

IL GIARDINO DELLE DONNE

Il giardino delle donne é il titolo del nostro seminario. E per coltivare un bel giardino sono necessari molti accorgimenti, molte attenzioni, ma soprattutto che il giardino viva con i suoi fiori, con le sue radici, un giardino dunque con una "sua bella forma" cosí come per la donna con una "sua bella sessualità".

Spesso nella letteratura e nella simbologia anche psicoanalitica il corpo é stato rappresentato come una casa laddove i vari piani simboleggiano le varie parti del corpo e della psiche. Il giardino di cui parlo oggi é come nelle case romane nel centro, nel cuore di un corpo, é il suo sesso.

E se mi permettete di continuare ancora un momento a fantasticare con voi, il giardino, da sempre nel passato <sup>na</sup> il luogo dove si incontravano le donne a discorrere, a discorrere dei figli, della sessualità, della casa, della famiglia.

Temi di donne tra donne.

Raramente però anche tra donne si é svelato il <sup>di più</sup> sulla sessualità, il <sup>di più</sup> oltre a quelle dell'inizio della fecondità, della maternità e della ciclicità.

Si sono trasmessi tra donne i saperi antichi ed anche i pregiudizi antichi, non solo i nostri, ma anche quelli che abbiamo fatto "nostri" del mondo vicinissimo a noi - quelli cioè del mondo maschile.

Riprendo anch'io da ~~la~~ Manuela Freire "Siamo abitate dalle idee degli uomini sulle donne".

Ma con l'esperienza femminista e con il pensiero attorno alla differenza sessuale si sta osando "di più". Oltre alla sessualità si vuole provare a parlare di desideri, di sensualità, di erotismo o meglio di piacere erotico.

E' come osare sentire in modo proprio e autonomo, é come osare pensare i propri pensieri da sé.

Se é vero che da sempre é stato riconosciuto alla donna il potere sensoriale del suo corpo contrapposto al corpo "motorio e operante del guerriero maschio" (Pasini), é pur vero che spesso questa sensorialità o era muta o doveva reagire secondo i dèttami di ipotesi formulate dal mondo maschile. (Vedi ad esmpio - secondo la linea freudiana - il passaggio obbligato per una sessualità femminile matura, dall'eccitazione-orgasmo clitorideo a quello vaginale.

Dare voce alle donne perché in prima persona riannodino e riprendano i fili della propria storia e identità sessuale per rileggerle e riguardarle, é il tentativo che anch'io con voi desidero sperimentare.

Questo seminario dunque ci vede insieme per affrontare il tema del desiderio, e delle fantasie erotiche. Ora é tempo, ora lo si può fare. Ora che il corpo della donna non é solo consumato nella maternità, esso può avere un ambito di sensorialità; esso può essere sorgente di emozioni e sentimenti che sono eventi psichici e che possono divenire supporto alla creatività.

Il tentativo che desidero fare é quello di affrontare le tematiche attorno alla tensione sessuale, che cosa si mette in gioco in questo ambito rispetto alle emozioni ed all'accadere psichico.

La tensione sessuale e sensuale si ritrova in occasione della esperienza amorosa ma anche nelle fasi di crescita di ciascun individuo, nel gioco della propria identità corporea e psichica.

Ma Claudia Mancina ci avverte come "La sessualità é una sfera nella quale i mutamenti non avvengono facilmente o in breve periodo. La sessualità é il lato più oscuro e più irrisolto della nostra vita di donne, quello in cui é più difficile esercitare e affermare autonomia; quello che più resiste ad entrare nel disegno di un piano di vita, perché resiste al tentativo di determinare liberamente, soggettivamente i tempi e le forme della nostra esistenza. (....) Tocca alla sessuologia e meglio ancora alla psicologia del profondo esplorare i caratteri propri del desiderio e del comportamento sessuale femminile".

Identità corporea e identità psichica dunque si correlano, si legano indissolubilmente, si intrecciano e si coinvolgono reciprocamente. L'esperienza erotica passa dal corpo alla mente in un gioco alterno. L'energia erotica diviene carica vitale, spinta anche furente.

I Greci descrivono l'Eros con l'arco, le frecce e la fiaccola, teso e luminoso.

Accanto ad Eros (vita) c'è Thanatos (morte) che è a sua volta pulsione, in questo caso di segno negativo.

Valcarenghi sostiene che "l'eros contenga gli opposti e quindi la creatività e nello stesso tempo la distruttività. Sono due energie che cozzano l'una contro l'altra".

