



TRA EROS E AGAPE

Amore, forza primigenia della vita, attorno ad esso, si dice, ruotano le nostre azioni, i nostri pensieri, le nostre emozioni...il mondo. Lo sapeva bene Dante che chiude il XXXIII Canto del Paradiso, decantando “l’amor che move il sole e l’altre stelle”.

Parlando di amore, esiste davvero questa separazione tra “l’Amore sacro e l’amor profano”? Illustri filosofi e teorici ne hanno, nella storia, disquisito, facendone motivo di versi poetici e trattati filosofici, fino a giungere ai giorni nostri, dove ha trovato spazio nelle meno auliche ma certo apprezzate note di De André.

Filosofia e religione parlano di queste energie vitali come di due modalità separate, Agape ed Eros.

Facendo un passo indietro nella storia e nella mitologia, Agape, significa amore fraterno, disinteressato; in ambito ebraico e soprattutto per i neoplatonici, esprime l’amore verso un coniuge, la famiglia, o una attività. Rappresenta quindi una virtù, uno stato anche spirituale. Per i cristiani era l’amore fraterno che lega una comunità umana. L’Agape dunque, come amore gratuito, di colui che dona tutto sé stesso in modo incondizionato e assoluto

e come evoluzione dell’eros, che è la divinità greca dell’amore. Questa parola è stata ripresa nel linguaggio filosofico e scientifico moderno per designare aspetti o componenti dell’attività sessuale e in genere della vita affettiva. Rappresenta l’attrazione tra uomo e donna, con connotazioni fortemente corporee e comporta il trasporto sessuale.

Una relazione da quale forma di amore è animata, da quali desideri è nutrita? Se ci sappiamo davvero ascoltare, la risposta è che alla base ci siamo “noi”, il nostro benessere che, si sa, non dipende dall’altro per essere sano ed evolutivo. Perché amore è bellezza, unione, ma soprattutto crescita, scoperta di sé, grazie all’incontro con l’altro, solo così il tempo non fa paura e l’amore va oltre a etichette e definizioni.

La vita sessuale e la convivenza per le donne italiane

A CURA DI ROBERTO ROSSO

Una ricerca a cura dell'Istituto KEY-STONE, effettuata su un campione rappresentativo di 621 donne, tra i 25 e i 54 anni ha voluto indagare il rapporto tra le donne italiane e la vita sessuale, correlata con il rapporto di convivenza con il proprio partner, cercando di capire come e perché la sessualità cambia nelle coppie di lunga durata.

Andando contro corrente rispetto alle molteplici inchieste in cui si va alla ricerca di elementi trasgressivi legati alla sessualità, questa ricerca evidenzia la realtà quotidiana della maggioranza delle donne, a prescindere dalle singole – possibili o eventuali – occasioni insolite.

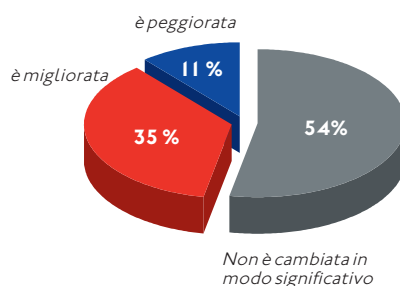
Per quasi la metà delle donne la sessualità cambia durante la convivenza

La percentuale di donne che hanno notato un cambiamento nella vita sessuale col proprio partner durante gli anni è piuttosto elevata (45%), anche se, fortunatamente, la maggior parte di loro vive questa evoluzione in chiave positiva. Infatti per il 35% delle intervistate la sessualità è migliorata, e solo l'11% lamenta un deterioramento della relazione erotica.

Il campione, molto esteso, ha offerto la possibilità di essere "analizzato" secondo differenti segmenti di tipo socio demografico, per incontrare alcune peculiarità davvero interessanti. Ad iniziare dalla fascia d'età delle intervistate. La ricerca dimostra come, col passare degli anni, il giudizio rispetto alla vita sessuale peggiori in modo abbastanza evidente. **Infatti, mentre le donne tra i 25 e i 34 anni**, nel 45% dei casi dichiarano che col partner la relazione intima sia migliorata col passare del tempo, questa percentuale crolla al 30% per le over 45.



