

25  
cose che  
lo fanno  
impazzire a letto

■ Si sa, in tempi di recessione la creatività va alle stelle e i suoi effetti possono essere entusiasmanti, soprattutto sotto le lenzuola. Allora perché non scateni la tua, per provare qualcosa di nuovo assieme al tuo uomo? Stiamo parlando di sesso, ovviamente, che si rivelerà un ottimo investimento, soprattutto se il tuo lui è un tipo un po' "avaro" di fantasia. Vi verrà voglia di spegnere il cellulare, Facebook e la tv, per concentrarvi soltanto su di voi. Qui trovi 25 dritte sessissime, da capitalizzare subito.

**1 E adesso spogliati... ma non troppo** Non è vero che i maschi vanno fuori di testa solo alla vista di una donna completamente nuda. Quando fate l'amore, prova a non toglierti le scarpe o a tenerti addosso una collana o le calze autoreggenti; gli sembrerai diversa dal solito e, si sa, il letto è uno dei posti dove agli uomini le novità piacciono di più.

**2 Specchio delle mie brame** Per dare sprint a un classico, basta cambiare la visuale.

«Un mio paziente mi ha detto di aver scoperto, per caso, un modo più eccitante per fare sesso orale», rivela la sessuologa Roberta Rossi. «In preda a uno slancio di passione, la sua fidanzata lo ha deliziato appena entrato in casa, nell'ingresso, dove c'era uno specchio a figura intera. Pare che la doppia visione di lei, sia da sopra che di fronte, lo abbia mandato in estasi. E che da quella volta lui abbia messo uno specchio anche ai piedi del letto».

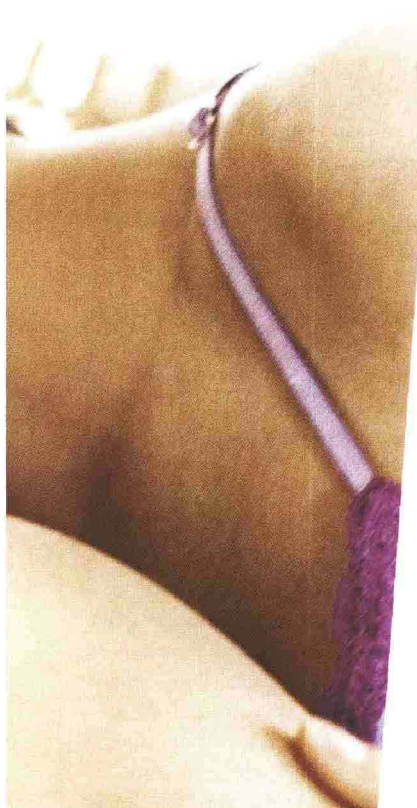
**3 Prendilo "di petto"** Chi ha detto che per un massaggio si possono usare solo le mani? Riscaldati tra i palmi un po' di crema

per il corpo o dell'olio di mandorle, poi spalmatela sul seno e sfioragli tutto il corpo, ma usando soltanto il décolleté: l'idea che tu lo stia toccando proprio con "quello" gli offrirà un favoloso effetto afrodisiaco.

**4 Sì, io lo faccio da sola** Secondo il Global Sex Survey Durex, il 68% degli uomini si eccita se guarda una donna masturbarsi. Per trasformare la sua fantasia in realtà, ma senza farlo sentire escluso, fai così: chiedigli di penetrarti e poi comincia a toccarti da sola. La dolce attesa di sentire il tuo piacere che sale poco alla volta mentre è dentro di te gli regalerà uno degli orgasmi più intensi e liberatori che abbia mai provato.

**5 Sfrutta la shoppingmania** Se ti sei appena comprata un completino sexy on line, mandagli una mail con il link, alla pagina dove lo può vedere fotografato, e rivelagli che ne apprezzerà presto l'effetto anche dal vivo, su di te. Poi chiedigli di segnalarti un sito con una posizione che gli piacerebbe provare quella sera. Quando vi vedrete avrete ben poco bisogno di preliminari...

