



LEGA ITALIANA CONTRO I DISTURBI D'ANSIA, DI AGORAFOBIA E DA ATTACCHI DI PANICO

Panico e sessualità

SOMMARIO

Nella mia vita il panico è stato sempre il limite tra me e alcune esperienze legate, nel mio immaginario, alla rottura, alla frantumazione e alla perdita del controllo. Il tradimento dei valori forti della mia famiglia, le scelte di autonomia e di distacco... tutto si arenava nella fanghia del panico e dell'agorafobia. Andare oltre quel limite avrebbe significato venir meno all'immagine ideale di me, che cercavo di alimentare e mantenere; avrebbe significato distruggere sicurezze fittizie, al limite con rituali superstitiosi, che dovevano mantenere intatto il benessere mio e della mia famiglia. Nella mia esperienza l'attacco di panico è stato sempre una roba indicibile... Impossibile descrivere a parole un attacco di panico, il corpo, la testa, i pensieri, il senso di morte... Mentre scrivo mi rendo conto di parlare a pochi, a quelli che hanno condiviso l'emozione imponente e primordiale del panico. Ma se provo a descrivere a parole un orgasmo, come mi ha sfidato a fare qualcuno poco tempo fa, devo ammettere che anche questo è impossibile... Le emozioni forti, anche quando hanno sapori decisamente diversi tra loro, quando vengono cercate o evitate, portano con sé l'incomunicabilità a livello puramente verbale. La sessualità ci mette di fronte alla ricerca di un piacere egoistico, seppure condiviso; un piacere che si concretizza proprio nella perdita del controllo della razionalità sugli istinti e sulla passione; il corpo tesse un sistema di regole e di comportamenti spesso lontani dall'immagine che portiamo in giro nel mondo. La sessualità è un gioco di sovversione, di ricerca di situazioni anche estreme, di sperimentazione di ruoli che non ci appartengono nella vita di tutti i giorni. La fantasia si muove in uno spazio in cui non esiste l'impossibile, ma solo lo spiacevole. L'ascolto del nostro corpo e di quello della persona che condivide con noi l'esperienza sessuale ne è il fondamento; il rispetto del nostro corpo e di quello dell'altro, lo stabilire fino a dove e in



che modo si può giocare senza danno la sessualità, è l'unica regola.

Che relazione si può stabilire allora tra l'esperienza angosciante del panico e la dimensione vitale della sessualità? Non sono un'esperta, ma sento che entrambe hanno a che fare con la capacità che ognuno di noi ha di lasciarsi andare, di affidarsi, di sentire il proprio corpo, di stabilire un codice morale sano e non invadente e invasivo. Ciononostante non ritengo assolutamente che la persona soggetta ad attacchi di panico sia limitata nella propria sessualità e che il panico segni in modo necessario l'incapacità o la paura di godere di una sessualità appagante. Senza fare generalizzazioni, mi piace pensare che la convivenza con la paura di morire, con la paura della pazzia, con la paura della disgregazione della realtà che ci circonda possa aiutarci paradossalmente ad apprezzare tutto ciò che di giocoso, di vitale e di piacevolmente incongruo c'è nella sfera sessuale di ognuno di noi. Mi piace pensare che proprio la sessualità può diventare un pezzo, magari l'unico, in certi periodi di dolore, della nostra perduta libertà. Mi piace pensare che, attraverso il sesso, si possa continuare a conoscere, a emozionarsi, a sentirsi vivi e capaci di provare e dare piacere all'altro, anche quando non ci sono molti altri spazi di esplorazione, di gioia, di fiducia in se stessi. E infine mi piace pensare che quel corpo, troppo spesso vissuto come malato, fragile, morente, possa riscattarsi per un po' e farsi apprezzare per tutte le emozioni positive che è ancora in grado di darci.

VALENTINA CULTRERA (LA SPEZIA)

Rivista trimestrale della Lidap onlus
Direttore Responsabile: Anna Maria Ferrari
Aut. Tribunale di Parma n. 18/2002 del 4/6/2002 - Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (conv. In L. n. 46 del 27/2/2004) art. 1, c. 2, DCB Parma

IN QUESTO NUMERO:

NUOVE PROSPETTIVE DI SEBY LA SPINA	2
ASSEMBLEA STRAORDINARIA	2
PARMA, INIZIATIVE LIDAP: TRE GIORNI DI FUOCO DI GIUSEPPE COSTA	3
STATUTO 2010 DI GIUSEPPE COSTA	3
LA QUESTIONE SESSUALE NEL PANICO DI ROBERTO POZZETTI	4
L'ANSIA: AMICA O NEMICA DELLA SESSUALITÀ DI FRANCESCA FULCERI	5
SEX AND DAP IN THE CITY DI ENRICA MATRIGALE	6
SEX AND POETRY	6
ESPERIENZE DEI SOCI DA PAGINA	8
RECENSIONE DI MELANIA AIELLO	13
EVENTI DA PAGINA	13
CONSIGLIO DIRETTIVO NAZIONALE DI PATRIZIA ARIZZA	19