La cultura attuale mostra chiaramente queste due energie contrapposte, da un lato - continua Valcarenghi - l'indifferenza e l'ostilità al proprio corpo sono oggi diffusissime così come la sua idealizzazione narcisistica ed entrambi questi aspetti derivano, come è noto, dalla qualità della relazione che le persone hanno avuto con il corpo materno - indispensabile specchio e strumento per amare il corpo".

La possibilità di riconoscere al proprio corpo una capacità erotica passa dalla prioritaria esperienza del possedersi, del sentire "il piacere del funzionamento" del proprio corpo, dello star bene nella propria pelle, di avere un consistente grado di narcisismo, ma anche di poter e saper investire il corpo altrui di tensione narcisistica e dunque di rimandi e di echi erotici.

Ma la tensione erotica è di per sé incapace di accettare il limite e ciò può talvolta portare a sofferenza psichica.

L'amore-passione - secondo la DiLorenzo - può nascere soltanto dove c'è spazio per l'individuo, dove è possibile dedicare tempo e interesse a sé stessi. È un lusso che richiede riposo e libertà dagli impegni e dalle occupazioni. Nasce dal tener dentro e dal ascoltare quello che cresce dentro. Ha bisogno di tempo libero e di solitudine. (...)

L'eros è incompatibile con la fretta, con gli orari. Vuole tempo

liberò, tempo vuoto: per l'inquietudine, per la noia, per i mali del corpo e dell'anima, per la fantasia, cioè per la cultura e per la creatività. Vuole l'otium degli antichi, che era il riposo dalle occupazioni, come tempo per gli studi e per l'attività creativa". (Pag17).

Mi chiedo se il mondo delle donne oggi é ancora in grado, se mai lo é stato, con la molteplicità dei ruoli e con la doppia, tripla presenza, di darsi questo spazio, questa intervallo, premessa secondo alcuni di attività culturale ma anche di curiosità e di possibilità creativa.

La creatività femminile più diretta é sempre stata quella fisica - quella di generare dei figli - ed anche quella nasce da uno spazio corporeo - la vagina per ricevere il pene, l'utero per far crescere il feto - spazio allora come "intervallo" indispensabile alla creatività.

Lo spazio fuori (realtà esterna) e lo spazio dentro, il vissuto ed il sentire interno (realtà interna) e lo spazio intermedio, lo spazio transizionale, ambiguo, partecipa sia della realtà interna che esterna ed é quello della sensualità, dell'erotismo, della interazioni nell'intimità dei due soggetti, dei due sessi. Intimità e interazione tra la realtà interna che vive di fantasmi inconsci e quella esterna che sa e può produrre fantasie consce.

Anziú ha scritto che la pelle é volta verso l'interno e verso l'esterno; la pelle interna contiene ed é ricettiva rispetto al mondo interno.

Nel funzionamento autonomo c'è una capacità sufficientemente chiara di differenziare ciò che é dentro - l'intrapsichico - e ciò che é fuori - l'extrapsichico - , ciò che viene dall'altro. Tra il reale fuori ed il reale dentro.

Nelle fantasie erotiche, così come nell'esperienza della tensione - orgasmo spesso queste due realtà si sfumano, si condensano, si sciolgono.

La psicoanalisi si è chiesta che carattere abbia questa forza, questa pulsione così carica di eccitazione fisica e psichica. Si è chiesta quale sia la sua origine corporea, somatica, e quale la sua origine psichica.

Freud la definisce come "un concetto limite tra lo psichismo ed il somatico" (vedi i Tre saggi sulla teoria della sessualità del 1905), cioè una sorta di posizione di frontiera, una specie di delegazione del somatico nello psichico che viene colorato, caricato di affetto", cioè di energia, di investimento, di spinta, di libido.

L'esperienza dell'eccitazione tocca l'essere umano fin dalla nascita ed è in gioco il suo equilibrio se non riesce a raggiungere dopo l'eccitazione l'omeostasi, la tranquillità. Si potrebbe dire che la vita è un susseguirsi di oscillazioni tra lo stato di contrazione/espansione, di eccitazione/pausa sia fisica che psichica.

Però l'eccitazione sessuale, genitale non sempre è accettata nella donna.

Seymour Fischer nella sua inchiesta sull'orgasmo femminile trova che un gruppo interessante di donne "definisce l'eccitazione sessuale quasi insopportabile tanto è intensa. Descrivono lo stato di eccitazione sessuale raggiunta come dolorosamente intenso e indicano di poter a mala pena controllare la tensione che si crea. Una donna ha affermato che quando è molto eccitata si sente "pronta ad arrampicarsi sui vetri". Le zone eccitate del corpo possono essere "doloranti" e sensibile all'eccesso. L'eccitazione sessuale, a quanto pare viene considerata come una forza più forte della propria persona, potenzialmente dotata della capacità di opprimere e disorganizzare". (pag 27)

La stessa ricerca - come altre - mette in evidenza un diffuso senso di diminuita acutezza sensoriale ed una momentanea perdita di consapevolezza; "la piccola morte" la chiamano i francesi.

