



Modulo formativo

A cuore scalzo

15 – 17 novembre 2019

Sabato 16 novembre - Pomeriggio

Nati per amare: cuore e testa, emozioni e relazioni

Intervento di

Piera Di Maria, ginecologa e sessuologa

Nicoletta Musso, mediatrice familiare ed esperta in consulenza di coppia

Stimolo 1: Nascita di Venere, Botticelli

Come nasce il rapporto con il mio corpo e quanto ha a che fare con la mia affettività dal punto di vista biologico e relazionale? Come gestire un corpo che cambia e gli eventuali sensi di colpa legati alle nostre pulsioni?

Di Maria. Non c'è nessuno che sa di essere se non attraverso l'altro quindi entrambe parleremo di entrambe le cose perché è nella relazione che si incontra se stessi.

Dal punto di vista biologico ha senso raccontarci questa storia del corpo perché noi siamo il nostro corpo, questo è evidente, però sappiamo di avere un corpo ad un certo punto della nostra storia. Sapete quando?

Quando nasce la grammatica che ti fa prendere consapevolezza dell'io. Io sono questo, io ho fatto questo. Quando il bambino inizia a realizzare il linguaggio che è in una zona definita del cervello, temporalmente intorno ai 3 anni. Prima abbiamo un corpo ma non lo sappiamo. Il corpo è come un fratello primogenito che ci precede. Io amo raccontare la storia del corpo perché è molto affascinante già dal suo inizio. Qual è il luogo della storia in cui un corpo ha inizio? Il luogo che per primo ci ha visto esistere e ci ha detto "adesso nasce una storia nuova"?

C'è un sacerdote che mi dice che secondo lui la prima parola che Dio ci consegna è il nostro corpo. Il corpo è parola. Parola vuol dire luogo dove si svela un mistero. Ci accorgiamo che il corpo è un mistero di fronte al concepimento, per una madre, quando ti accorgi che il tuo corpo è abitato da qualcuno.

Il luogo dove inizia la nostra storia è la tuba della nostra mamma, e la cellulina di partenza è la cellula uovo, la più femminile del nostro corpo di donna, questa cellula esprime la nostra competenza del femminile. È una cellula forte, contiene molte cose interessanti, ma biologicamente fragile e deve essere fecondata entro 20 ore altrimenti non ci sarà più. Quando arriva uno spermatozoo, la cellula più maschia del corpo di un uomo, avviene la fecondazione. La prostata e il testicolo, lungo tutta una vita, produce liquido seminale e spermatozoi. Mensilmente una donna ovula a destra o a sinistra, in qualche caso in entrambe le tube e questo genera la possibilità di avere gemelli. Normalmente però si ovula da un ovaio, se lo spermatozoo trova del muco cervicale viene "accompagnato" nell'utero, quando arriva sul fondo dell'utero un richiamo chemiotattico rende l'ovocita attraente e c'è un richiamo misteriosissimo. Quando l'ovocita viene raggiunto dagli spermatozoi (6000-7000 che sono riusciti ad andare avanti) inizia il vero miracolo e cioè il riconoscimento reciproco. Si realizza così l'incontro di due codici genetici che ne generano un altro, è un dialogo di 20 ore che deciderà come saremo fatti una volta nati. Ogni spermatozoo ha una storia diversa ed è significativo che sia stato scelto proprio quello, ha a che fare già questo con la nostra unicità!

È la capacità di sapersi ri-conoscere tra la cellula più maschia e la più femmina, frutto di una reciprocità tra maschile e femminile; l'embrione diventerà a sua volta capace di questo a 12/13 anni quando sarà capace di generare cellule uovo o spermatozoi.

Musso. Siamo esseri relazionali, ci dicono che siamo esseri razionali ma noi siamo esseri relazionali, lo dice il mio essere, il mio corpo, il mio DNA, la mia ciccia, lo dice il modo in cui io nasco, cresco e mi scopro. Questa è la prima grande rivoluzione quando ci innamoriamo, abbiamo un movimento erotico. MA perché faccio questo? Perché sono essere relazionale? Qualcuno pensa perché la solitudine è brutta, non siamo esseri relazionali perché la relazione è per il mio benessere, perché a volte la relazione è scomodissima. Siamo esseri relazionali perché "entrando in relazione con" scopriamo noi stessi.

Appoggiate le mani sulle vostre cosce e guardatevi a partire dai piedi, ginocchia, cosce, pancia, mano sinistra e destra, braccia, spalle dorso, inizio del collo poi ancora uno sguardo d'insieme con grande attenzione, Vi siete guardati con attenzione? Ora vi faccio una domanda antropologica fondamentale: il vostro naso è pulito o sporco?

