

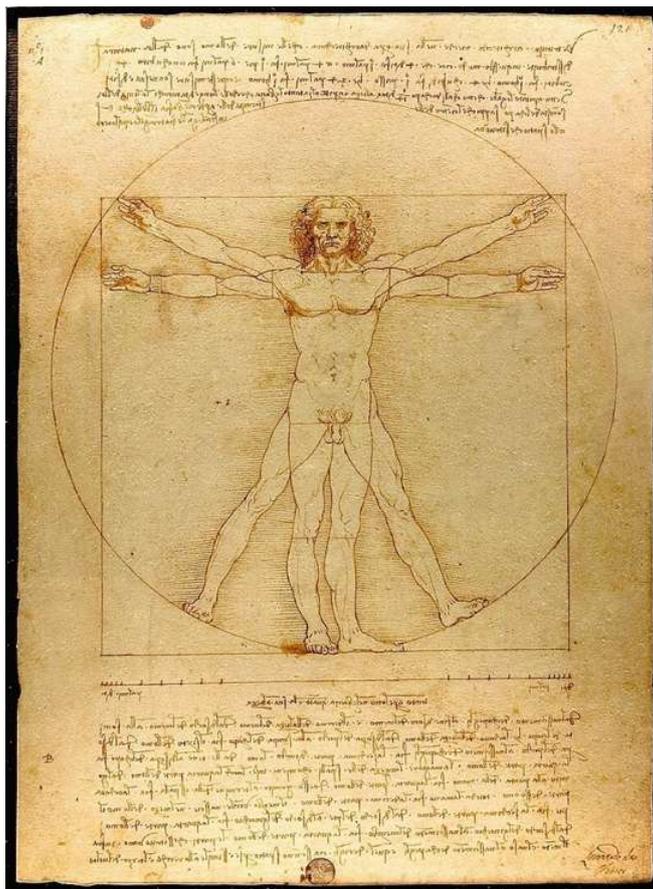
ANATOMIE DELLA MENTE

*Conferenze dei Giovedì di Psicologia - Anno XVIII, Terzo Giovedì
a cura di Stefano Caracciolo*

Giovedì 20 febbraio 2025, ore 17 - Biblioteca Comunale Ariostea, Via delle Scienze 17, Ferrara

Il Corpo Perfetto

Note per una mitologia del 21° Secolo



Ricerca sul web in qualunque motore di ricerca 'Perfect Body' o 'Corpo Perfetto', in qualunque lingua, porta a risultati sconcertanti: migliaia e migliaia di siti web sono dedicati al culto della perfezione corporea e, naturalmente, a tutti i metodi, veri o fasulli, per ottenerla. Eppure i dati della ricerca antropologica, sociale e psicologica testimoniano che il concetto di corpo e di immagine corporea non è universale e che non è sempre stato simile ad oggi in passato. Quanto meno i criteri di un corpo 'perfetto' (ma che significa perfetto? 'bello', 'attraente', oppure 'sano?') sono molto variabili in base alle culture dell'epoca e del luogo in cui si vive.

Ma quali fattori allora confluiscono nel costruire l'immagine corporea oggi, nel nuovo millennio? Elenchiamone alcuni:

1. **Gli Ideali di Bellezza:** Gli standard di bellezza dominanti spesso promuovono corpi magri e muscolosi per gli uomini e magri per le donne. Questi ideali sono diffusi dai media, dall'industria della moda e dalla pubblicità, e influenzano profondamente la percezione del proprio corpo.
2. **L'Influenza dei Media:** I media giocano un ruolo cruciale nel perpetuare questi standard. Immagini di celebrità, modelli e influencer con corpi "perfetti" sono onnipresenti nei social media, nei film e nelle riviste, creando una pressione sociale per conformarsi a questi ideali.
3. **La Pressione Sociale:** La pressione per aderire a questi standard di bellezza può portare a problemi di autostima, disturbi alimentari e una percezione distorta del proprio corpo. Le donne, in particolare, spesso affrontano aspettative irrealistiche riguardo al peso, alla forma del corpo e all'aspetto in generale.

4. La **Diversificazione degli Ideali**: Anche se gli ideali tradizionali di bellezza rimangono influenti, c'è una maggiore diversificazione rispetto al passato. C'è un crescente riconoscimento della bellezza in diverse forme, età, razze e dimensioni, sebbene questo processo sia ancora in corso. A ciò si aggiunge la moda dilagante del tatuaggio: il copro come tavolozza su cui riportare immagini, parole, date. Per sé? Per rimirarsi allo specchio in modo individualistico e quindi narcisistico? Oppure per mostrarlo agli alti, o meglio al popolo del web, in una infinita serie di selfie in cui l'immagine allo specchio si moltiplica in infiniti sguardi?

