

BALDARO VERDE PROF. JOLE

Presidente del C.I.R.S.

(Centro interdisciplinare per la Ricerca in Sessuologia)

via Angelo Ceppi, 1

16126 Genova

tel. 010265560

fax 010265560

joverde@libero.it

TODELLA DR. ROBETO

vicepresidente del C.I.R.S.

IL PIACERE: CONTINENTE OSCURO DELLA SESSUALITA' FEMMINILE *

SOMMARIO

Gli autori dipingono il mondo della sessualità femminile come un continente non del tutto esplorato e forse inesplorabile, nel quale la consapevolezza delle proprie dinamiche è, per la donna, un passaggio fondamentale e necessario al fine di appropriarsi del diritto a provare piacere, che molti ostacoli socio culturali ha trovato in passato e trova nel presente. Alcuni passaggi sul mondo dell'adolescente, della donna adulta e della relazione di coppia dirigono fasci di luce in questo continente che, a tutt'oggi, rimane, se non ancora oscuro, certamente in penombra.

Parole chiave: condizionamenti culturali, consapevolezza, continente oscuro, immaginario erotico, risorsa della relazione,

• Il lavoro spetta in parti uguali ai due autori

INTRODUZIONE

Si può parlare del piacere come di un lato ancora oscuro della sessualità femminile oggi che tutto insistentemente viene mostrato? Il corpo in ogni particolare, ma anche la mente, non sembrano nascondere misteri. Le fantasie erotiche sono svelate da libri, articoli, interviste, film e televisione, che fanno a gara nel rendere pubbliche le pieghe più private della mente. Dopo secoli di oscurità, sia scientifica che culturale, negli ultimi anni si sono accesi i riflettori sulla sessualità femminile e scienza e cultura sembrano allearsi per la prima volta in un'opera di svelamento. Ma bastano questi eventi per rendere alle donne una sessualità più autentica e permettere loro di godere dell'eros, quella dimensione culturale della sessualità e del piacere di cui il maschile ha potuto da sempre usufruire? Crediamo di no.

Il pianeta femminile, spesso paragonato alla luna e alle sue fasi, ne conserva anche il lato oscuro, mantenendo inesplorati, non solo al maschio, ma anche a se stessa, componenti essenziali della propria femminilità. Esploreremo il piacere femminile nelle sue diverse espressioni, da quella più recente che lo trasforma in una possibile forma di potere nei confronti del maschio, a quella che lo rende una ricchezza individuale da ricercare e conquistare, a quella, infine, che ne fa una risorsa ed un fattore di stabilità per la coppia.

PIACERE E POTERE

La sessualità femminile, svincolata dal tabù dei rapporti prematrimoniali e, ad opera della contraccezione, dal destino biologico di una gravidanza indesiderata, è diventata anche un potere femminile nei confronti del maschio. Nel 1949 veniva pubblicato in Francia "Il secondo sesso" il saggio di Simone de Beauvoir che sarebbe diventato una sorta di manifesto per le donne che intendevano uscire dalla condizione di soggezione al potere maschile al quale erano state incatenate per secoli. Quella combattuta fra gli anni '50 e la fine degli anni '80 è stata tuttavia una "guerra" senza vincitori. In modo diverso, e in differenti campi, tutte le donne che si sono impegnate in quel conflitto hanno combattuto per la libertà del proprio sesso, arrivando a conquistare due nuovi pilastri sui quali poggiare l'identità femminile: il ruolo sociale lavorativo e la sessualità intesa come diritto al piacere. Da quel periodo la donna si è rifiutata di essere soltanto una seconda madre per l'uomo ed ha desiderato essergli compagna con pari diritti e doveri, dando avvio ad una rivoluzione che ha modificato la rigida complementarità dei ruoli delle generazioni precedenti. Una rivoluzione quanto mai difficile ad attuarsi se il mito della moglie perfetta, "angelo del focolare", fedele, remissiva, dolce e sessualmente non impegnativa abita ancora le fantasie maschili: "dove sono finite le donne" dicono ancora alcuni uomini alla ricerca di quel modello.