"Il mondo esterno diventa qualcosa di vago, gli oggetti vengono percepiti meno distintamente. E' questo sbiadire degli oggetti che può disturbare la donna già troppo sensibile alla possibilità di perdere

i suoi sostegni, o di esserne separata. Può considerare la "perdita" percettiva degli oggetti durante il processo eccitativo come qualcosa di simile alla perdita che si è sempre aspettata di dover subire" (pag73) Teme in definitiva di perdere il contatto, il controllo con il mondo esterno, di perdere ciò che ama.

Viene qui attribuita alla donna un'ansia da "perdita d'amore" proprio nel momento in cui dovrebbe vivere l'esperienza del lasciarsi andare nell'amore-eccitazione. Quest'ansia di perdita degli oggetti cari da parte delle donne, interferisce, secondo questo studio e secondo la linea freudiana col timore dell'eccitazione riconducendolo all'esperienza ed al ~~xxx~~ pericolo sentiti dal bambino piccolo di essere sopraffatto da un eccesso di eccitazione fisica a causa di bisogni e desideri non soddisfatti. Tale sovraccarica creerebbe il timore di una accumulazione incontrollata di tensione interna che potrebbe causare la rottura della continuità e del contenimento psichico. E' come se il contenitore - pelle potesse esplodere.

Vi è qui il ritorno della dicotomia Eros e Thanatos, laddove viene attribuito all'orgasmo e/o all'intensa eccitazione una connotazione di morte cioè di perdita degli oggetti d'amore. E per oggetti d'amore si intende non solo il o i partner attuali ma le figure antiche su cui si è giocata la prima relazione.

Le prime relazioni imprimono un marchio sulla qualità sia del soddisfacimento dei bisogni (togliere i bambini da situazioni di bisogno insostenibile è compito quotidiano del rapporto genitori/figli) sia delle prime esperienze di desiderio in cui si collocano i rapporti erotici.

Bisogno e desiderio sono entrambi basilari perché corpo e psiche si incontrino e si integrino. Il bisogno si colloca a livello quasi biologico (es.fame). Esso, bisogno, è all'origine del desiderio ma questo è nel registro psichico. Il bisogno si manifesta in maniera discontinua; il desiderio è su un registro continuo ed è una elaborazione che diventa qualcosa di permanente e costante.

Credo sia esperienza comune riconoscere la tensione, la corrente erotica dello sguardo madre-bambino/a ma anche della tensione tattile delle carezze rivolte al ~~corpo~~ del bambino. Corrente e tensione erotica che poi potranno essere rivissute nelle altre fasi della vita. L'investimento erotico sul corpo del bambino é indispensabile alla sua crescita affinché egli maturi un buon grado di piacersi (il sano narcisismo).

L'incontro antico della donna con le proprie figure genitoriali la madre prima, il padre poi, giocano certamente un ruolo significativo nell'avvio della sua capacità di riconoscersi "soggetto erotico", ed anche di potersi fidare nel lasciarsi andare.

Il fidarsi, il lasciarsi andare consapevolmente permette di esperire un'andata ed un ritorno, una esperienza di dentro e di fuori, una carica "altra" ma che nasce da sé.

E' come l'esperienza del sogno, "il teatro del sogno" come lo chiama Resnik. E' come se nella psiche esistesse una scena teatrale interna dove si sviluppano i fantasmi e dove si producono i sogni con i loro schermi. I sogni, le fantasie, possono agire come "mediatori tra "scena" biologica (che si traduce anche come linguaggio dell'organismo) e "scena psichica del corpo" (pag67). Così come nel sogno "il processo di simbolizzazione del pensiero onirico e processo di simbolizzazione del pensiero cosciente sembra strettissimo". I simboli cui si ricorre sia nei sogni che nelle fantasie pongono il problema della creatività e dell'intuizione.

Ancora, "questa differenza di registro tra il "reale" del sogno e la "realtà" come é vissuta dal conscio (il "reale del pensiero conscio") é utile e invita l'individuo a confrontarsi con la sua bipolarità. L'espressione simbolica del sogno (come delle fantasie - aggiungo anche sono sogni ad occhi aperti) fa parte di un linguaggio insieme universale e personale. Freud ha privilegiato la specificità: i simboli personali; Jung ha sottolineato l'aspetto universale e gli archetipo culturali: i simboli universali (nascita, amore, morte, corpo, genitori)". (pag68/69)

Il sogno, le fantasie, i giochi, con le loro apparenze sceniche e maschere, possono essere letti tutti come una trasgressione necessaria per portare alla luce i nostri enigmi, i nostri misteri, l'altra nostra parte spesso sconosciuta anche a noi stesse.

