

ORIZZONTI DEL TEMPO

Collana
diretta da

GABRIEL-ALDO BERTOZZI
GABRIELLA GIAN SANTE

3

RITA EL KHAYAT

La bellezza delle donne anziane

Amore e sessualità nelle donne mature

Traduzione di Graziano Benelli



la Valle del Tempo

Tutti i volumi della collana «Orizzonti del tempo»
sono sottoposti a doppio referaggio cieco.
Le schede di referaggio restano agli atti.

Titolo originale
La beauté des vieilles femmes

© L'Harmattan, Paris, 2024

Traduzione di Graziano Benelli
Collana: Orizzonti del tempo, 3

© La Valle del Tempo, Napoli 2024

pp. 134; f.to 15x21
ISBN 979-12-81993-38-9

Iva assolta dall'Editore

*In arabo la menopausa viene definita
«sine el ya'agg», l'età della rinuncia*

Con falso pudore e barando sul vero senso di questa espressione, gli uomini dicono che significa che la donna rinuncia ad avere figli. Ma in realtà con questa metafora si vuole affermare che la donna viene esclusa dai rapporti sessuali perché non appartiene più alle donne desiderabili, in grado di conquistare gli uomini o di sposarsi o di possedere una propria sessualità. In qualche modo viene messa «fuori gioco», deve rinunciare al desiderio e al piacere propri della giovinezza. Esistono comunque, in tutte le culture del mondo, altre concezioni della giovinezza della donna!

Intraprendere una ricerca sulla bellezza delle donne mature, anziane e vecchie, assieme a un uomo che avrebbe dovuto essere il mio partner di scrittura, mi aveva riempito di entusiasmo; un uomo che può trovare la bellezza nelle «vecchie» (questa parola è spesso usata come una vera e propria ingiuria) è senz'altro una persona molto umana, rassicurante, addirittura rivoluzionaria.

Se il presidente della Repubblica francese è sposato con una donna più anziana di lui di quasi venticinque anni, significa che siamo di fronte a un cambiamento radicale nei rapporti tra coniugi, per quanto riguarda l'età.

È stato Rafael Portal, uno psicologo spagnolo, ad aver avuto l'idea di un libro su questo tema (eravamo a un Congresso di Psichiatria a Cordova, nel giugno del 2018), invitandomi a scriverlo con lui. La proposta mi ha entusiasmato.

Tuttavia, dopo un certo periodo di scrittura, mi sono accorta che Rafael non era più motivato; ho deciso di togliere quello che lui aveva scritto e di organizzare il libro secondo le mie idee, il mio pensiero e le mie convinzioni personali. Il tema era troppo importante per abbandonarlo, e doveva essere trattato con grande sincerità.

Siccome sono una donna che ha riflettuto molto sugli aspetti della femminilità, questo libro è stato una necessità e una sfida: una volta anziana, non sarò più desiderata? Dovrò rinunciare a una vita sessuale? E per quali motivi?

Lo sappiamo, il desiderio degli uomini per le donne si basa sulla giovinezza e sulla bellezza.

Ma esiste la bellezza delle donne anziane?

Abbiamo mai pensato che una donna anziana possa essere bella e desiderabile? Comunque oggi possiamo affermare che esiste la bellezza delle donne anziane.

Le donne anziane sono sempre state considerate brutte – anche senza dirlo apertamente – addirittura ripugnanti. Quando le si guardano, si vedono cose diverse dal loro aspetto fisico. Non si cerca una loro possibile bellezza; non sono più giovani e dunque non sono più desiderabili per lo sguardo degli uomini, ma anche per quello di certe giovani donne che, non pensando che un giorno saranno vecchie, arrivano ad aggredire le anziane con parole che feriscono. E il sistema economico si serve della giovinezza dei corpi e della loro bellezza per vendere il più possibile.

Le due principali immagini della donna "vecchia"

Prima immagine: «È una donna grassa, ha avuto diversi figli e ora è nonna», per cui non ha più, o non dovrebbe avere più argomenti fisici o psichici di seduzione, momenti di vita amorosa. Le sue rotondità le danno l'aspetto di una persona dolce e piacevole, adatta a curare, a preparare i pasti, ad accudire i bambini, ad accarezzare, insomma a trasmettere la parte buona della sua rotondità.

È rispettata e rispettabile, il che significa che non possiede più nessun interesse sessuale, non può più essere corteggiata, desiderata, considerata come una partner potenziale. Viene rispettata perché è anziana e perché non ha più niente a che fare con l'amore, con l'erotismo e con il sesso.

L'età in cui una donna diventa "vecchia" è diversa a seconda delle culture, dei popoli e delle epoche. In certe società una donna può essere ritenuta vecchia a venticinque anni, perché gli uomini desiderano soltanto le adolescenti e perfino le bambine prepuberali, come nello Yemen, dove vengono sposate legalmente a uomini che potrebbero essere il loro nonno.

