



Le tribù forti e l'io debole **La classificazione come difesa**

www.guidocontessa.it

Il terzo millennio è segnato dalla debolezza e liquidità dell'io, del singolo soggetto, schiacciato da regimi politici repressivi e omologanti e incapace di sopportare la solitudine e l'anonimato. L'uomo massa di José Ortega y Gasset (moltitudine indistinta) e la folla solitaria di David Riesman (individui eterodiretti) sono stati gli allarmi dati dai pensatori del secolo scorso, che denunciavano "nuove" pulsioni di conformità, capaci di portare gli individui a cercare sempre più l'approvazione dei propri simili e la paura di essere "diversi".

Oggi le diversità fanno ancora più paura, perciò si organizzano in classificazioni tribali che lottano per essere accettate dalla società come "normali". Il singolo, per esprimere e difendere la sua diversità si aggrega in tribù che si organizzano per essere riconosciute e integrate.

Una tribù, è una aggregazione umana, cioè una unità sociale determinata, caratterizzata da una relativa omogeneità culturale e linguistica. Le tribù post-moderne hanno linguaggio, abbigliamento, aspetto e simboli comuni: il loro scopo principale non è distinguersi, ma omologarsi alla società. Essere accettati è l'ossessione più diffusa sia perchè l'io ha difficoltà ad affermarsi, sia perchè i processi sociali di emarginazione ed esclusione sono pervasivi.

Il primo passo verso l'omologazione è la classificazione, che ha assunto l'aspetto di una ossessione delirante. La classificazione consiste nel dividere e distribuire i singoli in classi, cioè in categorie, con lo scopo di dare un ordine alla immensa varietà delle specie, e un nome che consenta di individuarle facilmente. L'individuo singolo pensa di non esistere se non appartiene ad una categoria; la sua esistenza inizia quando scopre a quale classe o categoria appartiene. La classificazione dell'umanità in sotto-gruppi è sempre esistita, ma si basava su 5 o 6 fattori elementari: il sesso, la religione, il territorio, in parte anche l'età e la professione o il ceto sociale. La classificazione odierna è un pulviscolo fondato su centinaia di fattori. Le classi sono migliaia e in continuo aumento.

L'appartenenza ad una o più di queste micro-classi definisce l'identità che l'io fatica a costruirsi da solo. E l'appartenenza porta rassicurazione. Così la sicurezza non è dentro l'individuo ma fuori, nell'insieme di classe in cui il singolo si riconosce.

Ogni tribù si trasforma facilmente in movimento sociale e politico con linguaggio, simboli e consumi comuni e specifici. E si impegna in battaglie di apostolato, pedagogia e politica. La tribù non si limita a

vivere nella sua diversità, ma si sforza di allargare il numero degli adepti, "educare" la società ai suoi valori, ed ottenere riconoscimenti o benefici normativi.

1. Tribù del tempo libero

2. Tribù del sesso

3. Tribù dell'alimentazione

1. Tribù del tempo libero

"Passo il mio tempo libero come mi pare, dove mi pare e vestito come mi pare". Così si esprimerebbe un soggetto autodiretto e con una identità forte. La maggioranza oggi pensa e agisce diversamente.

Intanto esiste sempre meno un'attività che non parta da una scuola o da una terapia. I bambini non tirano più due calci al pallone, vanno a scuola di calcio. Non giocano col pongo, ma frequentano un corso di ceramica. Gli adolescenti non vanno in vacanza, fanno un "camp" multisportivo o linguistico. Non possono toccare uno strumento musicale, prima di andare a scuola di musica. Gli adulti, per andare in balera, vogliono frequentano un corso di salsa. Se desiderano farsi una nuotata in piscina, devono iscriversi a un corso perchè è tutto prenotato.

