

SESSUALITÀ

Seduzione e desiderio sono strettamente collegati. Come le fantasie erotiche. Spogliarsi con movenze sensuali davanti al proprio partner, o ballare in modo provocante, rappresenta un gioco seduttivo che può stimolare il trasporto amoroso, quando questo risulti indebolito o, anche temporaneamente, "in panne"

di Chiara Bettelli Lelio

E se ora ti facessi uno **striptease**?

Una delle fantasie erotiche più frequenti nelle donne è quella di esibirsi, nuda o poco vestita, davanti al partner. Le corrisponde una delle più consuete fantasie maschili: immaginare parti spogliate del corpo femminili. Perché non mettere insieme questi desideri femminili e maschili e realizzare i più diffusi sogni erotici, in modo complice? Farlo può essere una strategia di conquista, accrescere il piacere sessuale nella coppia e rappresentare un sistema divertente per combattere il calo del desiderio maschile: un fenomeno oggi in aumento, che può determinare pro-

blemi di prestazione. Anche lievi e alternanti. «Esistono veri e propri "intermittenti sessuali" – spiega E. A. Jannini, docente di Sessuologia medica dell'Università de L'Aquila, –

accettare la sfida di una compagna sempre più simile ad una protagonista di "Sex and the City"».

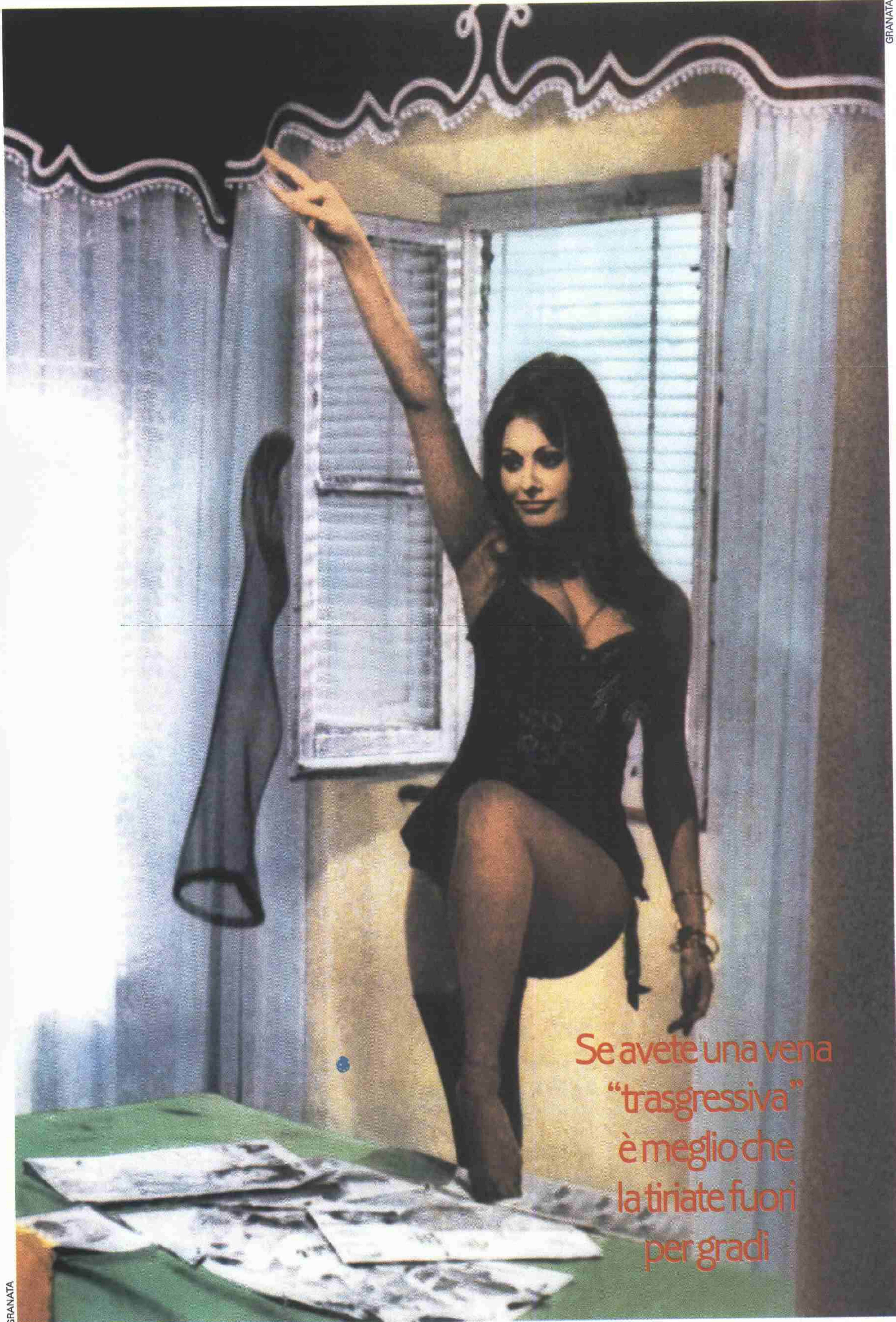
Ad un certo tipo di aggressività femminile e all'erotismo di massa trasmesso di continuo dai media – colpevoli di spegnere il desiderio, invece di "stuzzicarlo" – è possibile rispondere con un erotismo privato, con un'esibizionismo soft, da regalare ad un unico spettatore. Ed è importante che, se si