Confrontandosi con altre realtà, consideriamo come l'immagine corporea è vista in paesi di cultura diversa da quella occidentale: prendiamo l'esempio dell'Etiopia. L'immagine corporea nella cultura etiopica è influenzata da un mix di valori tradizionali e moderni, modellati da fattori quali etnia, religione, status socioeconomico e globalizzazione. Citiamo alcuni aspetti:

1. Preferenze tradizionali

- Corpo più pieno come segno di ricchezza e salute: in molte comunità etiopi rurali e tradizionali, un corpo più pieno è spesso associato a prosperità, salute e fertilità. Ciò deriva dalla convinzione che essere ben nutriti rifletta lo status socioeconomico e la stabilità di una famiglia.
- Preferenza per la curvatura: le norme culturali etiopi hanno storicamente valorizzato le donne con figure più formose, considerandole attraenti e indicative di buona salute.

2. Influenze religiose

- Modestia nell'aspetto: Le religioni dominanti dell'Etiopia, il cristianesimo (in particolare l'ortodosso etiopico) e l'Islam, enfatizzano la modestia. Le donne sono spesso incoraggiate a vestirsi in modo da non enfatizzare eccessivamente la forma del loro corpo.
- Il corpo come riflesso dei valori spirituali: Gli insegnamenti religiosi possono promuovere l'attenzione alla bellezza interiore e al carattere morale piuttosto che all'apparenza esteriore.

3. Percezioni urbane e rurali: nelle aree urbane come Addis Abeba, l'esposizione ai media e alla moda occidentali ha portato a un cambiamento degli ideali. I tipi di corporatura più snelli, influenzati dagli standard di bellezza globali, stanno diventando sempre più apprezzati tra le generazioni più giovani, mentre nelle zone rurali, gli ideali tradizionali dell'immagine corporea continuano ad avere un'influenza significativa.

4. Ruoli di genere e immagine corporea: per gli uomini, un fisico muscoloso e forte può simboleggiare mascolinità, duro lavoro e capacità, soprattutto negli ambienti rurali dove il lavoro fisico è apprezzato, per le donne, mantenere un equilibrio tra gli ideali tradizionali delle forme formose e le moderne tendenze snelle può creare pressione, soprattutto nei contesti urbani.

5. Salute e immagine corporea: con la crescente consapevolezza della salute e del fitness, in particolare nelle aree urbane, sempre più etiopi si dedicano all'attività fisica e adottano diete in linea con gli standard contemporanei di un corpo "in forma".

6. Impatto della globalizzazione e dei media: l'influenza dei media globali, in particolare degli standard di bellezza occidentali, ha introdotto ideali di corpo più snello e tendenze cosmetiche, che a volte possono scontrarsi con i valori tradizionali etiopi. Anche i social media svolgono un ruolo crescente nel modellare l'immagine corporea, con influencer e celebrità che mostrano una varietà di standard di bellezza.

7. Immagine corporea nella moda etiopica: l'abbigliamento tradizionale etiopico, come l'habesha kemis, spesso accentua le curve naturali ed enfatizza la femminilità. Tali indumenti riflettono una miscela armoniosa di identità culturale e apprezzamento del corpo.

E si può suggerire un legame fra la 'idolatria' del corpo perfetto e il dilagare dei problemi psichiatrici legati agli ideali di magrezza? Nel caso di malattie come la Anoressia Mentale il corpo si apre infatti come teatro di una disputa drammatica fra pulsioni di vita e pulsioni di morte, ove si dipana il dilemma fra consapevolezza del tentativo ascetico di ritiro dal piacere orale, per un ritorno impossibile all'infanzia primigenia, e negazione dei bisogni del corpo, in cui la spinta verso la morte per denutrizione si appropria di elementi traumatici psicosociali ma anche di gratificazioni narcisistiche.

E in effetti nella realtà dell'Etiopia attuale la Anoressia Nervosa non esiste.

Diviene ancora una volta evidente l'inadeguatezza del dualismo mente-corpo – c.d. 'errore di Cartesio' – nella moderna concezione, ampiamente documentata da evidenze – della necessità di presa in carico delle persone affette da Anoressia Mentale, sofferenti dal punto di vista mentale prima ancora che nel corpo, da équipes multiprofessionali come unica possibilità di recupero e di crescita della persona.

Giovedì 20 febbraio 2025, alle ore 17, incontro con Stefano Caracciolo