I disabili non vanno a cavallo: fanno ippoterapia. Non suonano o cantano, ma fanno musicoterapia. Non dipingono: fanno arte-terapia. Fanno dramaterapia, non recitano scenette. Gli anziani non leggono più a casa: vanno all'università della terza età. Non fanno ginnastica, ma seguono un corso di Tai-Chi. Non possono smanettare su un computer, ma devono fare un corso di informatica. **Insomma, non possiamo passare il nostro tempo libero come ci pare: siamo uomini-massa e per appartenere dobbiamo accettare le regole della folla solitaria.**

Dove passare il tempo libero? Per una legge fascista (1931), ancora in vigore, il gioco d'azzardo è illegale, ed è "d'azzardo" se esista una posta in palio, di qualunque valore (anche un caffè). Ma è molto lungo l'elenco dei giochi proibiti dalle Questure, anche se non prevedono poste in palio. Quindi niente bar, bocciofila o centro anziani. Meglio evitare anche la tombola di Natale in casa, se non vogliamo un'accusa di bisca clandestina.

Se ci piace buttare soldi, possiamo giocare online solo in certi siti; possiamo andare nelle sale Bingo autorizzate; possiamo smanettare con le slot machines legali.

Ci piace cacciare, pescare, raccogliere funghi? Dobbiamo avere una patente, pagare una tassa, iscriverci a qualche Tribù (associazione) locale o nazionale. Vogliamo dare due calci al pallone? Mai nel cortile condominiale, mai in strada, mai in un parco, ma solo in un regolare campetto (a pagamaneto). Vogliamo fare una festa da ballo? Non a casa nostra o in un bar, ma solo in una balera. **Insomma, non possiamo passare il nostro tempo libero dove ci pare: siamo uomini-massa e per appartenere dobbiamo accettare le regole della folla solitaria.**

Infine, il tempo libero non lo puoi passare con un abbigliamento qualsiasi. Ogni tribù ha una divisa quasi obbligatoria (non per legge, ma per costume, che è anche più cogente). Qualsiasi attività abbiamo in mente dobbiamo comprarci la divisa per praticarla. Tennis, calcio, basket, pallavolo, ciclismo, palestra, nuoto: non c'è sport senza tribù e senza divisa. Anche danza, pesca, caccia hanno le loro divise, come l'equitazione, la ginnastica, la corsa.

Se non hai la divisa non sei della tribù, e dunque sei un anonimo uomo-massa membro della folla solitaria. Come uomo-massa sei un rifiuto, se non consumi abbastanza. L'enorme industria planetaria dell'abbigliamento, degli accessori e degli strumenti per il tempo libero non ti considera adeguato.

Insomma, non possiamo passare il nostro tempo libero vestiti come ci pare: siamo uomini-massa e per appartenere dobbiamo accettare le regole della folla solitaria.

Il trionfo dei Social media sul web deriva dalla possibilità di creare micro-tribù, molto specializzate o personali, cui è possibile partecipare nell'anonimato o con un'identità alterata, senza sottoporsi a corsi o scuole, senza un luogo fisico obbligato, e senza divise. Al posto dei vecchi armamentari delle tribù materiali, le tribù virtuali hanno altre modalità omologatorie. Per esserne parte, l'individuo deve

sottostare a regole anche maggiori di quelle minime tradizionali. **Insomma, non possiamo passare il nostro tempo libero sui Social media, come ci pare: siamo uomini-massa e per appartenere dobbiamo accettare le regole della folla solitaria.**

La prima delle quali è la perdita della privacy. Nelle attività di tempo libero fuori dalla Rete siamo visibili solo qualche ora alla settimana e siamo appartenenti solo nel tempo, nel luogo e con la divisa richiesti per quanto dura l'attività. Nel corso della giornata possiamo giocare ruoli diversi e usare maschere diverse: aggressivo al calcetto, masochista passivo nel gioco, uguale agli altri nella divisa; sottomesso a casa, sadico sul lavoro, dandy nel vestire. Nelle ore passate sui Social media siamo noi stessi il soggetto-oggetto dell'attività: si parla di noi, con noi e contro di noi 24 ore al giorno da ogni parte del pianeta. Per quanto mascheriamo la nostra identità, alla lunga saremo smascherati.

La seconda regola è il dovere di esporsi: parlare (i post), farsi vedere (i selfies), dare e ricevere feedbacks (i likes).

La terza regola è di accettare il rischio di essere danneggiato: insulti dagli haters, uso fraudolento o criminale delle foto postate, sfruttamento del profilo.