Le immagini di una donna "vecchia" sono molto diverse e cambiano spesso; per quanto riguarda il film *Love story*, uscito nel 1970, l'attrice Ali Mc Graw è stata considerata, all'età di trentun anni, troppo vecchia per il ruolo principale. Il che significa che le attrici non più giovanissime venivano (e vengono) rapidamente allontanate dal set.

La seconda immagine della donna “vecchia” si trova nelle fiabe, nei racconti, nei proverbi: è brutta, perfino orribile! È magra, ha i baffi, ha le verruche sul viso e sul naso. E per giunta è cattiva. Viene descritta quasi come una strega. Viene percepita come una orchessa, un mostro, un personaggio femminile molto pericoloso, orrendo, che suscita repulsione e sentimenti oltremodo negativi.

La strega

Una donna giovane, quando è vista come un essere del male, viene quasi sempre considerata il simbolo della donna fatale; la sua seduzione e la sua bellezza sconvolgente vengono ritenute un pericolo molto grave per gli uomini, perché li può portare alla dannazione e alla morte. La sua bellezza è così dirompente che affascina, ammalia, accieca completamente.

La “vecchia” invece disgusta, ripugna, fa fuggire gli uomini, anche i vecchi, che guardano con concupiscenza le donne giovani, quei vecchietti che, in un modo o nell’altro, possono comprare il loro fascino, sposarle, conquistarle con gioielli, denaro, appartamenti, ecc.

Ancora una volta dobbiamo osservare che anche le donne giovani maltrattano le “vecchie” con parole oltraggiose, offensive, come *befana* e *vecchia carampana*.

La “vecchia” viene recepita come un mostro ripugnante, che crea filtri e veleni mortali. È un essere del male. Per quanto riguarda la pericolosità, la donna strega e la donna fatale si avvicinano molto; la prima partecipa ai sabba ed è amica del diavolo, per questo è molto pericolosa. La donna fatale invece uccide per troppa seduzione, domina a causa del suo fascino tirannico, avvelena e accieca gli uomini, impedendo loro di vedere la realtà.

Se agli uomini piace essere circondati, nutriti, cullati da donne vecchie e grasse dal petto generoso, rassicuranti

e sagge, le vecchie “streghe” continuano invece a suscitare in loro diffidenza e terrore. Discorsi resilienti, colmi di saggezza storica, letteraria, filosofica e artistica non possono realmente consolare gli uomini che stanno invecchiando o sono già vecchi, e ancor più le donne, molte delle quali hanno vissuto soltanto per la loro bellezza:

La donna che giace nel mio letto
Da molto tempo non ha più vent’anni
[...]
Ma il suo cuore
Colmo di lacrime
E di ferite
Mi conforta.

Georges Moustaki, *Sarah*, canzone

La vecchiaia?
Dico che è troppo presto, so che è troppo tardi
Voglio essere un uomo vecchio senza diventare un
vecchietto
E vivere in ogni istante tutto il tempo che mi lascia
La giovinezza... la giovinezza

Serge Reggiani, *La vecchiaia*, canzone

Ecco come la donna “vecchia” viene talora rappresentata e come l’uomo vecchio non si consideri decrepito!

*Oggi l'idea della vecchiaia
viene rifiutata*

Nelle persone in età avanzata, il desiderio di rimanere in buona salute consiste nell'idea di poter conservare la forza e il vigore della giovinezza, e non già di poter continuare a piacere e a sedurre.

È così che lo scrittore francese Grégoire Delacourt ha avuto un grande successo con il romanzo *La femme qui ne vieillissait pas*, 2018 (*La donna che non invecchiava più*, DeA Planeta Libri). Le donne si sono precipitate su questo libro, pensando di trovarvi il segreto della sorgente della giovinezza, libro che invece è un racconto realista sul sogno di molti uomini e di molte donne: fermare il tempo che scorre. Sulla copertina del libro si legge: «Quello che è successo a Betty è il sogno di ogni donna».

È la storia di una donna, che ogni anno viene fotografata con gli stessi vestiti, con la stessa pettinatura, nella stessa posa, una donna che non sembra invecchiare. La trama è intessuta attorno alla relazione con suo marito. L'altro nella nostra vita di donne, il nostro fidanzato, il nostro amico, il nostro amante, il nostro coniuge, il nostro compagno, sono loro lo specchio che fa sì che noi invecchiamo o no. Per noi donne è appunto questo specchio che parla di noi, che ci esalta o che ci distrugge, oppure che rimane muto: è lo sguardo dell'uomo.

Nessuno vuole invecchiare, ognuno cerca di raggiungere l'idilliaca eterna giovinezza; la vecchiaia, che dovrebbe essere come una luce, come una cosa magnifica, viene

annullata, definitivamente spenta. Non è più il tempo della serenità, come spesso si pensava, e neppure quello della saggezza, che caratterizzava questo periodo della vita, perché era il frutto delle esperienze passate e impediva di commettere errori e fare scelte sbagliate.

