

Cinquanta sfumature di rossore

Per salvare la coppia, per paura di sedurre, di non essere all'altezza... Anatomia del senso del pudore.

Situazione 1, maggio 2015: quattro turisti occidentali si denudano sulla cima del monte sacro Kinabalu, in Malesia. Qualche giorno dopo vengono incarcerati: secondo le autorità locali il loro gesto avrebbe turbato gli spiriti e causato un terremoto. Situazione 2, marzo 1998: dopo un'allerta per un possibile attacco terroristico a base di antrace, i servizi di emergenza irrompono in un negozio di Palm Desert, in California, e intimano ai 200 clienti di spogliarsi per procedere alla decontaminazione immediata. Molti si rifiutano. Si tratta di due vicende emblematiche: in entrambi i casi alcune persone hanno rischiato la vita a causa del pudore. Nel primo perché si sono spogliate senza vergogna, nel secondo perché hanno avuto vergogna di spogliarsi. A riprova che con il pudore c'è poco da scherzare.

SE LA CARNE È DEBOLE... Che cosa c'entra il nudo con la vergogna? C'entra perché la vergogna (anche se ha origine dentro di noi) è un'emozione sociale: implica cioè che altri ci guardino e ci giudichino. Precisamente ciò che accade quando ci spogliamo in pubblico. Nel caso del pudore, entra in gioco anche un altro ingrediente, il sesso. Da sola, la nudità non basterebbe infatti a farci arrossire; se-

condo molti studiosi, il senso del pudore e l'avversione alla nudità si sono diffusi nella maggior parte delle società umane per proteggere la coppia: l'esposizione del corpo, essendo un forte stimolo sessuale (*vedi articolo precedente*), minaccia la monogamia. «Ecco dunque la vergogna, che ci spinge a coprirci, evitando di indurre gli altri in tentazione», spiega Francesco Aquilar, presidente dell'Associazione italiana di Psicoterapia cognitiva e sociale. «È un'emozione che ha una funzione protettiva». Lo testimonia, oltretutto, la tipica postura di chi si vergogna: schiena curva, capo chino, occhi bassi, come a volersi magicamente sottrarre agli sguardi mettendo in atto la "strategia dello struzzo" (chi prova vergogna, infatti, vorrebbe "sprofondare sotto terra"). E lo testimonia anche il rossore, una reazione che ha un effetto paradossale: rende evidente a tutti un'emozione che si vorrebbe... tenere nascosta. Nel caso del pudore, vergognarsi e arrossire è come dire: "scusa, non voglio provocarti sessualmente". Ecco perché nella maggior parte dei gruppi sociali si è sempre tramandata l'importanza di quel sentimento attraverso i testi sacri, i miti, perfino le favole. Secondo la Bibbia, Adamo ed Eva, subito dopo aver assaggiato il frutto proibito, si



INSIEME È PIÙ FACILE. Una battaglia di cuscini fra individui completamente nudi organizzata a Bruxelles dall'artista Spencer Tunick. Alle sue performance partecipano sempre centinaia di volontari.

vergognarono della propria nudità e si coprirono con una foglia di fico. La mitologia greca racconta che un giorno il giovane Atteone, recandosi a caccia, si imbattè in Artemide che si stava facendo il bagno: offesa per essere stata sorpresa nuda, la dea lo trasformò in un cervo e lo fece sbranare dai suoi cani. E, ancora, in una nota favola di Andersen, *I vestiti nuovi dell'imperatore*, un sovrano convinto di indossare un abito bellissimo sfilò in mezzo alla città completamente nudo, subendo di fronte al suo popolo la peggiore delle umiliazioni. Racconti diversi ma con un denominatore comune: della nudità è giusto che ci si vergogni.



PUDORI DIVERSI. Quello su cui invece gli esperti ancora non concordano è se noi nasciamo pudichi o impariamo a esserlo. Molti psicologi ritengono che il pudore sia, almeno in parte, innato. «Sorge intorno ai quattro anni», spiega Francesco Aquilar, «e si intensifica con la pubertà, specie tra padre e figlia; la figlia teme un'involontaria attivazione sessuale nel padre, il padre un possibile giudizio sessuale nella figlia». Quel che è certo, tuttavia, è che il pudore è variabile: cambia a seconda delle persone, delle circostanze, dei luoghi, dei tempi, e di molti altri fattori. Tanto per cominciare, non è uguale nei due sessi. Quello maschile si concentra sui genitali (anche perché potrebbero rendere evidente un eventuale desiderio sessuale attraverso l'erezione), quello femminile coinvolge anche il seno (in particolare areole e capezzoli). ▶

PIANO PIANO... CI SIAMO SPOGLIATI

ANTICHI. Greci e Romani praticavano lo sport e frequentavano le Terme nudi. Le donne, in compenso, dovevano seguire le indicazioni della dea Pudicizia (a cui erano dedicati templi e monete), che imponeva di passare la maggior parte del tempo tra le mura domestiche e di essere "univira", cioè di appartenere a un solo uomo.