E se rispondessimo all'erotismo di massa con un esibizionismo soft?

tratta del proprio partner abituale, non si cambi ruolo all'improvviso: se una donna ha sempre avuto un comportamento riservato e schivo, sforzarsi di diventare da un giorno all'altro (o da una notte al-

tratta del proprio partner abituale, non si cambi ruolo all'improvviso: se una donna ha sempre avuto un comportamento riservato e schivo, sforzarsi di diventare da un giorno all'altro (o da una notte al-

A destra, una splendida Sophia Loren si esibisce in un intrigante strip "domestico" nel film "Ieri, oggi e domani".



GRANATA

GRANATA

Se avete una vena
"trasgressiva"
è meglio che
la tiriate fuori
per gradi

SESSUALITÀ



PHOTO MASI

Sopra, Demi Moore in due scene di "Striptease". Nell'altra pagina, un locale di striptease in "Naked Obsession"

►► l'altra) un'esperta di strip o lap dance, può procurare un effetto contrario a quello voluto, sconcertando e intimidendo il partner. È decisamente importante la gradualità e la naturalezza, senza costringersi a seguire esempi che non sono congeniali alla propria personalità.

Questo concetto viene sottolineato in modo spiritoso da Anita Naik nella sua "Guida al sesso" (Guide Pink Generation, Morellini Editore): "Sentirsi obbligate a fare qualcosa può bloccare la propria vita sessuale una volta per tutte. Le riviste e persino i libri possono contribuire a darvi la

sensazione che se non siete audaci e temerarie, a letto non valete nulla. Grazie al cielo non è così! Le ricerche mostrano che la mag-

Mai costringersi a seguire esempi non congeniali alla propria personalità

gioranza della gente non si preoccupa di provare posizioni olimpioniche, ma si accontenta del buon vecchio missionario. Inoltre buona parte di noi non fa sesso in pericolosi luoghi pubblici ma nella stanza da letto, e la biancheria

più osé indossata da molte donne è stata acquistata al supermercato. Non è che siamo tutte noiose, ma essere trasgressive semplicemente non fa per tutte. Se avete una vena trasgressiva è meglio che la tiriate fuori per gradi, specialmente se non volete far scappare un nuovo partner".

La seduzione, che è insita nella natura umana, deve essere vissuta in modo spontaneo, ascoltandosi e cercando di capire la personalità di chi si vuole sedurre. Deve rientrare in quel gioco del corteggiamento che porta alla conquista dell'altro: per la prima volta e poi per le volte che segui-



GRANATA

ranno, durante tutta la durata del rapporto sentimentale.

