

CORRIERE DELLA SERA

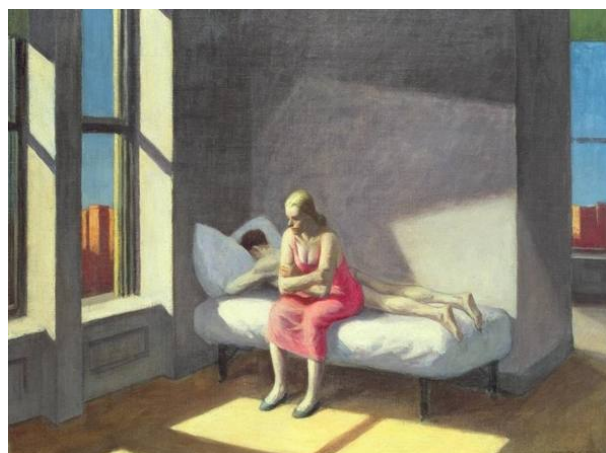
Stampa | Stampa senza immagine | Chiudi

SESSO E AMORE

Sexout, quando capita di «smettere»

La vita erotica è fatta anche di pause. Bisogna preoccuparsi? Viaggio nella giungla del desiderio, dei numeri e delle teorie. Che, a volte, sbagliano

Laura Campanello e Daniela Monti



Eros in agonia. Sesso spuntato. Sexout. Tre titoli in libreria che raccontano l'altra faccia della sessualità. **Il sesso che non funziona.** Le pause — brevi, lunghe, sempre più lunghe — fra un rapporto e l'altro, anche nelle coppie stabili. Il sesso che sgomita per ritagliarsi spazio e attenzione in mezzo a mille impegni: carriera, palestra, figli, amici,

raccogliendo spesso solo le briciole. Il sesso più raccontato che praticato, «la pubblicità è l'anima del sesso, come una volta lo era la discrezione», annota lo statistico Roberto Volpi in *Sesso spuntato* (editore Lindau). Descrivono — è questa la tesi — **una nuova normalità**. Che non è quella del sesso frequente e appagante. La questione va ribaltata: il declino graduale nell'intensità e nella frequenza dei rapporti sessuali per una coppia sposata non è il segno di qualcosa che non va. Perché non considerarlo piuttosto — come sostiene il filosofo Alain de Botton in *Come pensare (di più) il sesso*, Guanda editore— **«un fatto inevitabile della biologia e, come tale, la prova di una profonda normalità»?**

Ridimensionare le aspettative, togliere lo stigma della patologia ai nostri cosiddetti fallimenti: una strada possibile per superare l'*empasse*. Strada in salita, certo: il verbo accontentarsi non rientra più nel nostro vocabolario (così come il sostantivo sacrificio). **Vivere a pieni giri la sessualità ha una forte valenza simbolica:** il piacere sessuale oggi è «l'espressione paradigmatica del godersi la vita», scrivono Marzio Barbagli, Gianpiero Dalla Zuanna e Franco Garelli in *La sessualità degli*

italiani (Il Mulino). Il sesso, dopo i cinquant'anni, come terapia *anti aging*. Tutto attorno parla lo stesso linguaggio: i social distraggono dal qui e ora dello stare in coppia, i siti di dating, le app per gli incontri come Tinder — che geolocalizzano all'istante un possibile partner — danno una sensazione di onnipotenza: facile come entrare in un supermercato e prendere un prodotto qui e uno lì, riempiendo il carrello. «Sesso opportunistico, rapido, che soddisfa un bisogno biologico — dice Alberto Caputo, psichiatra, psicoterapeuta e sessuologo clinico —. Così l'interesse per il sesso all'interno di una relazione di coppia stabile **comincia a scemare**». Può esistere l'amore in un mondo di possibilità illimitate? Byung-Chul Han, il filosofo coreano di *Eros in agonia* (Nottetempo), risponde di no (e aggiunge un altro elemento centrale nell'erosione dell'amore: la scomparsa dell'Altro).

Sesso reale e sesso digitale. Sesso nella propria camera da letto — sempre la stessa — e standard della pornografia. «Il desiderio non lo attivo con un clic, mentre il messaggio dalla pornografia è che basti questo per dare il via alla performance». Investire sulla relazione è solo una fra le opzioni. «L'aumento del tradimento, certificato anche da un sondaggio di *gleeden.com* (sito di incontri sessuali “pensato per le donne” si legge sulla pagina web, ndr) dimostra che il sesso è un bisogno primario al pari della fame: se il menù non ci piace, cambiamo ristorante. Se il desiderio si spegne nella coppia, si rivitalizza fuori», continua Caputo. Ma non tutti hanno la voglia, o forse il tempo, di cambiare ristorante. Così se il sesso si spegne nella coppia, si spegne e basta. «Per la maggior parte di noi, la vera preoccupazione non è come fare sesso in maniera più appagante con un'amante; ci angoscia **come sia diventato problematico farlo con il nostro partner abituale**», tira le fila de Botton.

