



La mente e l'anima

colloqui con
lo psicologo

TANTE GIOVANI COPPIE SI FRANTUMANO IN POCHI ANNI

Sesso subito

DI FEDERICO CARDINALI

Se guardiamo un film, un telefilm o un qualsiasi sceneggiato, quando due tra i tanti personaggi s'incontrano e tra loro nasce una simpatia, basta aspettare qualche minuto: la scena successiva ce li mostra già a letto. Ma questo è il cinema, direte. Non la realtà. Sicuri? Allora passiamo alla realtà. Ci chiediamo mai com'è che tante coppie hanno un tempo di vita così breve? Dicono i numeri che in Italia una coppia su tre scoppia. Qualche mese, qualche anno. Poi, improvvisamente, uno dei due se ne esce: *non l'amo più*. Che significa? Se provi ad ascoltare, ad entrare dentro queste parole, ti accorgi che chi parla così ti sta dicendo che non sente più attrazione verso l'altro, l'altra. *Attrazione*. Ascoltiamola questa parola. Perché ci fa cogliere quanto questa relazione sia nata e abbia camminato fino ad oggi in superficie. L'incontro tra i due aveva messo le sue radici su un terreno povero. Fragile. Il terreno dell'attrazione fisica. E poco più. E visto che il mondo è pieno di persone, uomini o donne, più belle e più attraenti, fisicamente, del compagno o della compagna che ti ritrovi accanto, il richiamo a guardare altrove è lì. Pronto a ghermirti. Ti aspetta. E a giustificazione di tutto, le parole magiche: *non l'amo più*.

Se sul muro di casa compare una crepa, e col passare del tempo tende ad ampliarsi, la prima cosa che un bravo geometra o ingegnere va a vedere non sono le fondamenta? Ecco. Le fondamenta. Anche in una coppia sono importanti. Cos'è che unisce queste due persone. Cosa trova l'uno nell'altro di bello, di piacevole, d'interessante. Cosa fa nascere e vivere la curiosità, l'intere-

resse nei confronti dell'altro. La curiosità di conoscere. La mente, il cuore, i progetti, i timori, i desideri. Cosa, insieme, desiderano costruire, quale progetto di vita li unisce. Quanto ciascuno sente che può contare sull'altro.

E il sesso? In una coppia il sesso che nasce e si fonda su un'intimità di mente e di cuore alimenta la vicinanza e la complicità. Le mani s'incontrano, si sostengono. Gli occhi si guardano. È come la pioggia che cade, leggera e costante, su un terreno che ha ricevuto seme buono. Il sesso che si fonda solo, o prevalentemente, su un'attrazione fisica, non costruisce. Non solo. Attiva la sua *funzione ipnotizzante*. Tutti sappiamo cos'è il sesso. O, almeno, crediamo di sapere. Quasi tutti conosciamo l'ipnosi, se non altro per averne vista in qualche spettacolo televisivo. Sotto ipnosi tu non sei più padrone delle tue sensazioni, né dei tuoi pensieri. Il freddo o il caldo che senti è l'ipnotizzatore a indurlo, se stai in piedi o seduto o sdraiato o sollevato su un piede, è sempre lui a decidere. Tu esegui. Passivamente. E senza nessuna consapevolezza. Questo fa il sesso quando arriva prematuro.

Non è un pensiero alla moda questo, lo so. Oggi siamo immersi nella velocità. *Tutto-subito* è un mantra. In ogni campo. Una domanda a Google ha subito la risposta. La cosiddetta intelligenza artificiale ci risparmia pure di fare la domanda: ha già capito cosa stiamo cercando. Ma Google o l'IA sono *solo* un algoritmo. Più o meno complesso. Noi umani siamo persone.

Persone, non solo corpo. Un corpo separato dall'anima non vive. Così una relazione fatta solo di corpo è destinata a morire. Il *sesso subito*, in una coppia, impedisce l'in-

contro. Carla e Lucio sono andati a letto insieme dopo pochi giorni dal loro primo incontro. Entrambi concordi e soddisfatti. Ma dopo cinque mesi la loro storia traballa. Oltre al *tempo del letto*, rapidamente condiviso ogni volta che si vedono, non c'è altro. Giusto qualche serata con gli amici. È solo il sesso a tenerli uniti. Un tempo per conoscersi, ascoltarsi, sentire la mano dell'altro, cogliere il colore degli occhi, il battito del cuore, il desiderio dell'anima... impossibile. Il *sesso subito* li ha catturati. Ipnotizzati. E quando non c'è il letto, c'è noia. E la storia, tristemente, muore. Quanti *Carla e Lucio* percorrono questa strada!

Cari ragazzi, giovani e meno giovani, se volete costruire la vostra casa sulla sabbia, sicuri che al primo soffio di vento crolla, fate *sesso subito*. I vostri corpi saranno soddisfatti. Ma il vostro cuore non vive. Il tempo del corpo è veloce. Il tempo dell'anima ha un altro ritmo. Si racconta di alcuni sherpa che un giorno, mentre stavano salendo con gli alpinisti in una spedizione sull'Everest, improvvisamente si fermano. Alla domanda sul perché si siano fermati dicono: *dobbiamo aspettare le nostre anime*. Gli alpinisti che li avevano ingaggiati procedevano con un ritmo che non li avrebbe portati in cima. Loro, gli sherpa, che conoscevano la montagna, e ascoltavano sé stessi, lo sapevano.

Noi siamo corpo. Ma non solo corpo. Siamo anche mente. Cuore. Anima. Il corpo scollegato dalle altre dimensioni è destinato a morire. E il sesso che unisce solo due corpi è vuoto. Due corpi che s'incontrano *fanno sesso*, non fanno l'amore. *Per fare l'amore bisogna essere in quattro*: due corpi e due anime.