C'è stato un tempo in cui i vecchi di entrambi i sessi erano amati, onorati, ubbiditi; detenevano il potere ovunque, nello Stato, nella società, in famiglia; con la vecchiaia, anche le donne raggiungevano finalmente il potere all'interno della famiglia e venivano amate come *La Mamma* nella canzone di Charles Aznavour!

Oggi si vuole rifiutare la morte

Nella California delle invenzioni ultramoderne, alcuni giovani tecnologici della Silicon Valley hanno deciso di non morire e considerano la morte come un incidente, che si può e che si deve prevenire. Hanno stabilito di farla finita con la morte e per questo hanno investito grosse somme di denaro per ricerche sulla immortalità.

Da parecchi decenni vi sono americani che ricorrono alla surgelazione criogenica, per risuscitare quando si sarà scoperto il modo di vincere la morte. La vetrificazione consente di congelare un corpo senza formare cristalli di ghiaccio nei tessuti, evitando così gli inconvenienti del freddo; dopo il decesso, per criogenare il corpo, si svuota l'organismo dal sangue, si inietta nei vasi sanguigni una soluzione vischiosa di glicerina, sostanza chimica protettiva, una specie di "antigelo", poi la salma viene conservata nell'azoto liquido a meno 196 gradi.

Dopo gli americani, anche i russi si sono interessati alla criogenia, che promette la resurrezione; vicino a Mosca un hangar ospita già due silos che contengono ventun corpi congelati. Attualmente non si cerca di vincere la morte individualmente, ma si resta in attesa dei progressi della ricerca sull'invecchiamento delle cellule.

La criogenia è da tempo presente nei romanzi di fantascienza. Realistica nella sua prima fase, divide la comunità scientifica internazionale, che non crede alla vita eterna: ad oggi nessuno scienziato ha provato il contrario!

Nicolai Fedorov, uno dei padri sovietici dell'esplorazione spaziale, ha detto: «La morte è il nostro unico nemico. Dobbiamo sconfiggerla. L'umanità deve avere la meglio sulla vita e su Dio». È una frase che ha sconvolto molta gente e che rinnova in ciascuno di noi il dolore per la morte.

Alcuni giovani fanatici confidano nella medicina, sicuri che verrà un giorno in cui la morte sarà soltanto una malattia curabile; russi, cinesi, giapponesi, europei, americani, appartenenti alla classe media-superiore, malati o meno, vogliono controllare la morte. Uno di loro ha affermato:

Mi piacerebbe vivere duemila anni, anche tremila, per poter leggere migliaia di libri, viaggiare, sviluppare le mie capacità intellettuali. Presto potremo utilizzare tutte le capacità del nostro cervello, la nostra intelligenza sarà infinita. Voglio partecipare a questa rivoluzione scientifica, la più importante della nostra civiltà!

Oggi, in tutto il mondo, almeno novecento persone sono state congelate per criogenia. Gli americani (centoquarantuno corpi congelati e più di mille adulti e cento bambini già prenotati) sono i pionieri di questo processo, iniziato negli anni Sessanta, quando Robert Ettinger ha pubblicato *La prospettiva dell'immortalità*. Nel 1967 James Bedford, professore di psicologia, è stato il primo a essere congelato.

Gli esperimenti sugli animali hanno fornito risultati sorprendenti; nel 2014 alcuni microscopici tardigradi sono ritornati in vita dopo trent'anni di congelamento. Secondo i giovani fanatici della scienza, la morte non è un processo, ma un evento. Per altri ancora è un insulto alla vita.

Ora, la bruttezza, reale o no, dei vecchi e delle vecchie

è la conferma che la morte non è lontana; viene annunciata dalle rughe, dai sorrisi sdentati, dal corpo rinsecchito, dalla pelle cadente, dalle mani deformate, dalla mente più lenta, dalle labbra livide, dai capelli bianchi, radi e stopposi. Come si può parlare della luce che i vecchi trasmetterebbero? Com'è possibile vedere una luce là dove c'è un decadimento, un rallentamento, l'impronta del tempo che si restringe sempre più, come una pelle di zigrino?

Care lettrici e cari lettori, vorrei portare la femminilità alle donne anche in età avanzata, cosa rivoluzionaria; le donne rimangono innamorate della loro bellezza e di tutto ciò che le rende belle, qualunque cosa si dica o si pensi!

C'è chi vede nella vecchiaia soltanto un naufragio o un «vero e proprio scandalo», nel giorno in cui «scopri il tuo corpo molliccio, fragile, raggrinzito, e la tua memoria danneggiata», come ha scritto nel 2001 la brillante giornalista e ministra francese della condizione femminile, la grande femminista Françoise Giroud.