«I fallimenti ci sono e, a parte chi si è appena innamorato, interessano quasi tutti». Il libro del filosofo tedesco Wilhelm Schmid, *Sexout* (Fazi Editore), che ha fatto molto discutere, inchioda il lettore fin dalla premessa. **Il sesso come la felicità:** l'ossessione dell'essere felici non ha alzato di un solo punto la Fil (Felicità interna lorda). Il sexout — l'interruzione dell'attività sessuale — non si è mai manifestato in una misura tanto epidemica. Scrive proprio così: epidemica. **Forse dovremmo cominciare con il cambiare la narrazione che facciamo del sesso (anche e noi stessi).** «Come mai ci sono così tanti maniaci del lavoro? Perché sono in tanti a non fare sesso. Da un'indagine tedesca è emerso che dopo 10 anni di relazione si raggiunge quasi il 100% di sexout», racconta Schmid nelle interviste a raffica all'indomani dell'uscita del libro.

Schmid si lancia in una sceneggiatura assai verosimile: lui cerca un contatto tenero e pensa già come proseguire. Lei capisce quello a cui lui sta puntando e sembra alterata dal fatto che è tutto troppo mirato, frettoloso, tutto troppo maschile. E

l'empatia? E l'armonia? Come fa lui a considerare il corpo da solo? Lui la delude. Lei si aspetta qualcosa. Lui resta in silenzio, sul piano fisico non sente nessuna risonanza che gli consenta di avvicinarsi a lei, non riesce a penetrarla, anche in questo senso. E resta deluso a sua volta. Perché il gioco funzioni bisogna trovare il modo per incontrarsi lungo la stessa strada, **quella breve di lui o quella lunga di lei.**

«Il punto è proprio trovare una soluzione: nel mio libro ne suggerisco dieci. Le ho sperimentate quasi tutte su di me», racconta il filosofo tedesco. 1) parità fra i sessi; 2) comprensione dell'altro; 3) piacere a se stessi, preconditione per piacere agli altri; 4) imparare a fare sesso perché «come ogni capacità, anche quella dell'arte di amare implica un esercizio e una sperimentazione pratica»; 5) il sesso non è sempre ingenuo, «ci si può sentire usati dall'altro, il sesso è un generatore di potere»; 6) sperimentare un sesso diverso, «ma quello con l'aspirapolvere o con le sponde del letto è rischioso»; 7) il sesso a pagamento, altra possibilità dell'arte di ricominciare; 8) il sesso virtuale, lo stesso; 9) coltivare l'amicizia; 10) chiedersi se il sesso è davvero importante. E, nello sviluppare quest'ultimo punto, Schmid indica quella che chiama «la terza via», fra l'isteria sessuale e il sexout: **una vita a mezz'altezza.** «Lasciamo perdere il sesso degli irruenti e cerchiamo di accontentarci di un su e giù più dolce. A metà strada è possibile risolvere molti altri problemi, non solo quelli sessuali. La soddisfazione, forse, non sarà piena. Ma non lo sarà neanche l'insoddisfazione». Ridimensionare le aspettative. Accontentarsi, di nuovo.

«Il sesso, se non viene alimentato adeguatamente, perde di interesse — dice Caputo —. È **l'effetto Coolidge**: se nella gabbia di un topo viene inserita sempre la stessa topina, il lasso di tempo fra l'introduzione della topina e l'atto sessuale aumenta, fino a perdere di interesse. Se invece si presentano sempre topine nuove, il tempo fra presentazione e atto sessuale resta stabile. I topi ci dicono che la sessualità è un meccanismo di gratificazione super potente. Ma ha bisogno di stimoli sempre diversi».

La normalità è un concetto astratto, anche per il sesso. Il sesso tout court, quello di cui si parla, si legge o che si pratica in relazioni mordi e fuggi è una cosa; il sesso nella relazione è una messa in gioco, è andare verso l'altro e scoprirsi, non solo svestirsi. E forse è in questa esposizione reciproca — la lezione di Schmid — che si può decidere e comprendere come e dove stare bene insieme, **autorizzandosi il proprio modo e i propri tempi.** Non dai film, non dai libri, non dalle inchieste su «cosa piace a lui o a lei» o «come capire se l'altro ha l'amante» o «quante volte farlo alla settimana per sapere se la coppia funziona»

Laura Campanello e Daniela Monti