**6 È al cellulare? Perfetto!** Gli uomini adorano essere stuzzicati quando meno se l'aspettano. «Ad esempio, mentre parla al telefono, sfilagli i pantaloni e passa all'azione senza dirgli una parola. La sorpresa, sommata al fatto di non potersi lasciare andare, aumenterà l'intensità del suo godimento», suggeriscono Cynthia Gentry e Nima Badiiey in *What Men Really Want in Bed* (su [www.amazon.com](http://www.amazon.com), € 10). ➤



Hai già pensato al regalo di San Valentino? Qui trovi una marea di sorprese calienti per giocare con il tuo uomo. Considerale un investimento per il vostro futuro... erotico. Avranno il magico effetto di farvi sentire più affiatati per scoprire insieme le vette del piacere **di Lucia Corna**

FOTO DI WADELY

sex & love → hot

**7 Stanotte sei mio!** Non temere di mostrarti assertiva tra le lenzuola: ai ragazzi esalta l'idea di essere "posseduti".

«Un sera divertiti a giocare alla bad girl: spogliati, poi chiedigli di farlo stando tu sopra di lui. E nei "passaggi" più hot, trattienigli le mani con le tue: lo farai sentire molto più desiderato e anche un po' "usato", una sensazione che per gli uomini non risulta affatto spiacevole, anzi», chiarisce la sessuologa Laura Rivolta.

**8 Piaceri d'ufficio** Passa a salutarlo e lascialgli un tuo souvenir sulla scrivania. Ma non pensare ai soliti messaggini hard o ai cioccolatini. Qui si tratta di lavorare sui ricordi e sulla sua fantasia. Una sera che lui rimarrà in ufficio fino a tardi, passa a trovarlo e convincilo a farlo proprio lì, tra la sua poltrona e il pc. Il giorno dopo, quando tornerà al lavoro e si rimetterà alla scrivania, non potrà fare a meno di pensare a te e di comporre il tuo numero per invitarti a uscire.

**9 Giro di boa** Sfrutta la forza di gravità e i suoi effetti sulla circolazione. Mentre lui è sotto, avvinghiatevi l'un l'altro con le braccia e ruotate su voi stessi di 180 gradi. L'effetto upside down gli regalerà un rapido aumento del sangue a livello genitale, che farà salire il suo piacere.

**10 Ripassa dal Via** Un sondaggio del sito [www.asylum.com](http://www.asylum.com) rivela che il momento più apprezzato dagli uomini durante il sesso è quello della penetrazione. Entrare nel corpo di una donna, con tutte le sensazioni di calore e avvolgimento che ne conseguono, è il top. Allora lascialo tornare sui suoi passi, regalandogli qualche bis. Dopo una serie di spinte, chiedigli di uscire e prova a stimolarlo con le mani, poi ricominciate!

**11 Affacciati, amore mio** Quasi tutti gli uomini, sotto sotto, sono esibizionisti. Proponigli di farlo appoggiati al davanzale della finestra, ma con le luci spente. «La visuale sull'esterno gli farà comunque assaggiare il brivido di poter essere visti mentre lo fate, senza correre il rischio di una imbarazzante denuncia», osserva Rivolta. E non è detto che, una volta assaggiato, quel sapore voyeuristico non finisca per piacere anche a te.

**12 Baci proibiti** La spina dorsale è tra le sue zone più innervate e sensibili. La prossima volta che lo baci sul collo, procedi sfiorandogli con le labbra e con la lingua la colonna vertebrale, dalla cervicale fino in basso, vicino alle sue zone clou posteriori. Il fatto che ti avvicini così tanto aggiungerà quel tocco di proibito che lo renderà speciale: e un uomo va in estasi se una donna sconfigge un tabù per lui.

**13 Coccola il suo ego** È questa la zona più erogena di un uomo. Niente lo fa gongolare quanto i complimenti a letto. Frasi tipo «Sei l'unico con cui non ho mai dovuto fingere» o «Tu sai cosa piace a una donna» danno più dipendenza di un orgasmo. A ricordargli di chiamarti, penserà la sua autostima.

**14 Dietro le mani** Il doggy style è la posizione preferita dai maschi. Lo dicono sia esperti che sondaggi. Ma per dargli uno sprint diverso da quanto

il tuo lui ha provato finora, «mentre ti penetra da dietro, allunga una mano e cerca di massaggiargli con dei movimenti circolari e avvolgenti i testicoli, una zona che in questa posizione viene spesso trascurata e che, invece, è fondamentale per garantire un'erezione soddisfacente e duratura», suggerisce Rossi.

