di singletudine", per curarmi le ferite e soprattutto evitarne delle altre.

Fino a quando ho incontrato proprio Lui. Ricordo che da subito ho mantenuto le debite distanze! Forse è lui che si è avvicinato a me, forse galeotta è stata la passione per il cinema e la scelta di rinnovare la tessera per una sala in particolare, così ci si trovava il mercoledì di ogni settimana e, senza rendermene conto, l'appuntamento pre e post cinema era diventato un'abitudine. Si parlava ed era tutto molto piacevole, anche le cene in pizzeria a discutere dei film di culto, del mio amore per il genere sentimentale o, come dice lui, strappalacrime... anche se li trova tanto piacevoli. Fino a quando è accaduto anche altro. Ma una cosa l'avevo finalmente capita: non potevo permettermi di perdere una persona davvero speciale e così, senza applicare la ragione, mi sono lasciata andare. Era bello stare con lui, e piacevoli erano anche i rapporti sessuali: leggeri, privati della gravità che puntualmente rovinava ogni cosa. Sono trascorsi quasi due anni e da poco abbiamo deciso di convivere.

NON MI VERGOGNO DI PIANGERE

Sara, 30 anni

Ogni volta che abbiamo un rapporto sessuale, a conclusione di un momento così bello e importante, piango. Di gioia, di commozione, in quel momento il tempo è come se fosse sospeso, ci sono io con le mie sensazioni vissute poco prima con lui. Un lampo veloce di emozioni che sento, che devo esprimere in quel modo. Ricordo le prime volte: lui mi guardava incredulo e mi chiedeva dolcemente: "Mia piccola Sara, cosa succede?", preoccupato di avere fatto qualcosa di sbagliato, di avermi involontariamente ferito. Ho faticato per fargli capire che questo è un mio modo di essere, di vivere la sessualità. L'intimità per me è un incontro che genera una tale intensità e quantità di emozioni che posso, che devo liberare attraverso il pianto. Anche nei rapporti precedenti era così, ma se prima ne soffrivo e cercavo di controllarmi, poi ho capito che è qualcosa che fa parte di me e che rappresenta una diversa modalità di esprimere il piacere. In passato prevaleva la vergogna nell'esprimermi in questo modo, forse temevo anche il giudizio del partner, ma con Fabrizio è tutto diverso! Rassicurato che la mia non fosse una risposta emotiva negativa, ha rispettato e rispetta, oltre che condividere in silenzio, questo mio modo di esprimere la gioia. Oggi con la maturità raggiunta, personale ma anche di coppia, viviamo questo attimo, che dura pochi minuti, come un momento quasi "sacro", nostro, che ci ha uniti ancora di più.

Marina Nasi ■

DA LEGGERE

LA GIOIA DEL SESSO

di Alex Comfort - Fabbri, 22 €
Un best seller del 1972 ma ancora attuale: giudicato scandaloso e volgare all'epoca, è un manuale di istruzioni, illustrazioni e consigli per vivere il sesso liberamente e con gioia. Nel 2004 l'edizione è stata aggiornata dal figlio dell'autore.

PERCHÉ IL SESSO È DIVERTENTE?

di Diamond Jared - BUR, 8,20 €
L'autore osserva con piglio naturalistico l'attività sessuale umana, paragonandola a quella delle altre specie animali, creando una prospettiva inedita.

IL PIACERE È TUTTO MIO

di Sylvia Béjar - Tea, 8,50 €
Un piccolo e informale manuale di piacere, tutto al femminile.