L'acquisizione, da parte femminile, di un diritto al piacere e ad una vita sessuale non limitata alla riproduzione ha, infatti, prodotto anche un'inaspettata ripercussione sul maschio. L'uomo, da sempre padrone assoluto della sessualità propria e di quella femminile, si è progressivamente trovato di fronte ad una nuova realtà: soddisfare le aspettative della partner e dimostrare di esserne capace. La sessualità come potere, fino a pochi decenni fa esercitata esclusivamente dal maschio, oggi può essere usata allo stesso modo anche dalla donna. Il diritto al piacere, infatti, che ormai tutte rivendicano, può essere trasformato in un'arma, un "potere contro". Consapevolmente o inconsapevolmente l'atteggiamento sessualmente "esigente" di molte donne finisce col mettere in crisi il maschio, da sempre abituato a gestire la scena dell'intimità. Questa dinamica si presenta sia tra le fasce giovanili, dove l'inesperienza amplifica l'insicurezza, sia nelle seconde e terze coppie. La relazione è sempre con un femminile già "esperto" dove l'inevitabile confronto con le prestazioni di altri uomini alimenta ansie e timori.

Quale piacere allora può ottenere la donna attraverso il potere sessuale? E' sufficiente il risultato "politico" di poter cambiare molti partner quando non soddisfano le aspettative senza essere considerata una "donna per male"? E ancora, può bastarle esercitare il potere proponendosi come femmina spregiudicata ed esigente, capace di mortificare o inibire un maschio messo sotto

esame? Crediamo di no perché in questo modo si ripropone una modalità deteriore, da sempre prerogativa maschile, dove il piacere non è mai stato realmente condiviso.

Il piacere sessuale femminile, invece che trasformarsi in “potere contro”, può diventare “potere per”, un modo nuovo per stabilire una relazione intima col maschile. Affinché ciò avvenga è necessario che la donna si appropri della sua “potenza sessuale”. Significa essere capace di raggiungere la consapevolezza del proprio corpo eccitato, delle sue potenzialità esterne ed interne, di saperle gestire e guidare in una ricerca del piacere dove il partner diventa co-protagonista e non l'attore principale. Un modo di esprimere la femminilità nel corpo e nella mente che origina lontano nella propria storia personale, tra fisicità ed affetti, eccitazione che da piacere e piacere che accende l'eccitazione. In questo modo, come vedremo, il piacere diventa risorsa individuale e poi di coppia, ma affinché ciò avvenga è necessaria prima la sua scoperta.

LA SCOPERTA DEL PIACERE

Il piacere trova spazio solo se la donna abita il proprio corpo nella sua interezza, l'esterno come l'interno. Questo tuttavia richiede un percorso individuale preliminare che idealmente dovrebbe appartenere ad ogni donna, ma che non sempre trova facile realizzazione. Per troppi secoli il piacere sessuale femminile è stato associato più alla dimensione affettiva che a quella genitale. Il piacere, per la “donna per bene” è stato accettato o come oblativo, dono al maschio, o per se stessa come piacere di fusione, di intimità, di sicurezza della relazione. Senza nulla togliere al valore di questa dimensione squisitamente relazionale del piacere, dobbiamo però sottolinearne il limite che questa visione comporta rispetto al piacere genitale. Tale confusione ha fatto ritenere indispensabile l'atteggiamento sentimentale e romantico nel coinvolgimento sessuale femminile ed ha “spostato” l'attenzione della donna stessa alla parte “alta” del corpo, ignorando, o sfumando, le sensazioni corporee genitali e la loro percezione. Questa condizione è facilmente verificabile indagando la capacità femminile di riconoscere la risposta eccitatoria, premessa indispensabile affinché il piacere possa essere percepito. Riconoscere il proprio corpo eccitato, come si modifica, quali stimoli attivino tale reazione e lo rendano capace, una volta modificato, di evocare il piacere, è la tappa più difficile nello sviluppo psicosessuale femminile. L'incontro tra la mente che elabora e riceve gli stimoli eccitatori e il corpo che risponde (vasocongestione e successiva lubrificazione) non è affatto favorito dalla cultura, anche da quella di oggi, assai più libera in tema di sessualità.

L'autoerotismo rappresenta la prima opportunità di incontro tra gli stimoli della mente (l'immaginario erotico) e i genitali, dal quale nasce l'esperienza del piacere sessuale. L'elevata sensibilità della vulva, in particolare del clitoride, dell'area periuretrale e dell'ingresso vaginale, fa sì che una stimolazione adeguata, specialmente autoerotica, porti facilmente alla scarica orgasmica, esperienza da molte donne acquisita già in età pubere e nella prima adolescenza. Non sempre però questa tappa, scontata nel maschio, è condivisa dalla femmina, inibita per secoli da una cultura repressiva. E' nota invece l'importanza di un buon contatto "fisico" tra la madre e il figlio già dai primi momenti di vita, attraverso il toccare, accarezzare, coccolare il corpo del bambino, in modo tale che questi precocemente lo percepisca come fonte di piacere e di benessere. I corpi che non sono stati "erotizzati" si ripiegano su se stessi e saranno meno coinvolti nei contatti “preliminari” dell'intimità sessuale, momento di regressione “benigna” al periodo infantile. Già nel rapporto del preadolescente con il proprio corpo è facile riscontrare le tracce di come il corpo stesso è stato vissuto nella prima infanzia.

