



Considerazioni sul sesso

Una breve premessa

Gli insegnamenti bahá'í sul sesso secondo quanto scrive Shoghi Effendi in una lettera datata 6 settembre 1938, indirizzata a un credente, sono «molto chiari e tassativi». E quindi sui concetti generali non ci sono dubbi. Tuttavia se si devono prendere in esame e spiegare aspetti e problemi particolari della sessualità, sui quali non vi sia nulla di specifico negli Scritti bahá'í, è necessario riferirsi a quanto appreso dallo studio e dall'esperienza nel campo della medicina, concetti appresi, in una scuola e in un ambiente professionale, che non solo non riconoscono Bahá'u'lláh, ma rifiutano molto spesso ogni aspetto di spiritualità, in quanto si proclamano scientifici, e cioè si vantano di credere solo ai risultati del metodo deduttivo empirico, usato dalla scienza moderna. Naturalmente il medico bahá'í cercherà sempre di comprendere ciò che studia o i fatti di cui viene a conoscenza esercitando la sua professione alla luce di «quanto Bahá'u'lláh insegna sullo scopo della vita umana, sulla natura dell'essere umano e sul modo di condurre rettamente la vita umana». Ma non è possibile garantire sulla validità dei risultati. Quindi leggete queste parole, sapendo che esse sono scritte con sincerità, ma che provengono da una mente limitata e pertanto soggetta a sbagliare.

Ma non siamo forse noi bahá'í così fortunati da avere a nostra disposizione un'arma, meravigliosa, per correggere i nostri errori? e non è quest'arma la consultazione? serviamocene dunque: e se qualcuno vorrà correggere qualche affermazione, gli saremo tutti grati, perché ciò aiuterà a capire meglio la verità su questo soggetto, «che è di così grande interesse e sul quale vi è tanta divergenza di idee».

Inoltre se qualcuno vorrà aprire la discussione su qualche aspetto particolare del problema, sarà il benvenuto: il suo potrà essere il problema di molti. Obiezioni e domande dovranno essere naturalmente indirizzate alla Assemblea Spirituale Nazionale.

La vera libertà sessuale

«Il mondo d'oggi è sommerso, tra l'altro, in una esagerazione dell'importanza dell'amore fisico e in una carenza di valori spirituali» e «come tipico di tutti i periodi

Testo di un discorso pronunciato durante la XIII Scuola estiva bahá'í, Vieste (Foggia), settembre 1975. Vedi *Opinioni bahá'í* 1 [edizione ciclostilata].4 (marzo 1974), 7-10, 17-8. © 1974 Casa Editrice Bahá'í – Roma.

di decadenza della storia» dà «così tanta importanza all'aspetto puramente fisico dell'accoppiamento» (a nome di Shoghi Effendi, 28 settembre 1941).

La libertà sessuale è il vessillo dietro il quale marcia un'imponente schiera di uomini e donne, convinti di poter arrivare alla meta della totale felicità sessuale. Non si fa dell'ironia quando si afferma che anche noi bahá'í crediamo nella libertà sessuale. Ma diverso è il nostro concetto di libertà.

Per quanto non lo sappiate, la vera libertà consiste nella sottomissione dell'uomo ai Miei comandamenti. La libertà che vi è utile non si trova in alcun modo eccetto che nel completo asservimento a Dio, l'Eterno Vero. Chiunque abbia gustato la sua dolcezza, rifiuterà di barattarla per tutti i regni della terra e del cielo. (Bahá'u'lláh, *Spigolature* 368)

Quindi per noi bahá'í la vera libertà sessuale consiste nel vivere la nostra vita sessuale secondo il modello che Bahá'u'lláh ha tracciato per noi, l'unico che possa condurci alla vera felicità anche nel campo della sessualità. E il modello che Egli ha tracciato per noi porta un solo nome: CASTITÀ.

Dio ha fatto veramente della castità una corona per la testa delle sue ancelle. Grande è la benedizione di quella ancella che è pervenuta a questo grande stadio. (Bahá'u'lláh, citato in *Avvento della Giustizia Divina* 34).

Lo splendore della luce della castità diffonde la sua illuminazione sui mondi dello spirito e la sua fragranza è sospinta fino al Più Eccelso Paradiso. (Bahá'u'lláh, citato in *Avvento della Giustizia Divina* 34).

Per dirla in breve, la concezione bahá'í del sesso si fonda sulla credenza che la castità deve essere strettamente osservata da ambo i sessi, non solo perché essa è in se stessa altamente lodevole da un punto di vista etico, ma anche perché è la unica via che porti a una vita coniugale felice e fortunata. (a nome di Shoghi Effendi, 5 settembre 1938).