«La seduzione rimanda alla duplice abilità di sedurre e di essere sedotti, alla duplice volontà di portare qualcuno a sé e del lasciarsi andare all'altro» spiega Giorgio Rifelli, direttore della Scuola di Sessuologia del Centro Italiano di Sessuologia dell'Università di Bologna. «Indubbiamente la seduzione è un evento a rischio, costringendo ad abbandonare le certezze già acquisite o conducendo in luoghi sconosciuti. Ma alla seduzione non si sfugge, lo svolgersi esistenziale si realizza attraverso succes-

sive occasioni, dove si seduce e ci si lascia sedurre. La seduzione è un modello relazionale sperimentato già nel rapporto fonda-

Nella vita, si seduce e ci si lascia sedurre. Si porta qualcuno a sé e ci si abbandona

mentale con la figura materna e successivamente presente in ogni nostro rapporto significativo e coinvolgente con le cose e con gli altri. La seduzione nasce dalla disponibilità ad entrare in contatto con quanto c'è di misterioso in

se stessi, per essere affascinato dal mistero dell'altro».

La seduzione, dunque, rende evidenti i richiami sessuali e stimola il desiderio dell'attività sessuale. Un meccanismo non così semplice come sembra: «Il desiderio è un'emozione, con sede metapsicologica nell'Io e neurofisiologica nell'encefalo, che segnala le prospettive creative dell'accoppiamento e che prefigura il piacere sessuale; consiste nell'aspirazione profonda, sorgente dai visceri, dal cuore e dalla mente, ad unirsi con l'oggetto sessuale» scrive Giovanni Cociglio, direttore

E per imparare... guardate un Dvd!

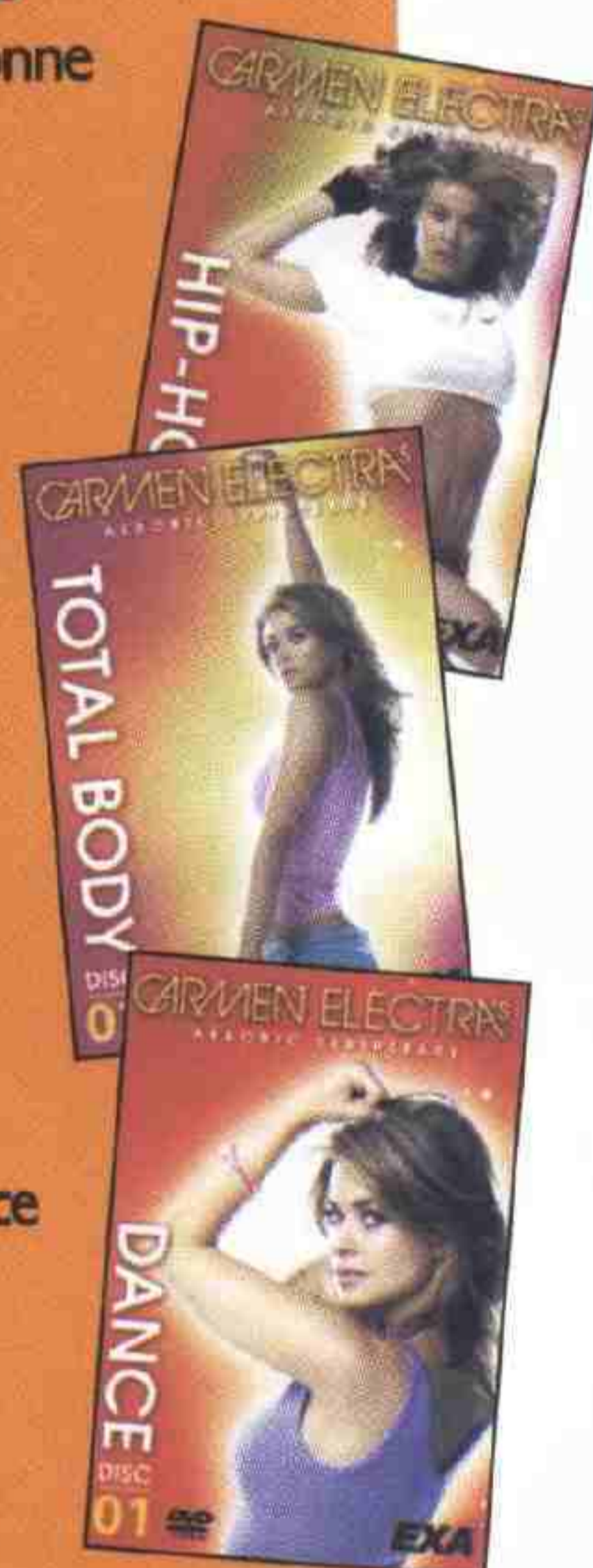
Provate a trarre ispirazione da uno di questi interessanti corsi: "Carmen Electra's Aerobic Striptease" di EXA Media. L'ex bagnina di "Baywatch" - vero e proprio idolo per tutte le donne americane che vogliono mantenersi in splendida forma - insegna a sentirsi belle e seducenti anche mentre si fa ginnastica. Con questa tecnica si riesce ad abbinare il fitness alla sensualità, proponendo 3 tipi di