Il piacere sessuale femminile deve, a partire dall'adolescenza, affrontare una nuova tappa: la scoperta del piacere interno. Il corpo femminile infatti, nel suo aspetto sessuato, si connota per essere solo in parte visibile. Gli organi genitali interni non si mostrano e rimangono inesplorati. La scoperta del piacere non può prescindere dalla conoscenza e dalla appropriazione del proprio spazio interno, di quelle parti nascoste dove il femminile, non solo nella riproduzione e nel dolore del parto, ma anche nel piacere dell'accogliere, trova la sua espressione più vera. Ancora una volta è necessaria la capacità di riconoscere l'eccitazione, questa volta nel corpo interno, di tradurne i

segnali nel desiderio di accogliere e di contenere. La donna deve poter esprimere la fluidità del suo corpo che non riceve passivamente il maschio, ma gli va incontro, sotto la guida del proprio desiderio e delle proprie fantasie erotiche coitali. Infatti la scarsa sensibilità superficiale delle pareti vaginali fa sì che l'eccitazione ed il piacere possano essere evocati solo attraverso un'efficace pressione esercitata sulle pareti vaginali stesse e quindi dal movimento del bacino che è l'espressione della partecipazione attiva femminile all'atto sessuale. Un percorso, come abbiamo detto, non sempre facile, dove all'appropriazione del corpo e dell'eccitazione deve associarsi l'accettazione del proprio mondo interno, delle proprie fantasie e desideri sessuali. L'orgasmo vaginale richiede quindi positive esperienze coitali dove la penetrazione sia stata vissuta e accettata sia a livello psico-affettivo che corporeo. L'assenza di rigidità muscolare (che quando è presente può determinare problemi disfunzionali quali dispareunia, vaginismo e anorgasmia) accompagnata ad una adeguata "fluidità" corporea sono requisiti importanti per percepire il piacere e l'eccitazione vaginale e favorire il successivo innesco del riflesso orgasmico.

La difficoltà di questa appropriazione è testimoniata dalla rappresentazione grafica degli organi genitali interni che è stata richiesta ad un campione di donne in terapia per problemi sessuali. Nei loro disegni appariva un'immagine spesso distorta, parziale, frammentata, non solo dell'utero e delle ovaie, ma anche della vagina, organo del piacere. Al contrario, la sessualità maschile è giocata tutta sull'evidenza. Il pene eretto traduce inequivocabilmente l'eccitazione e simboleggia il potere sessuale, l'eiaculazione esprime non solo il massimo piacere dell'orgasmo, ma anche la potenzialità procreativa. Nulla di simile appartiene al femminile. Nel segreto del corpo l'ovulazione è nascosta e solo poche donne ne riconoscono i segnali (la fluidità del muco cervicale, una particolare tensione nell'addome, l'aumentare di una sorta di spinta verso l'altro).

La potenzialità del piacere femminile proveniente dal corpo interno, un piacere cenestesico che per millenni la cultura e la religione cattolica hanno ostacolato, solo recentemente è stata riconosciuta e resa lecita dalla rivoluzione culturale e sessuale del mondo occidentale. Ma aver reso lecito il piacere non comporta automaticamente la possibilità di provarlo. Ed è questo il paradosso del nostro tempo: una sessualità femminile più libera e spregiudicata, ma spesso povera di autentico piacere. I modelli di comportamento sessuale, sempre più spregiudicati e trasgressivi, forniscono a molte donne, sia a quelle giovani alle prime esperienze o già adulte, un facile copione da imitare. Le immagini e le scene erotiche che incessantemente giungono dai media tendono a costruire un "immaginario erotico di massa" che rischia di sostituire quello personale, così come l'esaltazione della bellezza e la cura rischiano di trasformare il corpo in un contenitore vuoto, prodotto più da esibire che da abitare, di conseguenza l'esperienza del piacere rischia di rimanere poco accessibile come nel passato. Il piacere interno rimane quindi una potenzialità che per esprimersi dovrà essere disvelato attraverso un percorso di crescita sessuale individuale. Il piacere così inteso non vede dunque il maschio come principale responsabile della soddisfazione sessuale di entrambi, ma la donna stessa protagonista.