Che cosa significa castità?

Secondo il Dizionario della lingua italiana del Devoto, castità significa «astensione da ogni attività sessuale o anche da manifestazioni o pensieri che vi abbiano in qualche modo attinenza».

Tuttavia Shoghi Effendi scrive: «La norma inculcata da Bahá'u'lláh non cerca in alcuna circostanza di negare ad alcuno il diritto e il privilegio legittimo di trarre il

massimo vantaggio e beneficio dalle gioie, dalle bellezze e dai piaceri molteplici di cui il mondo è stato così abbondantemente arricchito da un Creatore amorevolissimo» (*Avvento* 35).

Quindi il nostro concetto di castità si discosta un poco dal significato letterale della parola. Casto non è solo colui che vive nell'astinenza totale, ma anche chi conduce «una vita sessuale perfettamente normale nel canale del matrimonio».

La castità comporta sia prima che dopo il matrimonio una vita sessuale incontaminata e casta. Prima del matrimonio assolutamente casta, dopo il matrimonio assolutamente fedele al compagno che abbiamo scelto. Fedele in tutti gli atti sessuali, fedele a parole e a fatti. (a nome di Shoghi Effendi, 28 settembre 1941)

Per capire a fondo questo concetto di castità, è innanzi tutto necessario spogliarci, soprattutto noi figli di una cultura cristiana, di quella convinzione per cui l'attività sessuale è in se stessa qualcosa di riprovevole, di vergognoso, e pertanto è perfetto è solo l'uomo che non conosce né pensiero né atto sessuale, secondo quanto è scritto nella Prima Lettera ai Corinti: «Sarebbe bene per l'uomo di non toccar donna» (VII, 1), «Meglio è maritarsi che ardere» (VII, 9), da cui si deduce che il matrimonio lungi dall'essere una felice condizione, è solo un male minore per sfuggire al male maggiore di «ardere».

Sia lodato Iddio! Bahá'u'lláh ci ha insegnato che nessuna delle espressioni della natura è intrinsecamente malvagia: tutto ciò che Iddio ha creato è buono solo perché è stato creato ('Abdu'l-Bahá, *Le Lezioni di San Giovanni d'Acari* 270) Il mondo e le sue bellezze sono state create perché l'uomo possa goderne (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 303). Il male deriva solo dall'uso che l'uomo fa dei doni di Dio, in una strada diversa da quella da Lui indicata (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 303).

Questo è vero anche per il sesso.

Lo psicologo francese Pierre Daco scrive nel suo libro *Cosa è la Psicologia* alcune considerazioni molto interessanti, che cercherò di riassumere:

la sessualità è il dominio che più di ogni altro esige la liberazione dalla paura e da se stessi. Nel sesso non si può barare. La sessualità esige quindi l'estirpazione di tutti i cancri psicologici. I disturbi della sessualità sono sempre provocati da disturbi della personalità. Molte persone sono prigionieri di abitudini interiori che le soffocano. È come se la loro possibilità di creare la bellezza rimanesse allo stato potenziale. Queste

persone allora cercano di sfuggire se stesse. Cercano quindi una fugace felicità nelle sensazioni forti. E si indirizzano alla sessualità. Si tratta solo del desiderio di dimenticare se stesse. Esse hanno rapporti sessuali come altri si danno all'alcool o alla droga. E per trarre il massimo piacere dal sesso cercano di stimolare la propria sessualità.

Ciò è quanto avviene nella società di oggi: ci si serve di ogni mezzo per provocare in se stessi e negli altri pulsioni sessuali sempre più violente, con l'illusione che tanto maggiore è il desiderio, altrettanto maggiore il piacere tratto dalla sua soddisfazione, tanto maggiore la felicità raggiunta.