Ci sono anche gli allegri senior di *Advanced Style*, magnifico documentario proposto da Netflix che è un soffio di giovinezza contro tutte le litanie lamentevoli che vorrebbero toglierci le illusioni, ricordandoci – attraverso discorsi fumosi degni della grande falciatrice dei film di Bergman (la Morte) – che *Morte* e *Sorte* si differenziano per una sola lettera.

Advanced Style è stato innanzitutto un blog immaginario, illustrato e scritto da Ari Seth Cohen, un giovane brillante influenzato da una madre moderna, il quale ha iniziato a fotografare, per le strade di New York, donne di una certa età, ma dal portamento straordinario. Cohen ha scritto:

Questo progetto è riservato agli abiti intelligenti della classe senior. Vi fanno parte persone dall'esistenza pienamente creativa. Vivono la propria vita al massimo, invecchiano piacevolmente, continuando a proporsi nuove sfide.

Questo blog, che riproduce numerose immagini di donne ma anche di uomini e che farebbe crepare di gelosia gli abiti variopinti e barocchi dei designers più quotati, nel 2012 si è trasformato in un libro (*Advanced Style*) e nel 2016 in un secondo volume (*Older and Wiser*). La vista delle immagini procura una certa vitalità altamente antidepressiva. Fra queste due pubblicazioni è uscito un documentario di Liane Plioplyte, scritto con Ari Seth Cohen, ora disponibile in DVD.

Il cineasta segue Cohen nelle strade, per incontrare le donne la cui eleganza volutamente eccentrica colpisce l'occhio. Ritrova alcune ragazze che è riuscito a trasformare in vere e proprie *attricette geriatriche*, espressione questa di Iris Apfel, icona della moda e dello stile, presente come testimone nel film *Iris*, documentario a lei consacrato. È una leggenda della moda che, all'età di novantatré anni, continuava a scegliere l'abbigliamento, a consigliare i modelli e a mercanteggiare con gli acquirenti.

Le *attricette geriatriche* hanno tra i sessanta e i cento anni, non navigano tutte nell'oro, ma hanno capito subito che essere alla moda non obbliga a spendere una fortuna in fronzoli e orpelli vari. L'uso del cappello è quasi generalizzato e contraddice quanto affermato da Stephen Sondheim nella canzone *The Ladies Who Lunch* del 1970: «chi porta ancora il cappello?».

A queste signore, partite per un viaggio promozionale organizzato da un programma televisivo di Los Angeles e che si facevano ombra le une con le altre, non solo a causa della grandezza del loro cappello, è stato intimato di smetterla, quando dicevano fesserie, talora molto piccanti. Una di queste, quasi centenaria, è morta durante una ripresa, ma in modo così incredibile che si potrebbe ritenere voluto, crollando durante un défilé della Fashion Week di New York, ultima riverenza di una *fashionista* fuori tempo massimo per l'età, ma dentro alla sua epoca.

Iris Apfel

In tutto questo libro la società viene ritenuta la causa degli atteggiamenti verso le persone anziane, soprattutto per una educazione che “suggerisce” i giudizi di valore alla popolazione. Possiamo dire che il “suggerimento” va nella direzione di una cultura che stigmatizza le persone anziane!

Ci riferiamo alle valutazioni e ai pregiudizi che troviamo in certi ambienti e che sono normalmente impiegati per ridicolizzare o per sottolineare, in modo volgare, gli aspetti che non sono in sintonia con le tendenze della società. Questo succede perché la persona in sé è considerata priva di valore; quello che conta è ciò che possiede.

Oggi le conseguenze causate dai diversi conflitti (conflitto tra generazioni, dove il potere esclude le persone più vulnerabili e indifese, ecc.) vengono viste come originati da una diminuzione della posizione sociale, da una perdita della propria influenza nel mondo del lavoro e all'interno della società. Forse tutto questo viene percepito dalle giovani generazioni come un'usurpazione a causa dell'età, dei costi e della produttività. In questo senso il Fondo Monetario Internazionale, privilegiando il denaro senza tenere in considerazione le persone, ritiene che vivere più a lungo delle previsioni sia un rischio. Chi può aspettare o sperare (cinicamente) che qualcuno muoia? Che interesse ha una persona ad arrivare alla morte più rapidamente possibile?

Una tale impazienza ricorda una città invasa dai barbari duemila anni fa, dove i figli non hanno visto il tempo della morte dei loro padri.

* * *

L'accettazione del proprio corpo – in quanto valore e motivazione nel processo biologico dell'invecchiamento – costituisce una tappa importante per acquisire fiducia e sicurez-

za nonostante le incessanti variazioni fisiche, psicologiche e sociali che avvengono nel ciclo della vita del genere umano. Dovremmo pensare a costruirci una fiducia personale.

È la nostra fiducia personale che influenza la nostra sicurezza e il nostro modo di pensare, la stabilità delle nostre emozioni e la convinzione dei nostri risultati positivi, fiducia che dovremmo avere tutte. Sono aspettative che speriamo di poter raggiungere, comunque dobbiamo impegnarci totalmente per questo.