So tutto della punta dei miei piedi ma non ho idea se sto andando in giro con una patacca di caffè sul naso. Come faccio a sapere se il mio naso è pulito o sporco? Lo chiedo a Piera e poiché di Piera mi fido sono apposto.

Per vedermi tutta intera allora io ho bisogno di qualcun altro che rimandi a Nicoletta di Nicoletta e quello quando nasce una coppia è quello che capita nelle tube lassù.

Altro gioco, prendetevi la mano, ognuno si stringa la propria mano e ne descriva le caratteristiche, adesso date le mani ai vostri vicini. La prima cosa che ti viene in mente quando stringi le mani altrui è la temperatura della tua mano. Dunque nella relazione mi scopro. E quando vedo riflesso negli occhi di un altro i miei difetti tiro su un muro e quando ho finito di tirare su il muro ho perso la relazione con l'altro e ho perso anche me stessa e la fregatura è doppia allora! Questo specchio mi serve, rimanda me di me, rimanda di me il buono, la fatica.

Cosa ci aiuta nel rapporto con il nostro corpo, con il corpo di chi amiamo? Amarsi! Chi si ama si dona, chi non si ama si svende. Svendersi nella relazione è una rognà, io mi devo amare sufficientemente, son serve pensarsi la più figa del mondo. Io sono unica in alcune cose e lo so perché ho imparato a vederle io, perché io non vedo il bene di me l'altro non lo potrà vedere. Io mi conosco così e non ho altra possibilità. Mi aiuta a stare in piedi una buona autostima ma attenzione, l'autostima, la speranza, la gioia sorgono nel cuore solo se la semino negli altri. Altrimenti sarò la migliore sopra ad una montagna e come arriverà un colpo di vento cadrò giù e nessuno mi aiuterà, se invece aiuto a crescere l'autostima degli altri, quella custodirà anche la mia. Se non è così frena! C'è sicuramente qualcosa da aggiustare.

Stimolo 2: L'abbraccio, Klimt

Qual è la scintilla che fa nascere una relazione di coppia e come si coltiva il desiderio di stare insieme scoprendo man mano le varie sfaccettature e dimensioni dell'amore?

Musso. Qual è la scintilla, domanda da milione di dollari. Chi si somiglia si piglia o gli opposti si attraggono? Tanti studio dicono che sicuramente ho un modello dentro di me che è l'insieme di tante cose che ho visto a casa mia, che ho vissuto, che mi sono state tramandate (si chiamano mandati familiari). Ma la notizia bellissima è che la scintilla la riconosciamo tutti. Adamo riconosce Eva e dice sei tu! Adamo era in Eden da solo e il Signore non era contento che stesse solo, questa è la prima cosa meravigliosa, se io fossi stata Dio avrei detto: "ma ci sono qua io, prega un po' di più, fai qualche digiuno e come è possibile che tu ti senta solo? Ci sono io qua!". E invece no, Dio che lo aveva creato già relazionale pensa che non sia bene

che Adamo rimanga da solo perché finché sei solo non sai chi sei infatti Adamo era muto come un pesce, allora Dio impasta Eva. Dio dopo averla creata la conduce, allora fidatevi che non perderete la scintilla, non perché siete stra-intelligenti ma perché Dio vi condurrà il vostro amato. Non sarà come con i treni che passano e voi siete sul binario sbagliato. La scintilla è qualcosa che Dio vuole, non siamo noi a conquistare il ragazzo/la ragazza, facciamo benissimo a continuare a corteggiarla/o ma non siamo stati noi a farla/o capitolare. La scintilla non la perderete, perché Dio non ve la farà perdere.

Quando scoppia la scintilla tu devi fare il conto con l'immaginario di coppia che hai e che vorresti avere. La coppia è come decidere di farsi un camper e devi decidere cosa farne, se scelgo di piazzarlo in un'area camper ad Ostia per tutta la vita, scelgo un camper che deve fare poca strada fino a che non venga posteggiato, senza motore; Qualcuno pensa la coppia così, un bellissimo parcheggio eterno. Vi do una brutta notizia, la vita non vi lascerà stare nel parcheggio, mi spiace, anche io ci sarei voluta stare. La vita ci obbliga a pedalare ed è bellissimo, allora capisci che al tuo camper devi regalare un motore. Che cos'è un motore? La capacità che io sperimento con chi amo di imparare a raccontarmi, discutere, fare pace, fare progetti e vedere come funzioniamo. Girare, girare, girare, spenderci per gli altri, fare qualcosa che faccia crescere, perché se l'amore è buono fa crescere me e chi sta accanto a me. Se invece inizio a deperire, diventare più triste, perdo entusiasmo, mi convinco che non sono capace a fare niente, chi ci è accanto non è una buona persona. Fermatevi.