Ecco come la sessualità, meraviglioso dono di Dio, può essere trasformata dall'uso errato che ne fa l'uomo in un mezzo di peccato. E per questo Bahá'u'lláh scrive: «Coloro che cedono alla lussuria e agli impulsi corrotti, errano e distruggono i loro sforzi. Essi veramente sono fra i perduti». (Bahá'u'lláh, *Spigolature* 325). E ancora: «Coloro che hanno macchiato il buon nome della Causa di Dio seguendo le cose della carne sono immersi nell'errore» (Bahá'u'lláh, citato in *Avvento* 34)

È chiaro quindi che il bahá'í accetterà con serenità il fatto di avere appetiti sessuali normali, e non li riterrà frutto di una tentazione del demonio. Si renderà tuttavia conto che questi istinti vanno incanalati nella giusta strada. Infatti negli animali l'istinto è una guida infallibile, che conduce l'animale ad esercitare l'attività sessuale nel momento e nel modo giusto. Ma per l'uomo ciò non succede, in quanto ogni attività viene in lui filtrata attraverso la coscienza. «Agire come le bestie dei campi non è degno dell'uomo» (Bahá'u'lláh, *Spigolature* 235) E pertanto l'istinto sessuale; riconosciuto come sana espressione di vigore fisico, non può essere sempre e subito gratificato al suo insorgere. L'uomo, conscio e non intollerante della propria sessualità, se vuole essere veramente libero, soddisferà il proprio istinto solo in ottemperanza alla Legge divina. E se nel far questo, a volte, la rinuncia lo farà soffrire, ricordi queste parole di Bahá'u'lláh: «I timori e le inquietudini provocati dalla rivelazione di questa legge nei cuori degli uomini possono essere invero, paragonati ai pianti del lattante svezzato dal latte materno se poteste comprendere» (Bahá'u'lláh, *Spigolature* 193).

Perché Bahá'u'lláh ci chiede di essere casti?

Non è certo semplice capirlo, né si può pretendere di riuscirci completamente. Infatti il problema può essere considerato da così tanti punti di vista, che a non è possibile abbracciarli tutti.

Il primo e il più importante pare il punto di vista spirituale. La castità non può essere compresa al di fuori della visione spirituale della vita rivelata nelle Sacre Scritture.

«Quale è lo scopo della vita? acquistare le virtù» ('Abdu'l-Bahá, *La Saggezza di 'Abdu'l-Bahá*, p. 220). Le virtù sono «le forze indispensabili per l'esistenza divina» ('Abdu'l-Bahá, *Foundations of World Unity* 64)

Come otterrà l'uomo queste forze?

Primo attraverso la conoscenza di Dio.

Secondo attraverso l'amore di Dio.

Terzo attraverso la fede.

Quarto attraverso azioni filantropiche.

Quinto attraverso l'abnegazione.

Sesto attraverso il distacco da questo mondo.

Settimo attraverso la santità. ('Abdu'l-Bahá, *Foundations of World Unity* 64)

«Abnegazione significa subordinare questa natura e queste desideri inferiori al lato più divino e nobile di noi stessi» (Shoghi Effendi).

E il nostro istinto sessuale è certamente una espressione, della nostra natura animale, e quindi inferiore, che, se vorremo giungere alla meta della santità, dovremo essere capaci di subordinare alla nostra natura spirituale.

Esiste inoltre un significato sociale della castità. La società si fonda sulla famiglia, la prima «cellula» che costituisce la collettività. Il vincolo sessuale è uno dei vincoli che lega i coniugi, che favorisce l'unità familiare. L'equilibrio sessuale tra i coniugi è molto importante per l'unità della famiglia, ed è più facile raggiungerlo se i due coniugi scoprono insieme la vita sessuale e plasmano le proprie abitudini sessuali l'uno sul modello e sulle esigenze dell'altro, senza reminiscenze, confronti, evasioni o preconcetti, particolarmente pericolosi. Il sesso dell'uomo non è solo l'istinto animale: è una attività puramente spontanea, in cui si esprime tutta la personalità dell'uomo. Ogni essere umano «interpreta» e realizza in modo diverso l'attività sessuale, non solo in rapporto a se stesso ma anche in rapporto al partner. La conoscenza e la fiducia reciproche migliorano la qualità dell'attività sessuale, favorendo lo stabilirsi di abitudini, di modelli di comportamento, che danno ai coniugi quella profonda sicurezza psicologica, indispensabile per il rilassamento psichico necessario a condurre bene un rapporto sessuale. Queste abitudini non sono monotonia, ma solo una solida base sulla quale gli amanti potranno percorrere infiniti sentieri, guidati dallo spirito di creatività individuale liberato da ogni inutile

inibizione, nella fiducia nel proprio partner. La castità prematrimoniale e la fedeltà sessuale nel matrimonio sono ovviamente due armi potenti per il conseguimento di questo obiettivo, secondo seguente schema:

conoscenza e fiducia reciproche → sicurezza psicologica → liberazione dello spirito creativo → miglioramento della attività sessuale → unità sessuale → unità della famiglia.

Esiste anche un motivo psicologico importante per cui vale la pena essere casti.