CAMBIAMENTO DELLA VITA SESSUALE



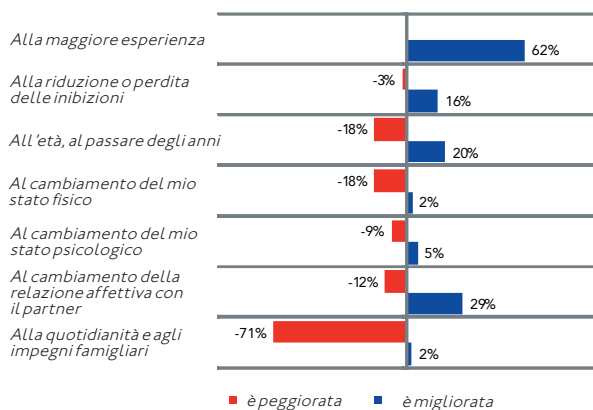
Da un lato, le donne più giovani, agli esordi della vita comune, trasmettono anche nella sessualità i valori positivi derivanti dalla "freschezza" della novità e dalla progettualità e sentono come il progredire della conoscenza del partner influisce sul miglioramento dell'esperienza erotica. D'altro canto, le intervistate più mature risentono del passare degli anni e perdono l'entusiasmo e l'aspettativa iniziali. Si direbbe che, se all'inizio il motore dell'eros è lo "stare con" – il coinvolgimento e la condivisione di quasi tutto – col progredire del tempo, la condivisione diventa routine sia pur con una forte componente affettiva, ma **mancono le aspettative e le sorprese e, paradossalmente, il motore del desiderio diventa "l'essere senza"**. Con coloro che hanno dichiarato una sostanziale evoluzione del rapporto, si è approfondita la sfera motivazionale. È risultato che sono **l'abitudine e gli impegni familiari** i veri "killer" della vita sessuale delle italiane. Questo il fattore maggiormente citato, nel 71%



dei casi, da chi riscontra un peggioramento. Sono infatti le coppie senza figli – o comunque senza figli conviventi nel nucleo familiare – a presentare una preponderanza di giudizi positivi.

Mentre, osservando il fenomeno in chiave positiva, cioè di miglioramento della relazione, nuovamente si incontra un fattore preponderante: la maggior esperienza. Un'esperienza non necessariamente di coppia ma anche e soprattutto auto-riferita. Un'esperienza personale, quindi, intesa più che altro come tutto ciò che ci portiamo alle spalle e che ha contribuito a formare il carattere e la personalità di oggi: il proprio vissuto, i propri obiettivi e conquiste. Un'esperienza indipendente sia dalla stabilità affettiva che dalla routine quotidiana. Ciò non significa necessariamente esperienza al di fuori della coppia, ma un vissuto di crescita personale, apprendimento e fiducia in se stesse, derivanti anche – ma non solo – dall'esperienza erotica vissuta col proprio partner.

MOTIVI DEL CAMBIAMENTO DELLA RELAZIONE SESSUALE



Ma esperienza e quotidianità non sono necessariamente fattori opposti o contrastanti, per questo occorre analizzare come intervengono gli altri elementi citati dalle donne intervistate. Molti aspetti infatti possono avere una valenza positiva o negativa in funzione del tipo di vissuto personale. I ricercatori hanno approfondito ulteriormente il tema, scoprendo come tutti questi elementi citati si correlano tra di loro in quattro grandi fattori, che tendono a favorire il miglioramento o il peggioramento della relazione sessuale nella coppia.

I QUATTRO FATTORI CHE INCIDONO SULLA RELAZIONE SESSUALE DELLA COPPIA

ESPERIENZA PERSONALE

All'esperienza in senso lato si unisce in modo significativo la perdita di inibizioni ed è opposta a ciò che concerne il passare degli anni e la routine.

ABITUDINI RELAZIONALI

La quotidianità e gli impegni familiari, unitamente al vissuto tipico di chi sente gli "anni passare" sono fortemente antagonisti del miglioramento della relazione affettiva. In pratica, tra chi cita quale elemento di mutazione della relazione sessuale gli impegni quotidiani e l'età, spesso la relazione affettiva col partner è vissuta come peggiorativa della sessualità all'interno della coppia.