allenamento, tutti vivacemente illustrati proprio dalla bella Carmen:

- Aerobic Striptease-Dance (danza e aerobica con i suggerimenti del personal trainer delle dive americane Michael Carson)
- Aerobic Striptease-Total Body (per agire direttamente sui punti critici del corpo e renderlo più armonioso);
- Aerobic Striptease-Hip-Hop.

I DVD sono in vendita nei migliori centri commerciali a 9,99 euro l'uno.

E se l'argomento striptease continua ad incuriosirvi, sappiate che esiste una vera e propria Federazione Italiana Striptease (F.I.S.T.) che segue gli artisti italiani e tutte le attività legate a questa pratica sensuale (www.fist.it).





In questa pagina, immagini tratte dal film "Striptease" e dal celebre "Nove settimane e mezzo" interpretato da Kim Basinger.

►► della Scuola di Sessuologia di Torino in "Il Manuale del consulente sessuale" (Franco Angeli Editore). "Il desiderio ha una radice sensoriale-somatica (il cosiddetto vissuto corporeo, che corrisponde alle fonti della pulsione sessuale nella teoria freudiana), una radice affettiva (i sentimenti amorosi, la tenerezza) e una radice simbolica (l'immaginario erotico). Il desiderio innesca l'eccitazione e non

**Se il partner
apprezza, cercate
di non nascondere le
vostre armi seduttive**

deve essere confuso con una semplice intenzionalità razionale di compiere l'atto, determinata da ragioni non strettamente sessuali (dovere, orgoglio, rassicurazione, ecc.) e non supportata dalle tre sor-

genti erotiche profonde sopra menzionate. L'eccitazione nasce dal desiderio e prepara l'orgasmo".

In ogni caso, la seduzione espressa da uno sguardo, da un sorriso, da un modo di muoversi, di camminare e parlare, sino ad un comportamento esplicito e provocante, è psicologicamente un fine gioco di chiaro-scuro, di darsi e rischiare, ma anche di trovare una via di fuga per poter uscire dal gioco se la risposta dell'altro non c'è, oppure se il risultato della propria provocazione sessuale non è certo.

Ma quando intuite che il vostro uomo apprezza un atteggiamento più disinibito di quello che mostrate di solito, sforzatevi di non ritrarvi, di nascondere sempre le vostre armi (e arti) seduttive, di non impigrirvi: ad esempio, non spogliatevi sempre al buio, chiuse a chiave in bagno, avvolgendovi in un informe accappatoio e poi in una tuta, oppure tuffandovi rapidamente sotto le lenzuola. Potete fare di meglio... ■