Infine, la divisa è un costo una tantum, mentre i costi per i Social sono perenni.

2. Tribù del sesso (V. All.1)

"Sono come sono e faccio o no l'amore con chi, quando e come voglio". Così si esprimerebbe un soggetto autodiretto e con una identità forte. La maggioranza oggi pensa e agisce diversamente.

L'identità e le preferenze sessuali diventano facilmente un dramma in questa epoca sessuofobica. Il panorama culturale attuale è simile a quello degli anni cinquanta, relativamente al sesso. Come allora, sono proibiti i nudi al cinema o a teatro (la tv non si è mai evoluta). Il tradimento nella coppia provoca scandalo (addirittura anche nella coppia non sposata). La prostituzione è stigmatizzata.

Ci sono tre zone delegate alla sessualità senza regole: i sexi clubs, le discoteche e la Rete. Però di tutte e tre si parla pochissimo, ed esiste una netta separazione fra le trasgressioni che avvengono in questi luoghi e la vita sociale quotidiana. Sono una specie di campo di concentrazione della trasgressione sessuale. Come negli anni cinquanta compravamo Playboy nascondendolo fra il Corriere e la Gazzetta, oggi non parliamo pubblicamente di quello che avviene nei bagni di locali pubblici, o che vediamo sul web.

Qualsiasi sentimento, emozione o bisogno dell'area sessuale diventa una minaccia o una condanna per il fragile Io dell'uomo massa.

Non vengono considerati transitori o legati all'altro/a: se provo il bisogno di vedere in un certo modo il sesso oggi e verso la persona che ho davanti, non significa che sarà così per sempre e nei confronti di chiunque.

Non vengono pensati come un carattere identitario: sentire il sesso in un certo modo è parte di me, e fa di me quello che sono (come parte della mia identità)

Non vengono valutati come una diversità produttrice di orgoglio: essere diverso è essere unico o raro, perciò dovrei vantarmene, mentre per chi mi circonda devo vergognarmi.

Un modo per uscire dal dramma è la classificazione. Scoprire che il mio sentire il sesso è comune a una categoria di essere umani, a una tribù, mi fa sentire meno diverso. Mi consente di riconoscermi un'identità e di appartenere a un gruppo. La categoria mi legittima, visto che non riesco a farlo da solo.

Sesso di coppia ([Wired](#))

Sono almeno 10 (v.all. 1) gli stili sessuali catalogati nelle relazioni di coppia. Il tragico è che per molti che si inscatolano in una classe, quando cambiano col tempo o per una relazione diversa, arrivano a sentirsi in colpa. Se la nostra identità proviene da una tribù, cambiare tribù significa perdersi.

Se non ci sentiamo interessati al sesso siamo "asessuali". Se non siamo trasportati verso nessuna attrazione romantica siamo nella tribù degli "aromantici". Un giorno ci interessa il sesso e un giorno no, con un uomo o una donna? Siamo "graysexual". Se per caso scopriamo che ci attraggono persone dal sesso non specificato, allora siamo "skoliosexual"). **Insomma, non possiamo avere desideri diversi e**

fare o no l'amore con chi, quando e come vogliamo: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per esprimere la nostra identità.

Poliamore

La voce Poliamore di Wikipedia offre ben 7 diverse classi di amore e sesso fra più persone. Quello che negli anni sessanta e settanta si faceva regolarmente, quello che oggi gli scambisti fanno una sera alla settimana, quello che nella metà degli abitanti del pianeta fanno regolarmente (poligamia e poliandria), diventa una fonte di sofferenza e sensi di colpa nell'attuale clima sessuofobico d'Occidente.

La cosa strana del poliamore è che non solo genera scandalo se fatto con e fra individui sposati, legati dall'obbligo di fedeltà. Ma di fatto il poliamore è stigmatizzato anche fra partners senza nessun vincolo legale. La donna non sposata che pratica il poliamore è considerata una prostituta. L'uomo non sposato è considerato un superficiale, un traditore seriale, un verme. Individui adulti, capaci di scegliere e decidere che trattengono relazioni amorose plurali contemporaneamente, sono stati considerati con ammirazione e invidia in epoca romana, nel tardo medio-evo, nel rinascimento, in età barocca e nel settecento (persino dentro la Chiesa). Apuleio e Boccaccio ne sono stati i cantori. La storia è piena di re e regine, nobili, contadini (e Papi) che praticavano il poliamore. Oggi tutti questi sarebbero messi al bando.