Grazie ai riti di passaggio, separati e per diverso tempo isolati in una oscurità che rappresentava l'oblio e la morte come una rinascita, intraprendiamo un ultimo pellegrinaggio della realtà verso una estetica autentica. L'accettazione di sé, da parte delle donne che stanno invecchiando, è un'esperienza notevole dell'arte difficile della vita.

Come se si trattasse di una trasgressione artistica, dobbiamo farla finita con la lista di etichette, di doveri e di classificazioni sociali che non ci è mai stata sottoposta e disegniamo su una tela l'immagine che desideriamo per la nostra vita.

Un'immagine a nostro piacimento, quella di una donna che trasforma il vecchio concetto dell'estetica in un'idea di bellezza libera e privilegiata! Si potrebbe dire che la psicologia, la nostra psicologia, la nostra intelligenza, il nostro valore in quanto persone si adoperano per l'estetica, per il benessere di noi stesse, per l'amore verso noi stesse e verso gli altri, senza pensare alla luminosità o al grigiore dei nostri capelli.

* * *

È stato detto che le donne appartenenti alla cultura occidentale vivono il processo di invecchiamento e dunque della perdita della bellezza come un evento traumatico, difficile da accettare. Simone de Beauvoir definiva la vecchiaia come «l'età pericolosa». Fin dall'antichità le conseguenze

della vecchiaia sono state sempre amplificate e sovradimensionate. Quando si parla di donne, quasi sempre viene citata la loro instabilità emotiva.

Gli stereotipi e i proverbi popolari si burlano della menopausa, che oggi invece viene considerata una nuova tappa della vita. Kraepelin (1856-1926), fondatore della psichiatria scientifica moderna, ha definito le manifestazioni della menopausa come “malinconia evolutiva”, “disturbi affettivi”.

Senza alcun dubbio anche oggi esistono definizioni che sono molto distanti da una integrazione multidisciplinare, da concetti profondamente radicati nelle discipline mediche, definizioni come “disfunzione” e “malattia della menopausa” (la menopausa non è una malattia, ma un momento della vita biologica delle donne). Dopo la menopausa è probabile che, se le donne hanno interiorizzato le conseguenze e le minacce che provengono da un’educazione maschilista, possano sentirsi “rinunciatarie”, abbandonate, rifiutate.

A questi contenuti ci si richiama con la parola “rinuncia”, che è il modo in cui la menopausa viene chiamata nell’arabo classico e dunque nella rispettiva cultura; la cosa è oltremodo significativa e si contrappone a tutti gli eufemismi utilizzati per parlare della menopausa nelle altre lingue e culture. Il solo merito dell’arabo classico è la chiarezza.

Ma rinunciare a cosa? Alle esigenze di una cultura che valorizza le donne giovani? Alle esigenze dei maschi? Alle norme culturali che vietano ai vecchi i rapporti sessuali?

Un nuovo processo di cambiamento deve comunque iniziare dalle donne stesse – se lo desiderano – decidendo come condurre la propria esistenza, agendo liberamente e scegliendo ciò che ritengono più opportuno, ciò che conferisce loro dignità, senza doversi giustificare di fronte alla società.

Inoltre, tenuto conto del gran numero di studi che sottolineano il bisogno di chiarezza su questo aspetto della vita delle donne, dobbiamo porci la seguente domanda: qual è la vera base scientifica di questa tappa evolutiva, a prescin-

dere dai condizionamenti economico-sociali? Perché non rifiutare i miti e le credenze, a torto considerati come veri, per difendere la libertà e il benessere delle donne, comprese quelle anziane?

Il mito negativo della donna anziana è stato creato dal patriarcato, che esercita il proprio potere sul ventre delle donne per la riproduzione della specie umana; il patriarcato ha bisogno soltanto delle donne fertili, per la fecondazione. Le donne in menopausa non servono più a nulla!

Uno studio realizzato da Margaret Lock, che ha confrontato le donne americane con quelle giapponesi, ha constatato che in queste ultime i sintomi della menopausa non manifestano patologie, ma solamente mal di testa e dolori alle spalle.

In un altro studio Anna Freixas ha notato che, a cinquant'anni, le donne hanno più esperienza e più risorse emotive e psicologiche, e che esiste una relazione tra la realizzazione di sé stesse e un'esperienza positiva della menopausa.

Rafael Portal, docente di psicologia a Cordova, ha constatato che le donne, che hanno avuto la menopausa tra i quarantaquattro e i cinquantasei anni, avevano più risorse psicologiche rispetto alle donne più giovani.

Esiste ovviamente una frontiera fra la giovinezza e la vecchiaia, una frontiera incerta e instabile, che differisce da una persona all'altra. Invece di rafforzare e perfezionare la nostra personalità, come dovremmo fare sentendoci invecchiare, iniziamo a preoccuparci per lo sgretolarsi della giovinezza.