L'istinto sessuale è molto forte, soprattutto nella gioventù. L'autocontrollo richiede molta forza di volontà; è quindi un esercizio formidabile per lo sviluppo della volontà. Per comprendere meglio il concetto, possiamo riferirci alla forza muscolare. Se il giovane non esercita i propri muscoli, facendo ginnastica o praticando uno sport, questi divengono flaccidi ed egli mancherà di vigore muscolare. Così avviene alla volontà: l'autocontrollo esercita la volontà, contribuendo a forzare psicologicamente l'individuo, che acquisterà una maggiore forza morale, molto utile nelle innumerevoli battaglie della vita.

Ma perché allora in alcuni individui l'astinenza sessuale produce delle nevrosi? Dare una risposta non è semplice, anche perché esistono tante nevrosi, quanti sono gli individui nevrotici, ciascuna con carattere suoi propri. In genere però queste nevrosi insorgono in particolari condizioni: per esempio un'esasperazione del desiderio sessuale, specifica; cioè stimolata dalla presenza di una persona, oggetto particolare di amore. Questa è una situazione che si presenta spesso, e che il matrimonio potrebbe brillantemente risolvere. Ma se il matrimonio non è possibile, o opportuno, allora l'individuo dovrà soffrire. Ma non ci dice forse Bahá'u'lláh che le sofferenze servono per «rimuovere dallo specchio del cuore la patina dell'egoismo, sì che il cuore possa riflettere la luce del sole della verità»? (Bahá'u'lláh, *Le Sette Valli* 20) E quindi la sofferenza va accettata con rassegnazione (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 318), con fede (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 342), con pazienza (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 143) e con amore (vedi Bahá'u'lláh, *Parole Celate*, dall'arabo, n. 48), perché solo Iddio sa ciò che è bene per noi (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 147).

Spesso però queste nevrosi si manifestano in modo aspecifico, e cioè senza essere provocate da una persona, particolare oggetto di amore. In questi casi per lo più possiamo trovare una turba di base nella personalità dell'individuo, che non è perfettamente equilibrato, nel senso che i suoi attributi non si sono sviluppati armoniosamente, per una qualsiasi ragione. Molti individui rientrano oggi in questa categoria, dato che la società vive in modo così diverso dal modo che Iddio ha indicato.

È ovvio che la nevrosi da astinenza in questo caso, non dipende dalla «castità», ma dalla personalità del soggetto, che non è in sintonia perfetta con lo Spirito, la cui natura è ancora paragonabile al rame (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 216) e non all'oro. E pertanto un tale individuo dovrà cercare di tramutare in oro il proprio rame, servendosi dell'Elisir divino.

A questo punto, è chiaro che esistono diversi motivi per cui vale la pena essere casti: per rafforzare la propria volontà, per poter vivere una vita matrimoniale più felice, con rafforzamento dell'unità familiare, ma sopra tutto per attuare quel modello spirituale di vita, che solo ci permetterà di ottenere le virtù indispensabili alla vita dello spirito.

E il corpo? quali sono le conseguenze della castità sul corpo? È innegabile che la castità assoluta non è la condizione ideale per il corpo. Iddio ci ha dato organi genitali per servircene e non per mandarli in atrofia da non uso. E infatti Bahá'u'lláh ci esorta a sposarci, e Shoghi Effendi raccomanda anche di sposarci da giovani.

Tuttavia non possiamo dimenticare il nostro dovere di obbedire alle Leggi Divine, a qualsiasi costo. E pertanto, se saremo individualmente costretti alla astinenza per periodi più o meno lunghi, e se questo ci farà soffrire fisicamente e psicologicamente, offriamo il nostro sacrificio a Dio, come umile segno del nostro amore Lui.

In ogni modo le conseguenze dell'astinenza sul corpo, non sono mai tanto perniciose da provocare più che qualche fastidiosa sensazione; e viceversa ben più danno sono le conseguenze sul corpo degli eccessi sessuali.

Come raggiungere la castità?

Se è difficile comprendere fino in fondo, perché Bahá'u'lláh ci consiglia la castità, ancor più difficile è capire e spiegare come riuscire a essere casti. Innanzi tutto ogni individuo è diverso dagli altri, e pertanto diversa è la strada che dovrà percorrere per giungere alla castità. Bahá'u'lláh nella Tavola di Ṭarázát dice: «L'uomo deve conoscere il proprio io, e sapere quali cose lo conducano ad elevarsi e quali a degradarsi moralmente» (Bahá'u'lláh, citato in *Bahá'í World Faith* 167).

