

Il sesso che non si fa a letto

Cenare insieme, organizzare un giro per negozi, andare al cinema... Non mentiamo a noi stesse: dopo anni, con il partner di sempre, anche il divertimento può diventare noioso. Il rimedio? Erotizzare i piccoli gesti di tutti i giorni. Per trasformare la routine in una sorprendente avventura di Giusy Cascio

Risponde l'esperto



Marco Rossi
Psichiatra
e sessuologo
È il responsabile
della sezione di
sessuologia della
Società italiana
di medicina
psicosomatica.

Andare a letto insieme è sinonimo di fare l'amore, perché è a letto che si celebra l'unità di una coppia. «Ma una buona trama erotica è fatta di tanti altri momenti sensuali a sorpresa. Sebbene il letto rappresenti il luogo della tradizione e della comunicazione intima, la sfera della sessualità non può esaurirsi qui» spiega Marco Rossi, psichiatra e sessuologo. «Soprattutto in un rapporto consolidato, dove si rischia di cadere nella trappola dell'abitudine, è importante arricchire l'intesa sessuale con particolari "spezie" che la rendano più coinvolgente. Basta poco: uno sguardo nuovo, una fuga romantica, una piccola bugia». Ecco quattro occasioni teneramente maliziose.

Lo shopping del desiderio

«Gli incontri più erotici che ho con il mio compagno sono quelli in cui siamo completamente vestiti. Quando facciamo shopping insieme, per esempio, io sono felice, perché so che cosa ci aspetta, una volta tornati a casa...» racconta Paola, una lettrice, sul forum di *Per Me*. Commenta Marco Rossi: «Questa

testimonianza rivela quanto sia importante riempire di eros la quotidianità con un atteggiamento complice, che si crea e si rafforza centellinando il desiderio, grazie ad allusioni e sottintesi».

La parola chiave: promessa

«Un giro per le vetrine può avere una funzione erotizzante» sostiene lo psichiatra «se la boutique, da territorio neutro, si trasforma in uno spazio in cui misurare la propria capacità seduttiva. L'arma vincente è la promessa. Si può provare un abito e chiedere al partner un parere, per il gusto, sottile, di lasciargli immaginare quanto sarà sexy indossarlo (e sfilarselo) per lui, al riparo da occhi indiscreti. Il messaggio è: «Resisti alla tentazione?»».

Dispetti afrodisiaci

«Un luogo comune da sfatare è che nel sesso vinca sempre la coppia simbiotica, fondata sulla completa sincerità o solo su dolcezza e premure» prosegue Rossi. «L'eros si nutre anche di dolci inganni, ripicche e cattiverie. Non a caso, farsi i dispetti è considerato da sempre un afrodisiaco».

La parola chiave: gioco

Ma litigare, ogni tanto, fa bene esclusivamente perché dopo è piacevole fare pace? «Non solo» aggiunge il sessuologo «è lo spunto per un piccolo gioco di potere. Chi dei due si mostra remissivo e subisce il dispetto potrà recuperare terreno, quando meno l'altro se l'aspetta, sul vero campo di battaglia: quello erotico».

In cucina, in due

«La scena di *9 settimane e 1/2*, il film cult che ha appena compiuto vent'anni, in cui Mickey Rourke e Kim Basinger si ritrovano in cucina in preda alla passione, fa parte dell'immaginario erotico di tutti noi» sottolinea Rossi. «Nella mente del regista, il cibo è un veicolo di scoperta delle zone erogene del partner. Ma il legame tra eros e cibo non si esaurisce in questa funzione esplorativa».

La parola chiave: cura

«Cucinare insieme, preparare piatti dall'aspetto coreografico, assaggiarli, annusarli, assaporarli significa, simbolicamente, "alimentare" il rapporto, nutrire di attenzioni chi ci sta accanto, prendersi cura di lei o di lui» chiarisce l'esperto.



Flirtare come estranei

In una pièce di Harold Pinter, *L'amante*, due coniugi inventano un curioso stratagemma per riaccendere l'eros. La passione scatta quando lui esce dalla porta di casa vestito da marito e poi rientra nei panni di un altro: si finge l'amante della moglie. «Interpretare ruoli diversi dal solito, comportarsi da perfetti estranei, risponde al bisogno di saper sedurre in modo differente» dice Rossi. «Un ottimo antidoto contro la noia».

La parola chiave: identità

«Nell'uomo questo atteggiamento soddisfa la fantasia di avere un "corpo nuovo", all'altezza della situazione» conclude il sessuologo. «Nella psiche della donna, invece, realizza il

sogno di ottenere un'identità emotiva inedita, un volto sconosciuto. A riprova del duplice modo, maschile e femminile, di intendere la recita, segnalò un sito web inglese, www.bamster.com, che ha un grande successo di visite. Riporta brani di un diario erotico, che si possono scaricare e poi riascoltare su iPod, dove la protagonista, una studentessa che preferisce mantenere l'anonimato, si autodefinisce *Faceless*, "senza volto". E, provocatoriamente, chiama il fidanzato, *The body*: "il corpo". Di che cosa parlano questi racconti in prima persona? Guarda caso, di come mantenere vivo l'interesse reciproco, lontano dal letto, in un'intimità fatta di nuove identità e fantasia». ■

Vorrei provare...

Sono tre i luoghi alternativi al letto dove approdano i sogni erotici più diffusi

...IN MACCHINA Secondo uno studio realizzato dalla Klaus Davi & Co., il 22 per cento degli italiani vorrebbe fare l'amore in auto.

Perché La macchina evoca il *fast sex*, il sesso rapido e scomodo. Il vantaggio? «Ha una funzione protettiva per la coppia» spiega Marco Rossi. «In condizioni poco agevoli, infatti, al partner si perdonano le *défaillance* che altrimenti verrebbero condannate. Per esempio, la breve durata del rapporto (per lui) o il mancato raggiungimento dell'orgasmo (per lei)».

...IN ASCENSORE Il *Global Sex Survey*, sondaggio condotto dalla Durex su 317 mila persone di 41 Paesi, svela che al secondo posto in classifica permane la fantasia di fare sesso in ascensore.

Perché «Non c'è niente di più afrodisiaco del rischio che qualcuno ci possa scoprire» dice il sessuologo. «Quella dell'ascensore è una fantasia esibizionistica: in fondo, si desidera essere sorpresi».

...IN AEREO Aumentano gli appassionati degli incontri ad alta quota. Esiste perfino un sito Internet, all'indirizzo: www.milehighclub.com, che raccoglie le iscrizioni di «quelli che lo fanno in aereo».

Perché «In questo caso, il desiderio inconscio che viene chiamato in causa è quello di provare l'ebbrezza della vertigine, di volare alto, prima di tutto con l'immaginazione» conclude Rossi. «L'idea di fare sesso tra le nuvole è una trasgressione romantica, che piace ai sognatori».

PER SAPERNE DI PIÙ

Psicoterapia dell'amore e del sesso

di Francesco Aquilar, Franco Angeli, 20 euro. Un libro con 100 domande, 100 risposte e 3 "commedie psicoterapeutiche". Per rinsaldare l'intesa di coppia.