La nudità è diventata peccaminosa per entrambi i sessi con l'affermazione del cristianesimo. A farne le spese fu perfino il Giudizio Universale di Michelangelo nella Cappella Sistina, che il pittore Daniele da Volterra (poi soprannominato Braghettono) fu incaricato di ritoccare, coprendo le parti intime con opportuni vestimenti.

MODERNI. La spregiudicatezza libertina del secolo dei lumi fu una breve parentesi. Il pudore tornò in auge alla fine dell'800, specie nel Regno Unito durante il lungo regno della regina Vittoria (1837-1901), quando le donne non potevano mostrare, e nemmeno menzionare in pubblico, parti anatomiche al di sotto del collo.

Fu solo fra le due guerre che le gonne iniziarono ad accorciarsi e i bustini a sparire. A metà degli anni Sessanta, grazie anche all'invenzione dei "protettivi" collant, l'inglese Mary Quant poté lanciare la minigonna, mettendo in mostra anche buona parte della coscia. Ma fu soprattutto nelle spiagge che il pudore femminile si dissolse: con l'esplosione del bikini prima (1946) e di topless e tanga 30 anni dopo.

TROPPO CORTO. Stati Uniti, anni 20: le gambe si possono scoprire, a patto di rispettare la lunghezza dei gonnellini.

In epoca vittoriana il corpo dal collo in giù era tabù

Ma non è così ovunque: la cultura islamica, per esempio, impone alle donne di coprire l'intero corpo, e spesso anche il viso, mentre alcune tribù africane considerano del tutto normale girare completamente nudi, oppure "vestirsi" con il body painting.

QUI SÌ, QUI NO. Anche nello stesso luogo le norme variano moltissimo nel corso della Storia (vedi riquadro). «Nei Paesi occidentali, Italia compresa, il pudore è un sentimento molto ridimensionato rispetto al passato», osserva Roberta Giommi, direttore dell'Istituto internazionale di sessuologia di Firenze. «Se un tempo era molto più intenso tra le donne, oggi potremmo dire che è simile nei due sessi. Tra le ragazze, più che la tendenza a nascondersi, prevale anzi la tendenza a mostrarsi (anche se resta il "divieto di toccare")».

Ci sono poi contesti in cui il pudore si attenua. «In palestra e negli spogliatoi si



Getty Images

riduce perché il corpo è vissuto come un oggetto sportivo e non sessuato», prosegue Giommi. «Oppure negli ospedali, poiché si ritiene che medici e infermieri siano professionali e sessualmente neutrali. In genere, però, non scompare mai del tutto. Anzi: non sono rari i casi in cui donne e uomini per pudore evitano di farsi visitare da ginecologi o andrologi, anche in presenza di malattie gravi». Insomma, non ci vergogniamo con tutti allo stesso modo. «Il pudore è più forte con i "conosciuti abbastanza ma non troppo"», chiarisce Aquilar. «È basso con i familiari e gli amici stretti, non è mai eccessivo con chi è del tutto estraneo, mentre con gli intermedi può essere fortissimo». Oltretutto ci possono essere

due ragioni che spingono a coprire il corpo: il timore di suscitare desiderio, ma anche la paura di non essere desiderabili. Il primo è il pudore vero e proprio, il secondo è un aspetto più patologico e oggi sempre più diffuso.

QUANTO NE SERVE? «La curiosità per il corpo nudo è istintiva, e nei bambini non deve essere repressa», avverte Tiziana Bastianini, segretario scientifico della Società psicoanalitica italiana. «Un atteggiamento troppo rigido, che spinge i piccoli a provare una vergogna eccessiva, a lungo andare compromette il desiderio di conoscere ed esplorare il mondo, e favorisce un calo dell'autostima». Può infatti subentrare «la vergogna della ver- ▶

Cambia il pudore, si accorciano i costumi



Getty Images

1900

INFORME
Costume largo e alle ginocchia, calze... il corpo non va mostrato e la tintarella è ritenuta volgare.



Ulstein bild via Getty Images

FUSTO D'EPOCA
Il nuotatore inglese John Jarvis: in quanto atleta (e uomo) poteva esporre spalle e gambe.