Voltaire, che per la sua epoca è stato molto longevo poiché è morto a ottantatré anni, diceva che l'ottimismo consiste nel pensare che tutto va bene quando invece tutto va male. In effetti, quando si prende coscienza di invecchiare, tutto va male; certamente non fa piacere a nessuno diventare vecchi, né alle donne né agli uomini. L'affermazione di Voltaire dovrebbe aiutarci ad affrontare la vecchiaia con ironia e serenità.

Nella mente di una persona anziana non c'è posto per conservare desideri irrealizzabili; confutare una realtà che si percepisce quotidianamente è molto difficile. Siamo completamente coscienti che non è certo facile accettare il declino del nostro sistema sensoriale, come non è facile accettare la perdita di persone che non vivono più con noi e che non possiamo più incontrare.

È vero che c'è una tendenza naturale che ci fa sperare che le difficoltà spariscano come per incanto, ma questo non succede se non ci facciamo aiutare, se non ci sforziamo di vedere le cose in un altro modo.

È anche vero che, in numerose occasioni, per esprimere il disagio usiamo comportamenti che cercano di sottolineare la nostra presenza, oppure ci rifugiamo nel silenzio. Simili comportamenti non sono se non una tacita richiesta di aiuto, oppure un mezzo per farsi notare, ma niente è paragonabile a una sincera manifestazione emozionale con l'Altro e a uno sforzo reale per aiutarsi da soli.

La società chiede a tutti un modello d'azione, una condizione esemplare; per quanto riguarda le donne anziane, le richieste sociali e familiari aumentano la distanza tra ciò che esse percepiscono nella realtà e quanto invece dovrebbero sentire in un mondo felice e in sintonia con loro.

Le immagini pubblicitarie di donne sorridenti e senza rughe fanno colpo e provocano la gioia dei partner maschi. Le immagini di donne giovani che invadono i cinque continenti vendono all'infinito la giovinezza, ma nello stesso tempo anche shampoo, dentifrici, automobili, profumi, abiti, vacanze, cappelli, maglioni...!

A partire dal Ventesimo secolo, la bellezza è il valore dominante (un "capitale", come mi hanno detto alcune giovani donne), ma è soprattutto un valore "commerciale". Dal punto di vista etico, la società moderna chiede un comportamento esemplare alle donne che stanno invecchiando, mentre sono pochissime le iniziative, sia pubbliche sia pri-

vate, intraprese per aiutarle ad affrontare questo importante periodo della loro vita e migliorare la loro condizione.

In queste pagine non vogliamo proporre immagini sorridenti nello stile delle foto pubblicitarie che troviamo esposte nelle case di riposo. Ribadiamo che sta alle donne stabilire come vogliono invecchiare, come desiderano diventare e come riuscire a sentirsi meglio, in base alle loro possibilità fisiche ed economiche. Decideranno liberamente come trascorrere il resto della loro vita; non dovranno più essere sottomesse agli schemi che la società impone loro da millenni. Si dovrà anche dire che, se il femminismo ha fatto tabula rasa di molti pregiudizi sulle donne, se per molti aspetti le ha liberate, non ha però fatto quasi nulla per le donne “vecchie”.

Per la mia formazione di psichiatra e psicologa, ma soprattutto grazie alla mia esperienza di vita (e contro un’educazione particolarmente classica, estremamente conservatrice e rigida), sono convinta che un atteggiamento naturale e personale verso la bellezza, il sentirsi bene, la fiducia e l’amore per sé stessi e per gli altri trascendano l’imposizione che ci viene imposta dai codici dell’educazione e della società.

Decifrare la realtà e le contraddizioni del mondo è una cosa che non si finisce mai di imparare; le varie scienze, tra cui la psicologia, la gerontologia sociale e la medicina, dovrebbero contribuire ad aiutare le donne a ottenere, all’interno del proprio ambiente, il meglio da sé stesse a ogni età e in particolare nella vecchiaia.

* * *

Mi piacerebbe che esistesse un nuovo sistema – e più interessante – per analizzare la problematica delle donne che iniziano a invecchiare, che invecchiano e che diventano vecchie. Qualunque siano le proposte provenienti dalle nostre molteplici formazioni e specialità, il buonsenso, il senso comune e le persone semplici dicono che non si può parlare

delle donne “vecchie” senza parlare preliminarmente della terza e della quarta età, poi della loro condizione sociale che è essenziale per invecchiare bene, ma anche delle possibilità materiali e finanziarie delle persone attempate e particolarmente delle donne.