Fantasmî, fantasie, sogni ad occhi aperti o sogni veri perché si collichino in un'esperienza erotica sana, necessitano tutti di una organizzazione psichica strutturata e organizzata, capace di distinguere l'interno dall'esterno con i relativi limiti, il reale dall'immaginario, il fantasma dalle fantasie, il desiderio dal bisogno. Distinguere cioè lo spazio fuori e lo spazio dentro e lo spazio transizionale.

E' in questa capacità di esperire la transizionalità, l'illusione che si colloca il vivere creativo, il pensiero divergente, strabico, il gioco.

Per Renata Eaddini "creatività non è solo percepire ma mettersi deliberatamente in rapporto con il nostro percepire" (prefazione di Gioco e Realtà, pag. 13)

Ed il percepire è un precursore del pensiero.

Per pensare occorre fare dei legami ma anche delle separazioni. Il pensiero è già attività autorotica. Per taluni il pensiero può essere addirittura così caricato di tensione e di eccitazione che è come fare o abba guerra o all'amore. (Racamier)

La capacità del pensiero è anche quella di legare ed è la stessa che si ritrova nell'Eros, nella libido e che contrasta fortemente con l'esperienza di Thanatos che slega, scinde, distrugge. Noi tutti sappiamo quanto le parole possono legare o scindere.

Queste istanze appartengono entrambe alla vita psichica ed è necessario riconoscerle per poter "ampliare e approfondire l'esperienza del rapporto sessuale e dell'orgasmo con un erotismo sessuale derivato dalla integrazione dell'aggressività e della bisessualità, (...) dalla integrazione della genitalità con la tenerezza" (Kenberg)

Vi è in questo gioco di integrazione e di separazione "uno scarto" tra il magico ed il possibile, tra il trascendente che è comunque sempre desiderato, ed il reale... , uno scarto che può



essere sentito dolorosamente, come perdita, come nostalgia, come... ma anche come il realizzabile, il vero, il possibile.

L'accettare "lo scarto" é come accettare la maturità che é "accettare l'imperfezione, la fragilità della vita e delle relazioni umane, il declinio e le rinunce inevitabili che il tempo impone". (Kernberg, pag. 260)

Una identità, una economia psichica sufficientemente buona e autonoma é la capacità di autoregolazione tra mondo interno e mondo esterno. Una economia psichica sufficientemente buona e autonoma non vuol dire che il soggetto non abbia bisogno di nessuno ma che egli é in grado di cercare contatti di cui ha bisogno. Vi sono persone che possono vivere solo o in una stretta dipendenza o altri che mal sopportano anche la più banale dipendenza per evitare il rischio della perdita. Accettare la dipendenza affettiva é anche accettarne la perdita.

Si tratta di giocare sui due poli tra energia consumata e lavoro produttivo, tra investimento, aspettativa, scarto, risposta.

Il mondo delle donne nella sua storia ha spesso polarizzato i due vissuti: di dipendenza o di solitudine; occorre riempire lo scarto in senso creativo e questo nostro seminario spero abbia portato un contributo

Luca Perrisau

Verona, febbraio 1989

## Bibliografia

- Ausieu "L'io pelle" ed. Bolla, 1986
- Baldaro Verole Jole "Donna Paschere e Ombre" - Cortina MI, 1987
- Fischer Seymour (1973)  
"Fisiologia e psicologia dell'orgasmo femminile"  
Feltrinelli, MI, 1978
- Freud Sigmund "La vita sessuale" Boringhieri, 1970 TO
- Keuberg Otto (1980) "Mondo interiore e realtà esterne"  
Boringhieri, 1985 TO
- Laplanche Pontalis (1967)  
"Enciclopedia della psicoanalisi"  
Laterza, 1977 BA
- Mancina Claudia da "Il tempo delle donne"  
atti 1988(?)
- Pasini Willy (1981) "Il corpo in psicoterapia" Cortina 1982 TI
- Racamier Seminari a cura del Cerp - appunti personali
- Quaderni di Psiche "Eros e Amore" Reel 1988 Como
- Resnik Salomon "Il teatro del sogno" Boringhieri 1982 TO
- Winnicott D.W. (1971) "Gioco e realtà" Armando Armando  
1984