Insomma, non possiamo avere desideri diversi e fare l'amore con più di una persona nello stesso tempo: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per esprimere la nostra identità.

BDSM

Vasta gamma di pratiche relazionali e/o erotiche che permettono di condividere fantasie basate sul dolore, il disequilibrio di potere e/o l'umiliazione tra due o più partner adulti e consenzienti, che traggono da queste soddisfazioni e piacere. Wikipedia elenca oltre 30 pratiche correlate. Le principali tribù di questa classificazione sono tre: bondage & disciplina (B&D), dominazione & sottomissione, sadismo & masochismo. Queste pratiche stanno oggi vivendo un periodo di sdoganamento, dovuto a qualche successo letterario ma soprattutto per la bravura della tribù che lavora per la sua visibilità e accettazione sociale.

Molti considerano strani questi stili di espressione sessuale, ma strani significa solo estranei alla maggioranza, stranieri. C'è chi si diverte molto a soffrire e gioire in uno stadio sportivo. C'è chi trova eccitante abbassare la leva di una slot machine, e perdere al gioco. Chi non può fare a meno di alcol e droghe. Tutti questi comportamenti sono BDSM socialmente accettati. Chi ama fare sesso condito da pratiche dolorose e umilianti verso il partner o verso di sé, è "originale" cioè singolare, strano, bizzarro. Per un individuo adulto questa originalità potrebbe essere motivo di vanto, ma non per l'uomo-massa, infantilizzato, colpevolizzato, psicologicamente omologato. **Insomma, non possiamo avere desideri diversi e fare l'amore come piace a noi e ai nostri partners consenzienti: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per esprimere la nostra identità.**

Parafilie e stili sessuali particolari

Esiste una lista di ben 547 termini che descrivono parafilie di interesse sessuale, ossia di quegli interessi sessuali che hanno per oggetto determinate situazioni, cose, animali, particolari zone corporee o individui atipici. Eccone alcune, fra le più moderate:

- Acrotomofilia (sesso con persone con qualche amputazione)
- Anililagnia (sesso di giovani con donne anziane)
- Autagonistofilia (sesso ripreso da una telecamera)
- Asfissia autoerotica (auto-indotta, quasi fino a perdere i sensi)
- Narratofilia (sesso con parole oscene)
- Parzialismo (sesso con una parte non genitale, per es. i piedi)
- Feticismo (sesso con oggetti)
- Scatophilia (telefonate oscene)
- Tricofilia (sesso coi capelli)

Sono sempre più diffusi gli stili sessuali particolari come il triolismo (guardare il/la partner fare sesso con altri), gli scambisti (incroci simultanei fra coppie), i voyeurs (sesso guardato invece che fatto), i masturbatori individuali o di gruppo. Oggi è quasi sdoganata l'industria dei sex toys: strumenti che una maggioranza sessuofobica considera vergognosi.

Questi stili di vita sessuale mettono in crisi il concetto di "normalità", che pure viene continuamente evocato dai mass media. Il soggetto che ne è portatore convive con sensi di colpa, vergogna e situazioni di emarginazione o ricattabilità. La via d'uscita non è affermare il diritto e il valore della diversità, ma la ricerca di una tribù, all'interno della quale condividere la propria condizione. **Insomma, non possiamo avere desideri diversi e fare l'amore come piace a noi: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per esprimere la nostra identità.**

Transgender (wikipedia)

Si definiscono transgender quelle persone che hanno un'identità di genere o un'espressione di genere diversa dal sesso loro assegnato. Le persone transgender sono talvolta chiamate transessuali, se desiderano assistenza medica per passare da un sesso all'altro. Il termine transgender in psichiatria viene più spesso sostituito dalla dicitura "disforia di genere".