PIACERE COME RISORSA DELLA RELAZIONE

Per una donna che ha raggiunto un positivo rapporto con il proprio corpo ed è in grado quindi di provare l'esperienza del piacere, quali possibilità si aprono nelle relazioni di coppia? Questa sua nuova capacità rispetto al piacere rappresenta sempre una risorsa o anche un limite?

Dagli anni settanta, l'iniziale illusione di una libertà sessuale a vantaggio della coppia, ha finito con lo sfumare nello scenario di oggi dove, come abbiamo detto, il bisogno femminile di esprimere l'eros alimenta talvolta nel maschio conflitti, ansie e insicurezze. Ne conseguono le sempre più frequenti separazioni richieste dalle donne e, da parte di alcuni maschi, la fuga verso un confronto più facile: la prostituzione e la sessualità virtuale, vecchi e nuovi porti sicuri. Anche il bisogno di un legame di coppia stabile e duraturo, sostenuto da stima ed affetti, che l'intimità sessuale, non più finalizzata alla sola procreazione, avrebbe dovuto sostenere, è entrato spesso in conflitto con l'eros e con il suo bisogno di novità e trasgressione. Infatti, anche quando viene

raggiunta un'autentica condivisione erotica, non è facile mantenerla nel tempo e farla convivere con gli impegni ed i doveri di una coppia stabile. Donne che, prima del matrimonio, avevano goduto di esperienze emozionanti e di rapporti sessuali soddisfacenti, si ritrovano presto con le ceneri fredde di un desiderio ormai spento. Quando la coppia si riduce a rappresentare solo un luogo sicuro, si finisce col cercare altrove le emozioni perdute. Nuovi incontri occasionali o relazioni parallele, ricercate non solo dai maschi, ma anche dalle donne, offrono nuovamente il brivido della seduzione. E' possibile allora non doversi rassegnare a quanto sostenevano i greci che "...nell'istantaneità del piacere hanno subodorato una forma di inganno, una beffa degli dei"? Il piacere femminile, di fatto, dovrebbe significare una ricchezza non solo per se stessa, ma per la relazione. Questo tuttavia può avvenire solamente quando la donna incontra un maschile a sua volta in grado di esprimere l'eros come piacere creativo e condiviso, avendo superato il bisogno di conferma della propria identità e abbandonato quindi l'uso del sesso come potere. Questo tipo di incontro avviene raramente nel periodo adolescenziale durante il quale maschi e femmine agiscono la sessualità principalmente come sperimentazione e conferma della propria identità. In una coppia adulta, invece, quando entrambi hanno consolidato la propria identità, l'eros può esprimersi in tutta la sua forza e intensità. Si allontana allora il modello tradizionale che vede la donna passiva adattarsi, in parte o del tutto, al maschio ed alle sue richieste. Entrambi si sentono liberi di dar voce ai propri desideri e di comunicarseli. Le fantasie erotiche possono essere scambiate e talvolta agite, la creatività femminile espressa quanto quella maschile. Tenerezza e romanticismi non sono più l'indispensabile premessa femminile ai piaceri del sesso perché anche la donna ha scoperto e sa esprimere ciò che la eccita, senza vergogna, senza bisogno di giustificazioni affettive ed eccessivi sentimentalismi. Per entrambi il piacere sessuale trova la sua espressione in un atteggiamento attivo, nei corpi che si esprimono attraverso il movimento, in sintonia con i pensieri e l'immaginario erotico.

BIBLIOGRAFIA

Baldaro Verde J., Todella R. (2005): Gli specchi dell'eros maschile, Editore Raffaello Cortina, Milano.

Baldaro Verde J., Todella R. (2006): Luci e ombre nella coppia di oggi, Editore Franco Angeli, Milano.

Beauvoir S. (1961): Il secondo sesso, Editore Il Saggiatore, Milano.

Desjardins J.Y. (1996): Approche integrative et sexocorporelle, Riv. Sexologies 5 (21), 43-48.

Perissinotti E., Baldaro Verde J. (2003): Rappresentazioni grafiche degli organi genitali femminili interni, Emme Edizioni, Milano.

Todella R., Baldaro Verde J. (2006): La diagnosi dei disturbi dell'orgasmo: Il ruolo del ginecologo, Giornale Italiano di Ostetricia e Ginecologia, 6, 322-326, Cic Edizioni, Roma.