MUTAMENTI PSICOLOGICI

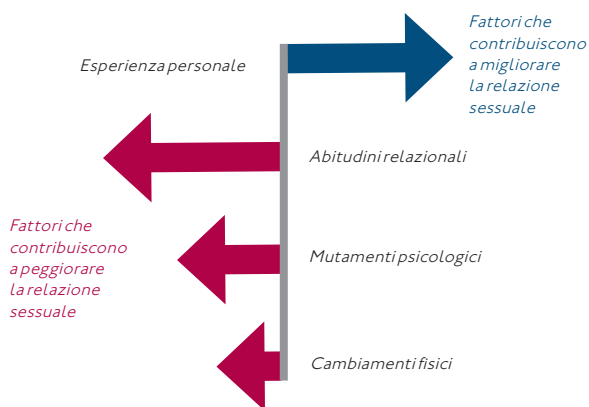
Molto interessante anche l'influenza dei cambiamenti percepiti a livello psicologico, che solo parzialmente sono correlati a quelli fisici. Mentre si nota una fortissima relazione inversa tra chi dice di essere migliorato dal punto di vista psicologico e chi lamenta l'avanzare dell'età.

A prescindere da come questo fattore influenzi la percezione del cambiamento della relazione sessuale col partner, è molto interessante notare che chi cita quale elemento portante quello psicologico, dia una straordinaria minore importanza ai fattori anagrafici.

CAMBIAMENTI FISICI

Un ulteriore fattore discriminante, ma meno incisivo, pare essere legato al cambiamento del proprio stato fisico. Questo è un fattore che vede una correlazione forte con eventuali traumi subiti che naturalmente possono essere anche fisici, quali malanni e incidenti. In questo caso la componente anagrafica si inserisce, sia pur in modo non dominante.

IFATTORI DI CAMBIAMENTO DELLA RELAZIONE SESSUALE



"Esperienza/Miglioramento" e "Quotidianità/Peggioramento"



Naturalmente c'è da domandarsi cosa significhi esattamente, nell'immaginario delle donne intervistate, il miglioramento o il peggioramento.

È possibile, infatti, che per talune un miglioramento voglia semplicemente dire una relazione meno impegnativa. Non è detto che una situazione più routinaria debba obbligatoriamente tradursi in un peggioramento. Allo stesso modo, il fatto che all'aumentare dell'età le intervistate dichiarino un sostanziale "non cambiamento" non esplicita uno stato di soddisfazione o insoddisfazione. È comunque abbastanza scontato aspettarsi da chi dice che peggiora o migliora - rispettivamente - un minore o maggiore appagamento.

In conclusione

la ricerca ha evidenziato la forte contrapposizione tra esperienza personale e stabilità affettiva ma, d'altro canto la lotta tra Eros e Agape - amore passionale versus amore affettivo disinteressato - è eterna: non esiste una ricetta in grado di portare un equilibrio tra i due fattori. E forse il consiglio migliore che si può dare è che ognuna possa rendersi conto delle 1000 donne che le albergano dentro e provare a viverle dando loro riconoscimento e inserendole nella vita di coppia in modo da riaccendere, rinnovare e reinterpretare le differenti sfaccettature della sessualità "di routine" e rinviare la quotidianità ■





Cosa cerc test

Rispondi al test e riconosci il tuo profilo

1) È ora di cambiare l'auto, lui/lei vorrebbe una berlina, tu una spider

- ♥ Lo inviti a girare per concessionarie, chissà che una novità non metta d'accordo entrambi
- ★ Lo lasci parlare per un po', poi gli comunichi data e ora del test drive della spider che hai già prenotato
- ▲ In fondo la spider è un capriccio, accarezzi il sogno e non ne parli più

2) Finalmente quel viaggio di lavoro a Parigi

- ★ Gli fai capire chiaramente che non è una vacanza e che partirai da solo/a
- ♥ Gli/le proponi di accompagnarti e con l'occasione prolungate il viaggio fino al week end
- ▲ Ti precipiti sul web e acquisti il volo anche per lui/lei, è da tanto che voleva tornare a Parigi

3) Tempo di mare, tu preferisci la sabbia, il tuo partner le scogliere:

- ★ Ti impunti e lo convinci che camminare sulla sabbia rilassa e abbassa il colesterolo
- ▲ Non discuti e corri a comprare un materassino morbido
- ♥ Gli proponi una serata google maps per pianificare il viaggio ideale

4) Arriva tardi, troppo tardi, da una serata con i suoi amiche/i di vecchia data

- ♥ Gli chiedi com'è andata cercando di leggere tra le righe
- ★ Rimani sveglio/a e procedi all'interrogatorio
- ▲ Anche se sei irritato/a vai a dormire, si sa che le serate tra amici finiscono tardi