La figura dell'androgino è la formulazione arcaica della coesistenza di tutti gli attributi, compresi anche quelli sessuali, nell'unità divina e nell'uomo perfetto delle origini. Secondo Mircea Eliade raffigura la "coincidentia oppositorum", la perfetta unione dei contrari: in una varietà di miti cosmogonici compare l'essere unico androgeno, esistente prima della separazione delle cose. Nell'area culturale occidentale l'esempio più famoso di tal concezione è il mito che Platone fa raccontare al commediografo Aristofane nel Simposio.

Dioniso, che per essere uno degli dei più antichi del Pantheon greco è tra quelli più ricchi, dal punto di vista archetipico, è spesso rappresentato in forma androgina, ed ha tra i suoi emblemi la pigna, frutto ermafrodita della specie forse più nota e diffusa nel Mediterraneo.

Androgino è anche Tiresia, il veggente cieco dell'Odissea, divenuto donna per sette anni, per aver assistito al congiungimento di due serpenti sacri. La benedizione degli eunuchi è molto richiesta, ben pagata, e considerata quasi indispensabile ed eccezionalmente efficace in ogni cerimonia: può cacciare gli spiriti malvagi, rendere fertile una donna, dare un buon augurio ai novelli sposi, assicurare alla coppia un figlio maschio. Nella metafisica induista la polarità maschile rappresentata da Siva, e quella femminile rappresentata da Shakti hanno bisogno, per fondersi, di Ardhanarishvara, l'androgino.

Esiste una ricchissima storia dell'intersessualità ([fonte](#)) che testimonia la lunga tradizione letteraria e sociale degli individui che oggi chiamiamo "transgender"

Quella del transgender è la condizione sessuale oggi più presente nel panorama massmediatico. Non è chiaro perchè, visto che riguarda una minoranza molto esigua e che non è diversa da molte parafilie o dal poliamore. Forse perchè nel caso dei transgenders è ormai provata la genesi biologica, e quindi è assodata l'impossibilità di una scelta. La classificazione è confusa, e contiene almeno 4 categorie:

- la persona transessuale operata (che ha raggiunto a tutti gli effetti e in tutto e per tutto il genere sentito proprio).
- la persona transessuale non operata o parzialmente operata (che ha lasciato integri i genitali di origine ma ha effettuato altri interventi di modificazione).
- la persona di genere non-binario (femmina genetica o maschio genetico di qualsiasi orientamento sessuale)
- la persona crossdresser, è una persona che si traveste, in privato e/o pubblicamente, senza implicazioni di eccitazione sessuale

Queste persone hanno evidenti difficoltà psicologiche ed esistenziali: soggette al bullismo o all'emarginazione familiare da giovani. Hanno difficoltà da adulti a trovare un lavoro diverso dalla prostituzione, e devono vivere in ombra o nella menzogna. Invece di lottare per sancire e difendere la loro diversità individuale come ricchezza, i transgenders hanno creato tribù molto impegnate nella lotta

per la "normalità", cioè per l'assoggettamento e l'integrazione. **Insomma, non possiamo essere diversi: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per esprimere la nostra identità, ma a una tribù che sia disposta ad assoggettarsi e integrarsi.**

3. Tribù dell'alimentazione (V.All.2)

"A tavola mangio quello che voglio e che mi piace". Così si esprimerebbe un soggetto autodiretto e con una identità forte. Un numero sempre scescente oggi pensa e agisce diversamente.

Dobbiamo distinguere fra le tribù alimentari per necessità e quelle per moda o scelta. Gli intolleranti e gli allergici soffrono di vere malattie e dunque la loro diversità è largamente accettata. Anche anoressia e bulimia sono disturbi alimentari con cause mediche (biologiche o psicologiche). Tuttavia, appartenere a una tribù può essere vantaggioso e i ciliaci sono riusciti a sensibilizzare ristoranti e negozi, nonché produttori, alla loro lotta contro il glutine.

Coloro che seguono tipi di alimentazione "originali" per moda o per scelta non sono diversi da coloro che scelgono di passare il tempo libero con uno sport o con il gioco d'azzardo, o di fare sesso in modo diverso dalla maggioranza.