Di Maria. Su questo tema come si fa a sapere che tu sei proprio tu? Di mestiere prima, da ginecologa, mi occupavo del corpo biologico, da un po' di anni mi occupo dei corpi vissuti che è un'altra dimensione dell'incontro dei corpi. Mi rendo conto di quante volte il medico incontra il corpo senza sapere chi ci abita dentro mentre il sessuologo questo non lo può fare perché chi abita in quel corpo è chi ha una storia a volte fatta di ferite.

Come si fa a dire sì è quello giusto? No è sempre così semplice e quando mi capita di prendermi cura dell'amore umano ferito, la prima cosa che cerco di capire è "questi due stanno male? Sono nel posto giusto?". Bisogna riconoscere qual è il nodo che stringe e la ferita che fa male, qual è il processo che devi favorire perché ritorni la vita oppure stanno male perché sono nel posto sbagliato? Devono avere il coraggio di riconoscere che non era questo il luogo della nostra vita. E una volta riconosciuto mi trovo a volte ad accompagnare le coppie alla separazione. Per questo è importante definirei meglio la scintilla che mi fa dire che sì, questo è il luogo della mia vita.

Se io vi chiedessi quante volte vi siete innamorati fino ad ora? Io 3 prima di mio marito. Io l'innamoramento me lo immagino così, come un'esperienza che prima non c'è poi esplode e se le scelte importanti le fai in questa può capitare che un anno dopo ti trovi a guardare tutto quello che hai fatto e non riconoscerlo.

Ora proviamo a sentire tutte le sensazioni dell'innamoramento, del primo bacio, della prima uscita, adesso pensate invece a come stavate quando questa persona era ormai fuori dal vostro orizzonte emotivo. L'innamoramento è una cosa stupenda e può capitare anche a 70 anni, capita perché ti senti visto e guardato da qualcuno, non vedo te ma vedo me nei suoi occhi. L'innamoramento è stupendo e se lo vivi spesso in gioventù è buono perché sono tutte esperienze che ti attivano, che ti accendono, che assimili e ti danno una esperienza di te nuova ogni volta. È tutto bellissimo ma non è il caso di pensare in questo tempo bello ad un figlio ad esempio. Perché mentre sei innamorata e presa dagli ormoni, dalla passione e dalla chimica, ci fai un figlio, poi il figlio è per sempre mentre l'innamoramento non è detto. Allora come riconosco la scintilla?

In questi anni ho imparato a ritrovare il "concepimento" di una coppia, mi capita di accompagnare giovani che devono decidere se sposarsi e a volte capita che qualcuno si lasci, e ne siamo contenti perché il lavoro introspettivo ha funzionato. Con queste coppie ci prendiamo delle domeniche in cui si chiedono se il motivo per cui stanno insieme è qualcosa

di misterioso e grande che è l'unico elemento che permette il per sempre. E come si fa a capirlo? Sia che siano fidanzati o coppie ferite?

In primo luogo chiedo di lasciare fuori tutti i dolori, ferite tradimenti e di raccontare com'è stato l'inizio. Molti dicono che era quello che aspettavano da sempre, che con l'altro si sentivano a casa. Quando sei innamorata metti i tacchi, quando sei a casa metti le pantofole. Sentirsi a casa vuol dire che nello sguardo dell'altro vedo chi sono e chi posso diventare. Il grande che è in te lo vedi possibile nella vita insieme. "Mettere di fronte", come diceva Nicoletta viene da una parola in ebraico che significa non solo di fronte ma anche "mettere contro", nella narrazione biblica della Genesi, per tirare fuori la forza della femmina che era in lei.

Chi ha sperimentato l'intuizione d'amore dice "ah ecco cosa era", non si spiega ma si riconosce. Come Giovanni che nel suo vangelo racconta l'incontro con Gesù, mi colpisce sempre, "lui passò e mi è cambiata la vita". In queste situazioni c'è sempre un prima e un dopo e pensarci a posteriori fa dire "era chiaro che doveva essere lui", come se si accendesse una luce potente e ti fa vedere quella persona come non l'avevi mai vista. Chi ha acceso quella luce?

Quando mi faccio raccontare la storia dagli inizi e mi raccontano questa cosa, come nella vocazione, qualsiasi sia la tragedia che mi riportano nello studio, mi faccio ammazzare ma io li riprendo e il noi rinasce perché era già nato. Se invece non era mai nato di chi ti devi prendere cura? E sapete quante coppie portano un noi che non è mai nato? Lì non c'è niente da fare.

