



Il gelo si è appropriato della notte, si esibisce anche questa mattina congelandomi le mani, mentre cerco di sghiacciare il parabrezza dell'auto che dovrà portarmi in città. Il freddo e il gelo pare stamane abbiano rallentato i movimenti di tante persone. Ormai sulla strada che mi condurrà in palestra vedo il sole, che imperterrito incassa secondi preziosi lassù, nel cielo, nel tentativo di offrirmi una bella e luminosa giornata. Io tento di aiutarlo, ascoltando dall'autoradio le canzoni di uno dei miei cantanti preferiti.

Da qualche tempo, sono costretto a frequentare una palestra cittadina, almeno bisettimanalmente, nel tentativo di ridurre i miei dolori alla schiena, dovuti ad un ernia e una discopatia che si sono impadroniti del mio vivere quotidiano.

La palestra è piccolina, un piccolo atrio, con delle ragazze che sorridenti ti accolgono, uno spogliatoio maschile piccolo, un po' datato negli arredi, come le docce e gli annessi locali, ma almeno puliti. Ci si sta un po' stretti quando ci sono i corsi, ma almeno l'animata presenza di plurime persone riscalda un po' l'ambiente, che per la stagione è un po' freddino. Una sala attrezzi con poco spazio di movimento, tanto sono vicini gli attrezzi e un'acquario, come chiamo la sala per la ginnastica. Questo è un locale a forma trapezoidale, ricavato all'interno del capannone, con due pareti coperte da grandi specchi, alti quanto il soffitto e due pareti in cristallo che permettono di vedere l'adiacente sala attrezzi. Il corso di ginnastica posturale che frequento è tenuto da Cristian, un giovane ragazzo, simpatico e gioviale. Tra i miei colleghi corsisti sono, nonostante la mia più non "verde età", il più giovane.

È una bella compagnia eterogenea, dove le nostre attività ginniche sono fatte con un sottofondo musicale anni 70/80, appositamente scelte da Antonio, un corsista ultra sessantenne a cui piace molto chiacchierare e scherzare, e tenta così di riportarci alla memoria le nostre giovanili ebbrezze. Ma i personaggi maschili e femminili particolari sono tanti, da Mirko ex bancario a Ario, contadino salutista a molte signore attempate che chiacchierano di viaggi, cucina, nuore, figli e nipoti. Insomma un bel corso, utile e chiassoso, dove il sorriso è assicurato. Ma la mia attenzione spesso è rivolta con lo sguardo oltre il vetro dell'acquario, ad alcuni ragazzi giovani e non solo, sia uomini che donne, che frequentano assiduamente la palestra e soprattutto l'area dedicata agli attrezzi. Non essendo mai stato un frequentatore di palestre, se non in età scolastica, era ovvio che mi ponessi molte domande. Alcune trovano risposta, altre sono ancora in attesa. Infatti solo attraverso la frequentazione della palestra ho scoperto chi sono gli "spornosexual". Ossia coloro che sono ossessionati dalla forma fisica. Sembrano attratti da questi attrezzi per disegnare e scolpire il corpo e innamorati del loro fisico.

Il termine "spornosexuality" non è nuovo, infatti nasce dalla fusione delle espressioni "sports star" e "porn star", coniato nel luglio 2014 dal giornalista, Mark Simpson, in un articolo per il Telegraph. Costui aveva così definito il fenomeno dell'aumento degli uomini dediti al fitness solo per apparire belli e non per motivi di salute o di divertimento. Un compagno di classe, ossia di palestra, però afferma anche che costoro sono i figli della crisi economica. Ossia, crede che coloro che non riescono a raggiungere uno status rilevante, né a livello lavorativo né a livello sociale provano a valorizzarsi puntando tutto sul proprio corpo. Gli darebbe ragione i social network, infatti tra anche i miei contatti sui diversi social, sono molti coloro che utilizzano come profilo il loro tornito corpo, magari presentato in spiaggia al mare, se non direttamente in palestra. Senza contare poi le foto pubblicate di se stessi su instagram, ma quasi tutti i social network hanno registrato un enorme incremento nella condivisione di immagini di corpi umani scolpiti e perfetti, aiutati anche dalle campagne pubblicitarie con modelli statuari. Se ciò fosse vero, ossia che sempre più uomini, invece di affrontare la vita, preferiscono correre in bagno