Il livello intellettuale e professionale degli anziani influisce molto sul modo in cui queste persone (uomini e donne) affrontano le diverse tappe dell’invecchiamento e su come lo gestiscono. Quando alle mie pazienti, il cui stato fisico e psichico è molto deteriorato, cioè “lamentevole”, nel senso che è lecito lamentarsi, dico «ma avete l’età di Hillary Clinton, di Teresa May, di Angela Merkel», mi rispondono tristemente (quelle che le conosco, che sono una piccolissima parte, perché le mie pazienti sono quasi sempre analfabete e sprovviste) che loro sono molto distanti da «quelle là», *haduk* nel loro arabo dialettale marocchino.

«Quelle là» significa quelle che sono socialmente molto lontane, che sono molto ricche, che hanno il potere come gli uomini più importanti, quelle che contano, che possono tutto, che sono belle, ben vestite, ben truccate e pettinate, che hanno uno stuolo di servitori, che non cucinano e non lavano i piatti, che non fanno i lavori domestici, quelle le cui famiglie non hanno problemi, insomma, quelle che nella vita hanno tutto.

«Quelle là» sono una specie di superdonne, che non conoscono la povertà, la fame e neppure la malattia e la vecchiaia; tale è l’immagine che il popolo femminile ha di quelle donne, anche in Occidente, quelle donne che hanno avuto una carriera fantastica e che sono diventate una specie di idolo.

Le donne note per la loro posizione in politica vengono immaginate diversamente, a seconda della depressione e dell’angoscia delle mie pazienti, ma sono soprattutto considerate invulnerabili. Ogni paziente attribuisce loro il valore, la qualità, la fortuna, il successo e la bellezza che non ha

avuto. Bisogna comunque precisare che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, il maggiore tasso di depressione nelle donne riguarda quelle arabe.

Quando alle mie pazienti dico: «Ma le donne in politica sono anziane, hanno quasi tutte più di sessant'anni»; mi rispondono che quelle non sono vecchie, perché sono belle, sorridenti, fanno una bella vita, hanno l'autista, un'auto di lusso, una casa magnifica. Attribuiscono loro tutto ciò che non hanno mai avuto, povere donne malate e sofferenti, condannate a una vita passiva e misera.

A volte alcune parlano di me, del mio corpo, del mio viso, del mio aspetto fisico, dei miei capelli, del mio sorriso, della mia professionalità e del mio potere, perché anche in me vedono una donna potente (*qadra*), anche se non sanno dire il motivo. In arabo *qadra* significa nello stesso tempo *capace e potente*.

Alcune mi chiamano «figlia mia», anche se sono più giovani di me. Mi chiamano così perché vedono in me la capacità di trattarle con tenerezza, come si fa con la propria madre; inconsciamente credono di stimolare la mia emozione, la mia affettività, la mia commiserazione. Ferite dalla constatazione di aver vissuto male, hanno rinunciato alla bellezza, soprattutto a quella della vita. Si sono lasciate invadere lentamente dall'obesità, come se fosse una garanzia e una protezione contro la fragilità, come se fosse un estremo riparo. A partire dai cinquant'anni, sono restie a parlare della vecchiaia, dell'amore e della sessualità. Quasi tutte hanno rinunciato sia all'amore, sia alla sessualità.

Tutto ciò conferma che si invecchia allo stesso modo in cui si è vissuto; ancora di più, si muore come si è vissuto, o accettando serenamente, oppure ribellandosi. In questo ultimo caso si è vissuto molto male, sia che si tratti di un uomo o di una donna.

Parlare dell'età, della vecchiaia, della bellezza delle "vecchie" è qualcosa di nuovo

Parlare della bellezza delle donne anziane è qualcosa di rivoluzionario, per cui occorre rivedere tutto, inventare modelli diversi da quelli che oggi conosciamo, se vogliamo parlarne seriamente, profondamente. Oggi le persone anziane sono immerse in un mondo troppo veloce. Un mondo che non è sempre stato così. In un passato anche non molto lontano, "le cose della vita", gli avvenimenti, la quotidianità si muovevano lentamente e in armonia.

Bisogna innanzitutto superare i luoghi comuni e considerarli privi di fondamento

Fare l'amore dopo i settant'anni è impossibile oppure è una cosa normale? Oggi sono pochi gli studi scientifici che riguardano la vita affettiva e sessuale delle persone di oltre settant'anni. I media cercano di rendere il problema più attuale, ma spesso lo fanno in malomodo e tendono a occuparsi della mezza età, che ha talora una concezione diversa della sessualità. Insomma, com'è la libido a settant'anni? Si può continuare ad avere rapporti sessuali?

1. Gli anziani non fanno più l'amore?

Dopo i settant'anni è possibile fare l'amore? Molti studi hanno dimostrato che gli anziani hanno una vita affettiva e sessuale. Nel 2015 uno studio dell'Università di Manchester, che ha intervistato settemila persone, ha rivelato che la metà degli uomini (il 54%) e un terzo delle donne (il 31%) con più di settant'anni hanno affermato di essere sessualmente attivi, mentre un terzo di questi ha detto di avere due relazioni sessuali al mese.