Stimolo 3:

Una certa mamma quando il suo bambino mangia gli spinaci, lo premia di solito con il gelato, di quali ulteriori informazioni avreste bisogno per essere in grado di predire se il bambino giungerà:

A ad amare o odiare gli spinaci

B ad amare o odiare il gelato

C ad amare o odiare la mamma

Quanto mi influenzano i rapporti personali a cominciare da quelli familiari e amicali, il contesto e i media, nel vivere la mia corporeità in una dimensione affettiva, inclusa l'identità di genere?

Musso. Amoris Laetitia n.320 dice "un buon cammino di coppia è un cammino per disilludersi dell'altro e smettere di attendere da questa persona ciò che è proprio soltanto di Dio".

La faccenda dei mandati familiari sono una cosa grandissima, e vorrei iniziare dicendovi che la mia biografia non è il mio destino, ringraziando, perché nessuno di noi ha scelto la famiglia in cui è nato, quindi a qualcuno è andata bene mentre qualcuno è partito in salita. Vuol dire che nelle nostre famiglie d'origine è possibile che abbiamo vissuto delle situazioni faticose ed hanno lasciato delle ferite grandi. E cosa ci può avvelenare la vita di coppia? Andare in giro a caccia di risarcimento, tutta la vita, e scoprire che l'altro non può, non perché non mi ama abbastanza ma perché non è Dio. Ho imparato a far pace con le mie ferite perché sono delle cicatrici preziose, battaglie che ho vinto e non sono morta per cui ci vorrebbe una stelletta come i generali!

Queste cicatrici che abbiamo non spariscono per fortuna, ma ci ricordano le battaglie che abbiamo vinto, e soprattutto come siamo guariti, questo è essenziale perché molto probabilmente la modalità di guarigione sarà un buon kit di sopravvivenza che mi porterò dietro per la vita. Detto ciò la cicatrice resta. Nel tempo capisci le motivazioni di un certo atteggiamento e ringrazi anche. Nella vostra famiglia avrete incontrato elementi buoni e meno buoni e ve li porterete tutti con voi, non si scarica niente perché siamo come delle spugne e ciucciamo quello in cui siamo imbevuti, non possiamo togliere nessun pezzo altrimenti non staremmo più in piedi. Ma la cicatrice resta e nei momenti di sofferenza torna a fare male ma

pensate che non siete più al tempo della ferita, la cicatrice vi racconta dove siete passati e come siete guariti grazie agli amici, alle relazioni buone, anche grazie all' aiuto di professionisti e grazie a Dio perché nessuno cade mai fuori dalle mani di Dio. Allora quello che io sono è l'insieme di tanti mattoncini che raccolgo lungo l'arco della mia vita ma posso scegliere come muoverli e come girarli.

Di Maria. Questa cosa della biografia che non è destino è legata a ieri sera, ho finito molto tardi di lavorare e ho incontrato una coppia che viene da un'altra regione, ho guardato lui e gli ho detto: lei è un miracolo. Questo uomo ha una storia pazzesca eppure è ferito, mi ha risposto: dottoressa a 14 anni ho incontrato Dio in un movimento ecclesiale e Dio mi ha preso in braccio. Mi ha fatto commuovere, ma è ferito e per questo ha qualche difficoltà con la moglie ma è proprio vero che la nostra biografia non è il nostro destino. Il punto è, rispetto alle ferite, la consapevolezza che ho di averne. Quando lo so sono apposto, invece il problema c'è quando sono nel dolore e non so perché. Esempio se io sono ustionato alle spalle e tu mi abbracci e mi accorgo solo allora di esserlo io faccio ah! e l'altro pensa cosa ho fatto? Ti sto abbracciando! Perché l'intimità è una parola drammatica. Intimo è il superlativo assoluto di *intus* che vuol dire dentro. C'è il dentro e il più dentro *interior*. La più bella definizione d'amore è quella data da San Tommaso: l'amore è la presenza dell'amato nell'amante. Bellissimo, presenza è una parola pazzesca, e dentro di me non ti ci ho messo io perché se dovevo decidere io forse ci mettevo un altro più comodo e quando questo accade a tutti e due dici "ma tu sei dentro di me come io sono dentro di te?" E nei luoghi del mio dentro c'è quella storia delle mie ferite e tu solo mi tocchi lì, quelli che rimangono sul pianerottolo, cioè gli amici, le altre ragazze, lì non ci arrivano e non mi fanno male perché di quelli non me ne frega niente. Chi mi fa sentire il dolore delle ferite è chi è intimo. Vi racconto un caso, un giovane viene da me, il padre è un mio collega, io ho finto di non conoscerlo, ma nel suo racconto avere presente chi fosse il padre mi ha aiutato molto a capire, lui raccontava che il suo pensiero era: per essere amati bisogna essere bravi e non deludere. Sentiva che a volergli bene gratis era solo la nonna. Nel rapporto di coppia poiché era veramente innamorato credeva che se l'avesse delusa l'avrebbe persa e nell'interazione erotica con lei era bloccato. Aveva un gufo che lo osservava, che diventava sempre più grande ad ogni appuntamento, le aspettative sempre più pressanti.