Getty Images

1920

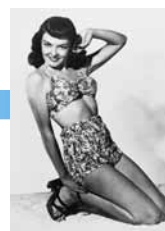
GAMBE FUORI
Fantasia a scacchi (basta col nero), scollatura e soprattutto fuori gambe e spalle.



Popperfoto/Getty Images

1940

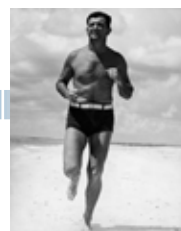
UN PEZZO
Se per lei le proporzioni si riducono per lui continua la moda del pezzo intero.



Gamma-Keystone via Getty Images

1940

LA PANCIA!
Il bikini nasce nel 1946 ed è rivoluzione: le donne "in mutande" fanno scalpore.



Getty Images

TORSO NUDO
Scompare l'intero per sfoggiare i nuovi busti scolpiti in palestra. E ci si abbronzava.



LIBERE E FELICI. Ragazze in topless al Bestival, il festival musicale all'Isola di Wight (Inghilterra).

ARTISTICO? NO EROTICO

LA FORMA PERFETTA. «Il nudo è uno dei soggetti artistici preferiti perché l'essere umano, spogliato di ogni orpello, incarna la forma perfetta», spiega Flaminio Gualdoni, storico dell'arte e autore di *Storia generale del Nudo*. «La rappresentazione del nudo è centrale in tutte le culture, ma nella nostra c'è un elemento in più: la connessione diretta con il divino». E il corpo perfetto per eccellenza è il maschio, a partire dall'Antica Grecia considerato la figura più alta nella piramide della creazione. Eppure, se si eccettua un revival intorno al '400, è sempre stato il nudo femminile a spopolare. Perché? «Perché i destinatari delle opere sono sempre stati gli uomini», spiega Gualdoni. «A riprova che il cosiddetto "nudo artistico" è sempre anche erotico».

In spiaggia, in palestra o dal dottore il pudore è fuori posto. E spogliarsi è più facile

gogna", che suscita altre emozioni, come la rabbia per l'umiliazione, l'invidia, la paura di esporsi. «Più a rischio è la fase della pubertà, quando il corpo si trasforma e la nudità mette più in imbarazzo», chiarisce la psicoanalista. Il pericolo è che il ragazzo assuma una visione distorta del proprio corpo, o sviluppi un'attenzione esagerata per alcuni dettagli, come la dimensione del pene per i maschi, del seno o dei fianchi per le femmine. «È il sempre più diffuso fenomeno della dimorfofobia, in cui una persona teme di essere orribilmente deforme per qual-

che piccola imperfezione, o addirittura senza alcuna imperfezione», spiega Aquilar. In questi casi la vergogna può essere maggiore con persone del proprio sesso: perché più che di pudore si tratta di timore del confronto.

IL PIACERE DI MOSTRARSÌ. In alcune situazioni il pudore scompare o si trasforma in un senso di orgoglioso esibizionismo. Succede, per esempio, quando vogliamo sedurre. «Nell'intimità sessuale è normale perdere ogni inibizione», conferma Giommi. «E infatti quando la

coppia entra in crisi uno dei segnali può essere il fatto che il pudore si ripresenta: per esempio uno dei partner comincia ad appartarsi quando si spoglia». Allo stesso modo il pudore si attenua in luoghi in cui spogliarsi è normale (in spiaggia); e dove il contesto lo permette (campi nudisti) o lo richiede. È il caso delle performance artistiche e delle manifestazioni di protesta in cui il nudo, di solito imbarazzante, diventa un atto volutamente provocatorio, quasi una liberazione... ma questo non ditelo ai quattro di Kinabalu. **F**

Marta Erba



Getty Images



Getty Images



Getty Images/Purestock



AFP/Getty Images



Getty Images

1970
RIDOTTO
Il bikini copre l'indispensabile e spesso neanche quello: sono gli anni del topless.

SPORTIVI
Tessuti tecnici per gli sport d'acqua e slip superaderenti: anche per lui il corpo va esibito.

1990
INTERO, PERÒ...
Cadute tutte le barriere, si gioca con i tagli osè: anche un costume intero può essere sgambatissimo.

GUARDAMI
I corpi scolpiti in palestra si esibiscono in tagli mini. Il nuovo credo: non si invecchia.

2015
MINIMO
Il bikini è basso sul pube e scoperto sulle natiche: il tanga impazza da qualche anno.

BERMUDA
La moda del surf condiziona da anni la scelta del costume: boxer comodi a mezza coscia.