Tribù alimentari per necessità

Coloro che soffrono di intolleranze o allergie alimentari devono per un imperativo biologico, proteggere la loro diversità. Per intolleranza si intende la reazione anomala dell'organismo ad una sostanza estranea, non mediata dal sistema immunitario. Per allergia si intende la reazione anomala del sistema immunitario. La classifica delle allergie alimentari: *1 Pesche - 2 Gamberi - 3 Noci - 4 Pesce - 5 Uova - 6 Kiwi - 7 Arachidi - 8 Latte - 9 Pinoli - 10 Frumento*. Le più comuni intolleranze alimentari: *al lattosio (latte e derivati); al glutine (grano); ai lieviti; alle uova*.

Tribù alimentari per moda

Dietologi e nutrizionisti, nonché medici di ogni genere, sono fra i più potenti padroni della cultura post-moderna. Il salutismo, il benessere fisico, le diete sono fra i più attivi gendarmi della vita umana degli ultimi 50 anni. La sedicente e variopinta scienza-industria della salute domina i comportamenti quotidiani dell'uomo-massa, che riesce sempre più di rado a sottrarsene.

L'ossessione generale è per le colture biologiche o non biologiche; gli alimenti a km.0, autoctoni o importati; le diete per il peso, la bellezza, il benessere, ogni attività fisica. Questo sito presenta ben [90 diete](#) alimentari. Ogni settimana la "scienza" divulga nuovi diktat sui cibi sani o pericolosi. Le mode alimentari devono cambiare di conseguenza, e chi non lo fa si sente colpevole, diverso, emarginato. Naturalmente i messaggi di questa settimana sono diversi e contraddicono quelle della precedente o della prossima, ma questo non intimidisce né la scienza né l'industria. Via via scopriamo che i tanto decantati prodotti biologici, lo sono molto poco; che gli alimenti a Km.0 sono pochi e spesso inquinati; quelli autoctoni sono composti da elementi importati; e che i cibi importati non sono controllabili; che le diete sono favole per adulti sempliciotti.

L'individuo smarrito cerca qualche tribù sui Social o i mass-media che gli diano conferme, lo facciano sentire appartenente al lato ragionevole, lo facciano sentire meno solo nelle decisioni. **Insomma, non possiamo essere diversi: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per decidere cosa e come mangiare.**

Tribù alimentari per scelta ([Fonte](#))

Sono circa 20 le tribù che raggruppano individui con particolari stili alimentari per scelta. Alla base di queste ci sono motivi salutistici, solidaristici, umanitari, politici. I vegetariani pensano che la carne faccia male alla salute. I vegani criticano le sofferenze degli animali. I crudisti pensano che la cottura distrugga tutti i benefici degli alimenti. I locavori mangiano alimenti a chilometro zero, per aiutare i piccoli coltivatori. Gli ecotariani mangiano cibi che non abbiano impatto ambientale o climatico. Questi stili sono sostenuti da minoranze, che in genere non si limitano a scelte individuali che li farebbero sentire troppo diversi e troppo soli. Questi "diversi" alimentari si aggregano in tribù, che spesso assumono funzioni apostoliche e pedagogiche. Diversamente dalle tribù del tempo libero e del sesso, le tribù alimentari non si limitano a chiedere il risonoscimento della diversità e l'integrazione

nella società, ma puntano ad allargare gli adepti e a convincere quelli che non sono della tribù di essere in errore. Paradossalmente, queste minoranze "diverse" combattono tutte le tribù diverse dalla propria. Per loro, gli onnivori sono torturatori di animali, mangiatori di cadaveri, dannosi per l'ambiente e per l'economia locale, e masochisti suicidi. **Insomma, non possiamo essere diversi: siamo uomini-massa e dobbiamo appartenere a una tribù per decidere cosa e come mangiare.**

Allegato 1

Tribù sessuali

"Sono come sono e faccio o no l'amore con chi, quando e come voglio". Così si esprimerebbe un soggetto autodiretto e con una identità forte. La maggioranza oggi pensa e agisce diversamente.