Stimolo 4: due statistiche

I ragazzi che hanno avuto rapporti sessuali prima dei 14 anni (in aumento)

Dichiara di voler avere rapporti sessuali da maggiorenni (decrese)

Canzone: La prima volta, Negramaro

Come cresce un rapporto di coppia che vuole conciliare un cammino da costruire insieme e non ignora la dimensione fisica? Siamo giovani costretti a scegliere tra l'essere casti e l'essere superficiali?

Di Maria. Prima di convertirmi al cristianesimo, perché prima ero una tosta e i cattolici erano bacchettoni e sfigati soprattutto sui temi del sesso, e tutto era vietato, sapevo di qualcuno che si andava a confessare da diversi sacerdoti così prima di riconfessare lo stesso peccato erano passati mesi...ma dice Bonhoeffer che la questione della sessualità non è di regole ma di direzione di senso, sono contenta che voi di Azione Cattolica siate presenti da tutta Italia, in tutta la Chiesa e che vi fermiate a riflettere su questo tema perché ci dobbiamo aiutare a sfatare questo mito che per la Chiesa Cattolica il sesso è un peccato, una cosa da cui fuggire. Se chiedo a i ragazzi che associazione fate fra le due parole sesso e Chiesa rispondono peccato, matrimonio, contrario, qualcuno pensa alle fiamme dell'inferno.

Non conviene allora essere cattolici?!?! Ve la posso raccontare un'altra storia?

Io amo l'amore umano ed ho smesso di fare il ginecologo che era più redditizio per prendermi cura dell'amore umano ferito il rapporto fra sesso e Chiesa mi interessa molto e

sapete perché? Ad un certo punto della mia storia ho scoperto che questo Dio mi amava veramente tanto e mi parlava nella Chiesa che non poteva dirmi una cosa che non fosse per il mio bene. Ok rispetto ai poveri, al perdono, ma rispetto al sesso? L'ho sfidato...Gesù me lo devi spiegare!

Perché no alla contraccezione? Siccome l'unico linguaggio che capisco è quello del corpo, Dio me l'ha spiegato attraverso il corpo. La questione non è il peccato ma che quello che il Signore vuole per noi è la felicità, ciò che ci fa pienamente felici. E siccome il regalo più grande che io vi ho fatto in assoluto è la sessualità, anche se la vivo nella castità perché è il mio essere uomo nel corpo, e se ti chiamo a viverla nella coppia voglio che siate felici. E allora il Signore non ci dà istruzioni per l'uso ma strade di felicità alcune cose che io pensavo fossero per bacchettoni.

Vi faccio un esempio riguardante i rapporti prematrimoniali. Il rapporto sessuale è abitarsi reciprocamente, e si genera un terzo che è il noi, siamo una nuova realtà che compie l'appartenenza reciproca e definitiva. Definitiva è una parola grossissima.

Ma per capire la questione dei rapporti prematrimoniali, dobbiamo prima capire un passaggio, il linguaggio del corpo. A me Dio ha parlato così, attraverso questo linguaggio che capisco. Il corpo per vivere la relazione erotica ha una sorta di competenza linguistica, diciamo così, cioè una capacità di parlare parole che sono corporee che generano intimità appartenenza e piacere che non è peccato ma una cosa bellissima, è la firma di Dio sulla sessualità. Le parole del corpo, che sono quelle che quando le impari bene bene puoi scriverci delle poesie, dei romanzi, le parole quando sono corporee sono potenti, le parole abitate dal corpo guariscono, immaginate la carezza il bacio l'abbraccio, parole corporee. Tutte queste parole, nella mia esperienza di sessuologa, sono parole non parlate, siamo analfabeti delle parole del corpo perché ci hanno insegnato che la sessualità è quello che si vede su YouPorn. Ci dicono che la sessualità è muovere il tuo apparato maschile dentro uno spazio, quale che sia, e quello è; cioè una genitalità agita, senza corpo. Non è il film erotico ad essere una meraviglia, la pornografia è eros del corpo cancellato, zoom, non c'è il corpo, non ci sono emozioni e altre parole corporee.