5) È da un po' che l'intimità non è più come una volta

- ♥ Affronti il problema chiedendogli cosa c'è che non va
- ★ C'è di sicuro un altro/a, cerchi furtivamente segnali tra sms, email e scontrini
- ▲ Ci resti male ma non dici nulla, sarà solo un momento passeggero

6) È notte, arriva un sms sul suo cellulare

- ▲ Non dici nulla, ti giri dall'altra parte ma il pensiero ti toglie il sonno
- ★ Chiedi subito spiegazioni e pretendi di vedere immediatamente il messaggio
- ♥ Ti insospettisci ma aspetti il risveglio, davanti a un buon caffè si discute meglio

7) A una festa, si sta intrattenendo un po' troppo con uno/a degli/le invitati/e

- ♥ Non ti rovini la serata, alle feste è bello conoscere gente nuova
- ▲ Sei verde di rabbia, guardi di sottocchi, poi faremo i conti a casa
- ★ Gli/le porti un cocktail e fai capire all'altro/a come stanno le cose

Calcola il tuo punteggio in base alla maggioranza delle risposte risposte:

▲ *sei indulgente*
● *sei diplomatico*
★ *sei autoritario*



hi nella coppia?

è ora di mettersi in gioco!

8) Ti chiama per comunicarti che il suo aereo avrà due ore di ritardo, la cena che avevate programmato salta

- ▲ Accendi la tv e sarò per un'altra volta, mai fidarsi delle compagnie aeree
- ♥ È da tanto che volevi provare la lezione serale di rumba, ecco l'occasione giusta
- ★ Ti fai dire il numero del volo, ti colleghi al sito dell'aeroporto e controlli il traffico aereo

9) Paragoneresti l'intimità con il tuo partner a un piatto di:

- ★ Ostriche alla Rockefeller, raffinato e inebriante
- ♥ Sushi e sashimi, delicato e nutriente
- ▲ Bucatini all'amatriciana, genuino e rassicurante

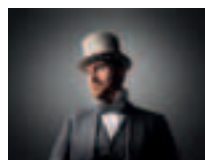
10) Il tuo partner è sdraiato sul divano, tutto assorto nella lettura di un libro

- ♥ Ti fai spazio sul divano e ti sdrai a leggere il tuo libro accanto a lui, verrà quel che verrà
- ▲ Ha avuto una giornata dura e ora ha bisogno di relax, vai a guardare la tv in un'altra stanza
- ★ Con gesto provocante gli sfilì il giornale dalle mani e fai capire le tue intenzioni



▲ Indulgente

Ti hanno sempre apprezzato per il tuo carattere dolce e paziente, tendi ad approvare gli altri e a esaudire i loro desideri. Nella coppia, fai il possibile per mantenere un'atmosfera tranquilla ed evitare conflitti, il timore di perdere l'altro ti porta a rinunciare ai tuoi sogni e bisogni più profondi. Alla lunga, rischi di cadere nella noia e nell'insoddisfazione. Prova ad ascoltarli e a farti ascoltare di più, ad assumere un ruolo più attivo nella coppia manifestando con determinatezza le tue esigenze. Confronto e dialettica faranno sentire anche il tuo partner più valorizzato/a e lo aiuteranno a conoscerti meglio.



♥ Diplomatico

Hai una buona dose di sicurezza in te stesso e di fiducia nel prossimo, ascolti con interesse il parere degli altri ma non perdi di vista le tue posizioni. Nella coppia cerchi il dialogo e la mediazione, la spiegazione sincera e la scelta concorde, non cedi all'istinto e alla rabbia ma attendi il momento giusto per affrontare i problemi. Questo atteggiamento, però, ti porta a controllare le emozioni facendoti apparire troppo distaccato/a e "cerebrale". Cerca ogni tanto di reagire di pancia e lasciar fluire i sentimenti, l'amore si nutre di ragioni che la ragione non conosce.



★ Autoritario

Tutto sotto controllo è la regola base del tuo carattere, hai un temperamento deciso e sai come farti rispettare. Nella coppia, cerchi di ottenere sempre quello che vuoi e ti aspetti che il partner agisca e reagisca sempre nel modo che tu ritieni più adeguato. Tendi ad essere critico e ad attribuire all'altro la responsabilità di eventuali conflitti o insuccessi. La vita di coppia rischia di diventare un gioco di potere che a lungo andare toglie il respiro a entrambi. Cerca di ascoltare il partner senza emettere subito giudizi, lascia che esprima la sua personalità, non considerare le divergenze come errori da correggere, ma come opportunità di apertura e arricchimento.