- Asexuale: non interessati al sesso
 - Aromantico: nessuna attrazione romantica verso gli altri
 - Graysexual: un giorno gli piace il sesso, un altro no, un giorno gay, un giorno etero
 - Emisexual: sesso senza nessuna sdolcinatura romantica, mi raccomando.
 - Demiromantic: romanticismo senza sesso
 - Lithromantic: quello che si vuole innamorare di te, ma che se ricambi gli passa la fantasia.
 - Panromantic: romanticismo con sesso diversi, ma senza sesso.
 - Skoliosexual: attrazione per un individuo di sesso non specificato.
 - Queerplatonic: mi vorrei fidanzare con te, ma non voglio rovinare la nostra amicizia .
 - Zucchini: se siete coinvolti in un tipo di relazione come la precedente, accettate in silenzio di essere uno zucchini o una zucchina.
- [\(Wired\)](#)

Poliamore (wikipedia)

- La polifedeltà, in cui le relazioni sentimentali e sessuali sono ristrette a un particolare gruppo di partner.
- Le relazioni secondarie, in cui sono presenti tipi di relazioni diverse. Esempi sono il matrimonio aperto e la coppia aperta.
- La poligamia (ovvero poliginia, poliandria e loro combinazioni), in cui una persona sposa più coniugi (che possono eventualmente avere a loro volta altre relazioni poliamorose).
- La relazione di gruppo o il matrimonio di gruppo, in cui tutti i membri di un gruppo si considerano ugualmente legati gli uni agli altri.
- Reti di relazioni in cui una particolare persona può avere relazioni di vari gradi di importanza con diverse persone, tutte d'accordo sull'«amicizia senza frontiere».
- Relazioni in cui un partner è monogamo, ma accetta che l'altro abbia altre relazioni.
- Alcune persone, pur intrattenendo una relazione sessuale strettamente monogama, possono autodefinirsi poliamorose qualora si sentano emotivamente legate a più persone (amore platonico).

BDSM (wikipedia) Vasta gamma di pratiche relazionali e/o erotiche che permettono di condividere fantasie basate sul dolore, il disequilibrio di potere e/o l'umiliazione tra due o più partner adulti e consenzienti che traggono da queste soddisfazioni e piacere. Wikipedia elenca oltre 30 pratiche correlate.

- Bondage & Disciplina (B&D): pratica in cui si immobilizza un partner consenziente o se ne limita temporaneamente la capacità sensoriale. È possibile sia legare con corde, sia con corsetti, cappucci, bavagli, o catene, etc.
- Dominazione & Sottomissione (D/s o Ds): volontaria cessione di potere di una delle due parti, che da quel momento sarà sottomessa (sub), all'altra, che viene investita del ruolo di Dominante (Dom).
- Sadismo & Masochismo (S&M o SM): l'insieme delle pratiche erotiche basate sull'imposizione di sofferenze fisiche o mentali su un partner.

Transgender (wikipedia)

- la persona transessuale operata (che ha raggiunto a tutti gli effetti e in tutto e per tutto il genere sentito proprio).
- la persona transessuale non operata o parzialmente operata (che ha lasciato integri i genitali di origine ma ha effettuato altri interventi di modificazione).
- la persona di genere non-binario (femmina genetica o maschio genetico di qualsiasi orientamento sessuale)
- la persona crossdresser, è una persona che si traveste, in privato e/o pubblicamente, senza implicazioni di eccitazione sessuale

Famose sono le classi categoriali degli scambisti, i triolisti, gli esibizionisti, i voyeurs e i masturbatori di gruppo.

Anil Aggrawal nel suo libro del 2009, stilò una lista di ben 547 termini che descrivono parafilie di interesse sessuale, ossia di quegli interessi sessuali che hanno per oggetto determinate situazioni, cose, animali, particolari zone corporee o individui atipici.

Allegato 2

Le 15 diete più famose e più efficaci ([Fonte](#)) 1) Ecco i cibi più pericolosi e la motivazione ([Fonte](#))

Dieta Plank.

2) Dieta Paleolitica

3) Dieta Scarsdale.

4) Dieta del gruppo sanguigno.

5) Dieta per la celiachia.