Quando mi fido e ti voglio bene cosa ti posso dire con il corpo? e come te lo dico? Con l'unica che so...e la sessualità rimane un luogo di cui sono analfabeta. Quando la Chiesa ti dice: "la vedi questa parola corporea, andare ad abitare dentro il corpo di un altro? Questo ha a che fare con un mistero enorme, non ti fidare di YouPorn, è un'altra cosa. È una parola potentissima che fa di te donna e di te uomo un noi in cui è accaduta la cosa decisiva, il dono totale di sé, è un livello di intimità e reciprocità di un tale livello che può nascere solo dal fatto che questo dono è per sempre".

E questa parola corporea fa accadere che io ti ho consegnato me fino al punto da accettare che tu sia il padre di mio figlio. E io abitandoti ti scelgo fino al punto di dire tu puoi essere la madre di mio figlio. Nella logica di Dio, la direzione che lui ha dato alla sessualità, la freccia va lì, generare un noi potente in cui io mi sento scelto, visto, amato, e la presenza che c'è in me di te diventa anche corporea.

Per arrivare a dire bene questa parola che è potente e non banalizzarla, lasciando che la freccia non vada al bersaglio, bisogna prima imparare le altre parole corporee di cui vi assicuro che i nostri giovani sono analfabeti. Non si è capaci di godere il corpo, di scoprire che cos'è arrivare fino alla soglia della sensazione pre-orgasmica rimanendo qui per abitare il giardino dell'eros. Cioè vivendo la sessualità come luogo di desiderio, non di bisogno, che sono due mondi. Se io sono utente di YouPorn non sono consapevole di me e ho ferite, ho una fame tale quando sono con te che ho bisogno di mangiarti, di conferme, di calore, quello che mi manca perché ho i miei buchi e me li prendo dal tuo corpo. La logica del bisogno è unilaterale, il desiderio è un altro mondo. Il mio corpo abitato in pienezza da me non ha fame ma ha desiderio e dunque è capace di fare una danza con il tuo corpo, non di mangiarti. Danzare con il corpo di un'altra persona è una storia completamente diversa dal rapporto genitale o dalla masturbazione reciproca come unico linguaggio della sessualità. Abitare

l'esperienza del piacere è difficilissimo, è il luogo dell'intimità, il luogo dove sei vulnerabile, è il luogo dove devi imparare un sacco di cose di te e dell'altro ma è il luogo più interessante dell'eros che viene a più pari saltato per avere un rapporto e si fa "preliminari", per me una parolaccia. Preliminare dal notaio significa che segue un atto, se non c'è l'atto a che serve il preliminare? Serve per...

Vi descrivo la focalizzazione sensoriale, che facciamo in terapia, una esperienza fantastica che ha la uno, la due e la tre, l'ultima è una esperienza di intimità erotica molto intensa che è rimanere al di qua dell'orgasmo, per cui altro che preliminari. Come nei film, il mio preferito è La vita è bella, se tu non hai assaporato i passaggi, pure nelle pause, non godi del finale. E la Chiesa non è litigata con il piacere, è litigata con il piacere del McDonald, e quando dici le parole corporee devono essere parole vere, la sessualità genitale è il luogo dell'appartenenza definitiva perché lì, pure se usi il preservativo e si rompe, lei diventerà la madre di tuo figlio e non è giusto che la lasci sola. Questo lo dice il corpo, non la Chiesa.

Vi assicuro che quelle persone che hanno vissuto la sessualità in modo "occidentale", quando ne scopre la bellezza ne rimane stupito e capisce perché la Chiesa indica una determinata via. Ho avuto in terapia due giovani psicologi, fanno con me tutto il percorso e alla fine mi ringraziano di aver scoperto questo mondo nuovo della focalizzazione sensoriale perché prima il loro rapporto durava 5 minuti, ora non si dicono ancora quella parola corporea non perché sono sfigato ma perché per dirtela veramente mentre te la dico ci manca ancora un pezzo, aspetta! Aspettare nella sessualità è la sessualità, non è la negazione.

Quando la Chiesa dice usare il coito interrotto o il preservativo è peccato, il primo è il metodo contraccettivo più utilizzato, io vi dico Peccato! [esclamazione] perché i 3ml di liquido seminale che arrivano nel corpo della donna sono una potenza relazionale paurosa, in questo liquido c'è anche la prostaglandina che è un decongestionante e quando arriva nella vagina la aiuta a tornare nelle condizioni di riposo, come a voler dire, assimila dentro di te questa esperienza che ti fa più donna. Quando si fa il coito interrotto... peccato!

Il preservativo invece è della serie, quando abbiamo finito dove lo metto? Nell'indifferenziata? Nella plastica? E anche qui peccato! Peccato che sia finito nell'immondizia.