E quindi prima di tutto attraverso la conoscenza del nostro carattere, delle nostre forze e debolezze, potremo trovare il nostro modo di essere casti.

Inoltre dovremo fare tutto quanto Bahá'u'lláh ci insegna nelle sacre Scritture: se riusciremo a realizzare in noi le virtù che Egli ci indica, giungeremo senz'altro anche alla castità. Tanto più ci avvicineremo all'ideale di vita spirituale, tanto più facile e naturale sarà per noi essere casti. Allora la castità non sarà più una meta da conseguire, con lotte e sforzi interiori, ma sarà una realtà spirituale viva dentro di

noi, secondo quanto Bahá'u'lláh dice: «Sarà mio vero seguace colui che se incontrasse la più bella e la più avvenente delle donne, egli non si sentirà nel cuore la più lieve ombra di desiderio per la sua bellezza. Questo sarà invero l'incarnazione della castità immacolata» (Bahá'u'lláh, *Spigolature* 131)

Comunque Shoghi Effendi dice che «la completa ed intera eliminazione dell'ego implicherebbe la perfezione, che l'uomo non potrà mai completamente raggiungere; ma l'ego può e deve essere sempre più subordinato all'anima illuminata dell'uomo. Questo è quanto il progresso spirituale comporta» (19 febbraio 1941).

Pertanto l'io deve amare l'ego per guidarlo, per subordinarlo a sé. La violenza mi sembra un mezzo negativo anche usata contro se stessi. Di fronte al desiderio sessuale, dovremmo riuscire a guardare il nostro corpo e la nostra psiche turbata con l'occhio oggettivo e amorevole dell'io spirituale, e non condannarli per la sensazione provata, ma solo guidarli amorevolmente verso la giusta via. E il mezzo per far ciò ognuno deve trovare in se stesso, con l'aiuto di Dio.

Ma nessuno dovrà dimenticare la formidabile arma che Iddio ha lasciato nelle nostre mani, per aiutarci e guidarci tra le nebbie e gli ostacoli della vita materiale, verso la luce dello spirito: la preghiera. (vedi Bahá'u'lláh, *Spigolature* 323).

Molto interessanti e utili sono i consigli e le spiegazioni dati da Shoghi Effendi Nell'*Avvento della Giustizia Divina* da p. 31 a p. 35, di cui si riporta un brano:

Tale vita casta e santa con le sue implicazioni di

modestia

illibatezza

temperanza

decenza

purezza d'animo

comprende l'esercizio detta moderazione in tutto ciò che concerne

il vestire

il linguaggio

i divertimenti

e tutte le occupazioni artistiche e letterarie

Essa esige.

l'abbandono di una condotta frivola

con il suo attaccamento eccessivo ai piaceri volgari spesso mal diretti.

Essa condanna

la corruzione dell'arte e della letteratura

le pratiche del nudismo

e della convivenza amorosa
la infedeltà nelle relazioni coniugali
e ogni sorta di promiscuità
di facile intimità
e di vizi sessuali.

Essa non tollera compromesso alcuno con
le teorie
le norme
le abitudini
e gli eccessi di una età decadente”.

La lettura di queste parole ci fa capire che tra il modo bahá’í di gestire la sessualità, e il modo normale del mondo d’oggi c’è un abisso.

Nessun bahá’í potrà mai essere *a la page* nel mondo d’oggi. Il bahá’í, il più rivoluzionario tra gli uomini moderni, il più ardente seguace dell’Ideale, il più autentico contestatore, il più straordinario innovatore, rischia di apparire agli occhi di un osservatore materialista un gran «conformista», per il suo modo di gestire la propria vita sessuale. Ma egli ha la consapevolezza di non essere tale; e saprà che quel giudizio è errato, perché ignaro della splendida realtà spirituale che ogni bahá’í dovrebbe nutrire come un faro luminoso entro il proprio petto. E così, tu, giovane, non ti vergognare se sei ancora capace di arrossire d’amore già adulto, se sei ancora vergine, se nel vestire sei fuori moda, se dalla tua bocca non escono parole, frasi e discorsi tanto in uso oggi, se non hai visto gli ultimi film, che tutti hanno visto, o letto l’ultimo libro che tutti hanno letto, perché ti pareva che da essi non emanasse il profumo del tuo vero Amato. Non dimenticare che Bahá’u’lláh ha promesso di mandare nel mondo una nuova razza d’uomini: e non vuoi tu essere uno di questi?