6) Dimagrire con la cyclette.

7) Dieta carb lover's.

8) Dieta Lemme.

9) Dieta fast.

10) Dieta Tisanoreica.

11) Dieta Atkins.

12) Dieta del Supermetabolismo.

13) Dieta a zona.

14) Dieta Dukan.

15) Dieta Vegana

16) Dieta Fruttariana

17) Dieta senza carboidrati

18) Dieta Chetogenica

19) Dieta Detox

20) Dieta Scarsdale

1. Pesce dalla Spagna (96): metalli pesanti in eccesso (mercurio e cadmio)

2. Dietetici/integratori da USA (93): ingredienti e novel food non autorizzati

3. Arachidi dalla Cina (60): aflatossine oltre i limiti

4. Peperoni dalla Turchia (56): pesticidi oltre i limiti

5. Pistacchi dall'Iran (56): aflatossine oltre i limiti

6. Fichi secchi dalla Turchia (53): aflatossine oltre i limiti

7. Carni di pollo dalla Polonia (53): contaminazioni microbiologiche (salmonella)

8. Nocciole dalla Turchia (37): aflatossine oltre i limiti

9. Arachidi dagli USA (33): aflatossine oltre i limiti

10. Pistacchi dalla Turchia (32): aflatossine oltre i limiti

11. Peperoncino dall'India (31): aflatossine e salmonella oltre i limiti

12. Albicocche secche da Turchia (29): solfiti oltre i limiti

13. Noce moscata da Indonesia (25): aflatossine oltre i limiti, certificato sanitario carente

14. Carni di pollo dai Paesi Bassi (15): contaminazioni microbiologiche

Tribù alimentari per scelta ([Fonte](#))

- Vegetariani: eliminano dalla loro alimentazione la carne animale, in tutte le sue forme: carne vera e propria, ma anche pesce, crostacei, molluschi.
- Pescetariani: non consumano carni rosse o bianche, ma si ciba di pesce, molluschi, crostacei, frutti di mare.
- Vegani: toglie dalla sua dieta anche i derivati animali: parliamo di latte e latticini, uova, miele. I cibi derivanti dallo sfruttamento animale sono completamente esclusi, ma anche gli indumenti e gli accessori in pelle, i cosmetici che non sono di origine vegetale o sono stati testati su animali e qualsiasi forma di utilizzo di esseri viventi per moda, igiene, intrattenimento.
- Vegetaliani: non consumano carne e derivati, ma la loro scelta non viene applicata ad abbigliamento e cosmesi, almeno non categoricamente.
- Flexitariani: per la maggior parte evitano carne e pesce, ma, occasionalmente, li consumano (flessibile, come suggerisce il nome).
- Fruttariani: si cibano solo di frutta
- Crudisti: mangiano solo alimenti crudi, ma non per forza vegetali: un crudista può mangiare anche carne, pesce e uova crude

Tribù alimentari per scelta ([Fonte](#))

- Onnivori: si nutrono di cibi crudi e cotti, cibi di origine vegetale e animale.
- Locavori: mangiano tutto, purché sia stato prodotto nel raggio di un centinaio di km o poco più dal proprio luogo di abituale esistenza.
- Ecotariani: mangiano tutto. Purché ci sia dietro un bel ragionamento dell'impatto ambientale e sul clima del ciclo di produzione
- Macrobiotici: stile di alimentazione soprattutto a base di cereali, ma prevede l'assunzione di pesci.
- Vegetariani: ci si nutre di cibi sia crudi che cotti escludendo cibi animali, vale a dire carne e pesce.
- Vegani: escludono tutti i cibi di origine animale, come latticini, miele e uova. I cibi sono sia crudi che cotti.
- Freegan: recupero gli scarti, soprattutto nel prendere il cibo in scadenza dai supermercati, i quali lo butterebbero senza averlo venduto
- Fruttaliani: solo frutta e verdura, sia cruda che cotta.
- Fruttaliano-crudisti: variante del precedente, escludendo i cibi cotti.
- Fruttariano simbiotici: solo frutta cruda colta e mangiata dagli alberi che incontra o che lui stesso cura