E infine, io ho fatto la ginecologa per molti anni e quello che è scritto nel corpo della donna, nella sua ciclicità dell'umore, la pelle il desiderio, vi dico che è una cosa stupenda, non mi fido ad azzerarlo con la pillola. L'ho data solo per cause in cui non potevo non farlo sapendo che andavo a silenziare un dialogo fantastico nel corpo di ogni donna. Quando questo dialogo è perfetto proprio non me la sento a dirgli zitto. Parla di te, del tuo essere donna e perché mi devo appiattire e diventare come te uomo così mi puoi mangiare quando vuoi?

Il contrario di sfigati, per chi vive l'eros secondo la Chiesa è un altro mondo, se uno si vuole accontentare c'è YouPorn. È difficile perché le ferite di cui parlava Nicoletta durante l'esperienza di intimità sessuale si riaffacciano tutte, se per diversi motivi sono litigata con il mio corpo, se non so stare con le mie emozioni, e il rapporto sessuale è molto più facile mi implica meno.

Musso. Non abbiamo memoria orgasmica, mentre invece dei preliminari, che a me piace chiamare pre-li-mi-na-li, prima del *limen*, che significa confine, per i romani confine fra civiltà e qualcosa che non so. Noi abbiamo memoria buona del prima e del dopo quindi cosa possiamo fare? Un master di baci e abbracci; i nostri clienti hanno rapporti ma né si baciano o si abbracciano e vengono proprio per quello. Ciò che c'è prima e dopo è fondamentale, è un dialogo intimo che ci dà la possibilità di scoprire che il canale del piacere maschile e femminile sono differenti, ve lo racconto con un piccolissimo esempio. Il canale erotico maschile è visivo, il canale erotico femminile è narrativo, per esempio immaginiamo qui davanti 10 coppie follemente innamorate, e chiedessimo alle 10 donne di accavallare le gambe, cosa penserebbero tutti e 10 gli uomini della gamba della loro donna?

“Che caviglia, che bella, speriamo si veda un pezzo di polpaccio...”. Adesso attenzione facciamo l’esercizio inverso, accavallano le gambe tutti e 10 gli uomini. Cosa penseranno le donne? “Ma che calze ti sei messo?”

Altro esempio, una delle più grandi rivoluzioni del mercato industriale degli ultimi decenni è la capsula per il caffè, e quale è stato il testimonial scelto per introdurre questo nel mercato? George Clooney sempre un pelo vestito anche in piscina, con la camicia bianca. Se al suo posto ci fosse stata Belen avrebbe avuto la camicia come Clooney? Noooo! E questo perché Clooney si rivolgeva ad un pubblico femminile e il piacere nelle donne è narrativo. Il tipo di linguaggio che abbiamo nella coppia anche nelle cose più quotidiane è di esercizio alla narrazione. Ciò che facciamo da fidanzati ci dà gli strumenti per..., e rispetto agli altri animali quello che ci differenzia è la parola. Se non abbiamo dialogo di coppia possiamo parlare di sesso come Alberto Angela, o come i bambini. Il linguaggio del corpo di cui parlava Piera è verissimo, e la nudità di quando fai l’amore non è la nudità fisica ma la nudità del cuore. Quando fai l’amore sei nudo nel cuore e non importa se lo conosci da un giorno, un’ora, sei mesi, un anno, e te ne accorgi dallo sguardo di quanto sei fragile. Se anche un perfetto estraneo ti dice “che cosce grosse, credevo durassi di più” e per ferite così devi andare da Piera per anni. Noi vi diciamo che vi dovete preservare, dalla possibilità di bambini o malattie ma ai ragazzi chi parla delle ferite del cuore? Non sono scherzi, tante persone hanno disturbi alimentari dopo cose del genere, problemi di erezione, dopo una serata in discoteca.

Farsi un alfabeto del corpo è un lavorone, ma fidatevi provare ad avere un rapporto senza avere un alfabeto di coppia è come cercare un ago in un pagliaio senza essere sicuri che nessuno ci abbia messo l’ago.

I porno non sono proprio una produzione filantropica per la diffusione della conoscenza del corpo, ricordate quello che dicevo prima del visivo e narrativo? Guardo un porno perché mi muove qualcosa nella pancia, lo guardi e ti eccita perché è fatto per quello, ti porta fino a un certo livello di piacere e poi ti lascia lì, perché vuole che tu ne guardi un altro.