davanti allo specchio e farsi selfie a petto nudo, tutto ciò sarebbe veramente triste. Ma forse una parte di ragione c'è l'ha il suo discorso, infatti se costoro fossero salutisti, non ingurgiterebbero manciate di pastiglie anche anabolizzanti o peggio steroidi, o prodotti comunque mirati alla crescita muscolare. Pensare che il clima di austerità abbia convinto sempre più uomini a cercare di affermarsi mostrando il petto nudo mi rattrista assai, ma purtroppo il diffondersi hashtag che documentano i progressi degli uomini ossessionati dal fitness, pare certificare questo vezzo. Io avrei preferito pensare che se costa tempo e fatica mantenere un corpo ben allenato, il guadagno fosse tutto in termini di soddisfazione personale, di salute e nulla di più. Curioso come sono, mi sono fissato l'obiettivo di intrecciare rapporti con qualcuno di costoro. Uno di questi, è un giovane ragazzo che frequenta l'università in città e che mi accingo a conoscere. Costui ha un viso ovale, carnagione chiara, occhi neri e profondi, una folta capigliatura nera e lunga sulle spalle, ma raccolta in un "chignon". Una leggera barba sottile e curata le incornicia il viso, come se fosse una linea che ne determina i contorni. Anche le sopracciglia sono fini e curate. Veste una maglietta e un pantalone "tecnico" blu scuro che pare una seconda pelle incollata sul corpo, tanto da disegnargli torso, glutei e gambe. Non è molto alto, ma direi un'altezza equilibrata. Un collo ben piazzato senza essere troppo tozzo o allungato, i pettorali sono alti, larghi e ben definiti, in linea con l'apertura delle spalle, le braccia hanno muscoli bicipiti arrotondati, deltoidi sporgenti ed avambracci robusti, ciò indice di una alta frequentazione della palestra. I fianchi sono diritti, e qui si comprende perché la sua altezza non penalizza la lunghezza del torace, rendendolo equilibrato. Non so se ha la tartaruga addominale, ma di certo ha una pancia piatta e/o leggermente scolpita. Il profilo delle gambe è dritto, esaltando il corpo e donandogli maggiore armonia, mentre i glutei sono ben rassodati, quasi arrotondati. Non rispecchia di certo il modello di uomo vitruviano, ma in generale il fisico è proporzionato in maniera tale da rispettare i canoni di bellezza da sempre rappresentati dalle pagine patinate delle pubblicità, muscoloso quanto basta ma senza essere eccessivo. Ho modo così di interloquire con lui, sfruttando un po' di attività fisica sul tapis roulant. Dopo una chiacchierata sul mondo universitario, riesco a portare il discorso sulle motivazioni che lo inducono ad essere un assiduo frequentatore della palestra, ovviamente il discorso crisi economica, lavoro ecc.. è a contenuto di tutte le risposte che mi dà. Ma il fatto che la palestra gli offre un posto per fare sport, per scaricare lo stress e la tensione accumulata in università, sono le prime risposte ottenute. Entrando poi più in confidenza, mi racconta come il ragazzo equilibrato muscolarmente, è il modello di ragazzo che le giovani ragazze preferiscono e ciò gli permette un più facile accesso a nuove amicizie. Mi racconta che per riuscire nell'impresa di sfoggiare un fisico che attrae, bastano pochi e semplici accorgimenti, ma che richiedono una buona dose di costanza e uno stile di vita salutare, a partire dall'alimentazione. Abbondante frutta e verdura, minestre e zuppe, di legumi perché contengono fibre e proteine, pane, pasta e riso integrale, latticini magri e yogurt, consumati in quantità moderate e uova, pesce, carne, ma mai insaccati. Bere tanta acqua naturale e quasi nulla alcolici. Quando chiedo cosa intende dire con "quasi nulla", sorride e mi risponde che non è possibile rinunciare all'happy hour, anzi per esattezza mi dice "l'apericena". Ma soprattutto, ci tiene a precisare che se si vogliono ottenere risultati concreti per migliorare l'aspetto fisico la regola d'oro è la costanza. Ci si può allenare in palestra ma anche in casa, l'importante è mantenere elevata la motivazione così da modellare pian piano ogni singola parte del corpo e raggiungere gli obiettivi prestabiliti. Quando tocco l'argomento anabolizzanti e steroidi, mi guarda male e scrolla la testa. Riesco ad arrivare a parlare di coloro che mettono il loro fisico sui social network, qui sorride e mi dice, che ovviamente lui non lo fa, ma conosce molti ragazzi che lo fanno per conquistare qualche nuova

"avventura". Lo incalzo chiedendo se allora tra giovani vi è un po' di gare ad "apparire fisicato", ridendo me lo conferma, aggiungendo che un po' di vanità non fa male a nessuno fintanto che l'età lo permette. Come non dargli torto!

Gli chiedo se l'aumento degli uomini ossessionati dalla palestra e che condividono immagini dei loro corpi perfetti sui social network possa essere una strategia per colmare anche le disuguaglianze sociali e potersi in qualche maniera affermare. Con una risatina afferma che questo tipo di risposta al precariato causato dalla crisi può limitarsi solo a una ben determinata categoria di persone e non certo alla maggioranza dei giovani.

Mi è piaciuta la chiacchierata fatta con questo giovane ragazzo, forse le risposte non sono state totalmente sincere o forse non mi hanno completamente soddisfatto, ma di certo mi ha fatto camminare veloce per oltre trenta minuti sul tapis roulant. Credo che per oggi, dopo aver fatto oltre la mia ora di ginnastica con i miei colleghi "diversamente giovani" e la mezz'oretta di chiacchierata affannosa, per me, sul tapis roulant, con questa mia nuova conoscenza ed aver scoperto qualcosa di più su questa nuova tendenza giovanile, posso riprendere l'auto e tornarmene a casa, dove le fatiche domestiche m'attendono.

Mentre sono in auto, ripenso a quanto ho appreso oggi, e mi convinco che se costoro continuano a pubblicare foto perché hanno idea di guadagnare del capitale sociale, grazie al loro essere "spornosexual", vuol dire che è una delle poche gioie che rimane loro, ed allora perché negarglielo?