Un'altra ricerca citata da Patrick Papazian, sessuologo e autore del libro *Parlez-moi d'amour (Parlatemi d'amore, Editions de l'opportun, 2016)*, rivela che, nel periodo 1971 – 2001, è aumentata molto la percentuale delle persone anziane che hanno rapporti sessuali, soprattutto negli uomini celibi, passati dal 25% al 50%.

Anche la percentuale delle donne ha avuto un balzo importante, perché sono passate, nello stesso periodo, dall'1% al 12%. Il sesso dunque non ha età; tra i più anziani, alcuni sui novant'anni, c'è chi ha ancora rapporti sessuali.

2. Una donna in menopausa prova ancora desiderio?

Gli studi scientifici dimostrano che una donna su due, dopo la menopausa, non ha conseguenze negative relativamente alla sessualità. È un dato che si cita raramente, preferendo parlare di vampate di calore, secchezza vaginale, addirittura atrofia vaginale, dolori durante il rapporto e diminuzione del desiderio. Bisogna dunque far sapere che una donna su due supera tutti questi problemi.

3. La maggioranza delle persone anziane ha anomalie sessuali?

Le donne in menopausa sono escluse dalla sessualità? Bisogna sconfiggere questa idea sbagliata. Sarebbe interessante conoscere i dati medici sull'invecchiamento psicologico della funzione sessuale. Bisogna spiegare alle donne che la lubrificazione ha bisogno di più tempo per manifestarsi. Se ci sono problemi al momento della penetrazione, si possono utilizzare prodotti molto semplici, come creme, ovuli, gel, ecc.

Come tutto il nostro corpo, anche le funzioni sessuali invecchiano, ma non per questo si deve rinunciare. Non ci sono soltanto difficoltà, esiste anche qualcosa di positivo, come il poter fare a meno, dopo la menopausa, degli anti-

concezionali. E poi c'è l'esperienza maturata negli anni in materia di erotismo.

4. Gli anziani preferiscono la tenerezza ai rapporti sessuali?

In parte è vero. Invecchiando, aumenta la complicità dei corpi che può arrivare alla tenerezza, ma gli abbracci e i baci possiedono una forte carica sessuale. Nelle coppie che hanno alle spalle diversi decenni, la sessualità diventa più tenera e meno genitale, ma si tratta sempre di sessualità, ed è importante riconoscerlo.

Ci sono persone anziane, anche molto anziane, che conservano una potente sessualità genitale, mentre altre iniziano a esplorare nuovi territori e a conoscere i misteri dell'erotismo che non avevano mai incontrato prima.

5. Gli anziani possono infettarsi sessualmente?

Non esiste un'età in cui sia possibile ignorare la prevenzione; gli anziani non sono protetti da infezioni sessualmente trasmissibili. Infatti nel 2019, e non solo, si sono manifestate nuove importanti infezioni dovute all'AIDS negli uomini dai cinquant'anni in su.

Nelle donne lo striscio vaginale deve continuare a essere praticato. La donna può infettarsi, anche in età avanzata, con batteri come gonococco e clamidia, oppure con la sifilide o con altre malattie sessualmente trasmissibili. Ciò che non può più "prendere" è una gravidanza indesiderata, come invece può succedere alle donne giovani.

6. *Invecchiando, si rimane nello stesso orientamento sessuale?*

Ci sono casi in cui le persone si interrogano sul loro orientamento sessuale, talora anche sulla propria identità. Ci sono donne che, quando erano in età fertile e atte al matrimonio, hanno sempre avuto un comportamento conforme a quello indicato dalla società, per cui si sono sposate con un uomo, anche se non sempre hanno provato piacere nei rapporti sessuali, hanno avuto figli, li hanno cresciuti. Ma verso i sessant'anni si sono rese conto di amare le donne. Così talvolta, da anziane, iniziano una seconda vita.

Ci sono anche persone che, in età avanzata, cambiano sesso e, dopo un lungo percorso legale, ottengono il riconoscimento nei documenti ufficiali. Sono cose che bisogna capire e accettare, cose che provano come la vita sia multiforme e che, nella vita sessuale, si possono avere sorprese fino alla morte.

7. *Gli anziani utilizzano i siti di incontri amorosi?*

Ci sono persone di ottant'anni passati che consultano i siti di incontri come *Tinder*, per poter mettersi in contatto con uomini e donne della loro età e vivere una storia seria. Sono sicuramente coraggiosi. È un fenomeno che non si può ignorare, non fanno che utilizzare uno strumento moderno.

In effetti in Francia ci sono ventisette milioni di celibi, nove milioni dei quali hanno più di cinquant'anni e sono un buon mercato per quei siti. Molte “vecchie” e molti “vecchi” si sono immersi in siti come *Disons-Demain*, specializzati in incontri per persone con più di cinquant'anni, con undici milioni di iscritti, oppure in *Passions* che conta duecentomila utenti.