I canali erotici diversi devono parlarsi e con questo riusciamo a raccontare le sensazioni, i tempi. Il piacere femminile parte da un rilassamento e per rilassare un muscolo ci vuole più tempo che per contrarlo. A colte le coppie faticano perché abbiamo una mitologia sessuale che non esiste, per esempio il rapporto orgasmico simultaneo, molti pensano che il rapporto perfetto si ha quando il godimento avviene nello stesso momento, posto che questo sia un plus è come far arrivare insieme un centometrista e un mezzofondista; devono partire in momenti distinti altrimenti non ce la facciamo. Il sesso, l’erotismo è un vestito su misura che ogni coppia si fa, è un abito di alta sartoria.

Di Maria. alla scuola media quando parlo ai ragazzi di pornografia dico loro che fra gli utenti di YouPorn c’è una percentuale altissima di eiaculatori precoci.

Domande

Cos’è l’alfabeto dell’amore? Come Azione Cattolica dobbiamo dirlo! A partire già dai giovanissimi.

Immaginavo me a spiegare tutte queste cose, e sono difficili allora per comodità non si fa perché è peccato.

Dalla mia esperienza di sacerdote: quando si viene a contatto con l’umano si vede spesso una duplice vita non semplicemente a livello sessuale, quando il rapporto diventa un bisogno compulsivo cosa si può fare?

Di Maria. è molto efficace coi ragazzi piuttosto che essere prescrittivi, partire dai loro vissuti. Chiedete ai ragazzi “come ti sei sentito dopo?”, è estremamente rivelativo e contiene i segreti e spesso non lo fanno al momento stesso. Riportare a sé i vissuti è una cosa che aiuta, devi però avere la disponibilità ad uno spazio di ascolto e non è facile. Ti rispondono “perché me lo hai chiesto?”. Li riporti ad un luogo di inquietudine, nessun corpo infatti è contento di farsi mangiare senza quella intimità. Allora ancora “tu cosa cercavi? Di cosa avevi bisogno?”. Parte un dialogo autentico sui vissuti, su dov'è la persona veramente. Il ragazzino di 14 anni che si sente voluto bene sente di potersi consegnare e ti consegna di sé anche le domande di significato, le paure.

Musso. Oggi siamo rimaste nelle curve ordinarie della sessualità, fuori dalle disfunzioni, io volevo dirvi ancora un'altra cosa; sicuramente qualcuno di voi è innamorato, vi do alcuni consigli che hanno aiutato anche la mia coppia: non restare da soli come coppia, andate in cerca di qualcosa che vi faccia crescere, se vedete coppie più grandi di voi che girano bene stressategli l'anima e fatevi invitare a cena. Il papa in AL ha pagine bellissime sul dialogo di coppia, n.141, introducete qualcosa di buono che parli di coppia e alla coppia, perché la realtà in cui viviamo, molto narcisista, è incestuosa. Enzo Bianchi commenta le parole del papa ai giovani “siate casti”, dice: “l'incesto avviene ogni volta che non si vive la distanza e non si rispetta l'alterità che non è solo differenza. Non è casto chi cerca la fusione, l'attaccamento, il possesso; segno di tale ricerca è l'aggressività che in questi casi facilmente si accende e si manifesta. Sono sempre più convinto che la sessualità sta nello spazio del dono, perché richiede di dare e di ricevere e si colloca sempre nella relazione tra due soggetti. La castità è l'arte di non trattare mai l'altro come un oggetto”.

Nell'amore si deve essere quindi amante ma anche amabile, è il messaggio cristiano. Fate finta che Davide (mio marito) sia qua, io non sono solo chiamata cristianamente parlando a dare amore a Davide ma anche a ricevere l'amore da lui. È questa ciclicità che è divina, è proprio la trinità. Si amano così tanto da essere una ma si rispettano così tanto da restare 3. E se vivete questo più andate vicine al vostro uomo più diventate donne, più entriamo in intimità più ci distanziamo. Allora l'organo sessuale più importante che abbiamo è il nostro cervello, è ogni volta diverso perché in momenti differenti di vita e di condizioni, non lo rende diverso il “famolo strano” come l'essere fisicamente legati. E ricordate che senza intimità non abbiamo memoria nemmeno del piacere e l'alfabeto serve a questo.

Di Maria. è la stessa differenza fra la coca cola super frizzante e quella sgasata, per avere la stessa emozione quando è sgasata cosa devi fare? Aprirne un'altra! Invece la sessualità nella coppia è quella del vino buono, dopo 30 anni, la fragranza il profumo rimangono. Don si vede che tu sei uno che sta sul pezzo, ma non abbiamo più tempo per rispondere.

Musso. le A più diffuse che incontriamo sono la A di abuso e di aborto.

Di Maria. Nel gruppo delle dipendenze ne parleremo, dopo.