**15 Attiva il Missionario** Una delle cose che smontano di più un uomo? Una partner passiva. Lo dice uno studio della Johns Hopkins University. Se vuoi fargli sentire la tua partecipazione durante il classico missionario, porta le gambe in alto, incrociale all'altezza dei suoi reni e asseconda le spinte con i polpacci. Lui si sentirà meno "trapano solitario" e tu ci guadagnerai: questa variante gli permette di penetrarti più a fondo.

**16 «Amore, ascoltami!»** Fagli provare il brivido di istruzioni hot sussurrate. «A volte agli uomini piace essere guidati dalla partner, invece di doversi sentire alla sua altezza e indovinare sempre che cosa le piace», osserva il dottor Marco Rossi. Allora chiedigli pure tutto quello che vuoi, come se fosse al tuo totale servizio. Non gli sembrerà vero di aver trovato qualcuno che sa tirare fuori il meglio di lui, facendolo pure divertire.

**17 Riscaldalo via mp3** Mentre ti sfiori da sola, registra la tua voce, poi inviagli il file audio per e-mail. «Se sei sicura che davvero lo ascolti solo lui, faglielo trovare tra le playlist del suo iPod», suggerisce Ellen Willer, autrice dell'istruttivo manuale *Kamasutra al femminile* (Morellini, € 17,90). A eccitarsi non saranno soltanto i suoi timpani!



## 18 Chiudi la porta E il mattino dopo non eccedere con le intimità.

Secondo un recente sondaggio realizzato dalla Durex, il 46% degli uomini non ama che la partner di una sola notte tenga la porta aperta mentre va in bagno, perché lo ritengono un comportamento decisamente troppo confidenziale per i primi tempi. E non c'è modo più sicuro per mettere in fuga un uomo che fargli sentire troppo presto aria di familiarità.

## 19 Anticipa le sue mosse Ogni tanto fai tu qualcosa che, di solito, fa lui per primo.

Come sbottonargli i pantaloni oppure toglierti tu gli slip invece di lasciare che sia lui a infilarti la mano sotto la gonna. «Ne ricaverà una sensazione di sorpresa che manderà segnali positivi a quella zona del cervello che controlla il suo livello di soddisfazione», spiega lo psichiatra Marco Ponzano. «E a tutti i suoi centri nervosi, infondendogli un diffuso senso di amore e benessere che lo farà "durare" di più».

## 20 Bikini fuori stagione

In questo lungo inverno, sorprendilo con un po' di carne al vento. Sono mesi che l'unico momento in cui ti vede girellare nuda per casa è quando esci dalla doccia. Una sera (per una volta il Pianeta ti perdonerà) alza il riscaldamento e aprigli la porta in tenuta estiva, se non in due pezzi magari con un top ombelicale e un paio di shorts. Alla vista della tua pelle nuda ti salterà addosso senza nemmeno togliersi il cappotto.

FOTO DI WADLEY.

## 21 Il buongiorno si vede dal mattino

Se passate la notte insieme, diventa tu la sua sveglia. Secondo il *Journal of Sex Research* il 73% degli uomini vorrebbe che la sua compagna lo risvegliasse "oralmente". Il che, come avrai intuito, non c'entra con le frasi dette ad alta voce...

## 22 «Giochiamo?» Aiutalo a sdrammatizzare la pausa preservativo.

Per un sondaggio del sito [www.health.com](http://www.health.com), è uno dei momenti più imbarazzanti per un

uomo. «Prova a trasformarlo in un gioco», dice Susan Crain Bakos in *The Sex Bible* ([www.amazon.com](http://www.amazon.com), € 11). Magari nasconditene uno addosso e invitalo a cercarlo, oppure aiutalo a indossarlo come se lui fosse il malato e tu l'infermiera: la fantasia di ruolo che funziona sempre».

## 23 Vai per strati Non avere fretta di mettere subito le mani sull'obiettivo, scartalo poco alla volta.

Ossia approfitta di tutti i suoi strati di vestiario, prima sfiorandolo attraverso i pantaloni, poi passando ai boxer fino al tocco diretto a pelle. «Creerai un clima ascendente di eccitazione che, diventando sempre più intenso, lo porterà al top in maniera più graduale», sostiene Susan Block-Filangeri in *Le 10 regole per dare piacere a un uomo* (Armenia, € 7,20). «E molti apprezzano una donna che sappia farli arrivare al piacere grado per grado».

## 24 Prendilo alle spalle Per una volta, dietro di lui, mettili tu.

In questa posizione potrai eccitarlo manualmente e fargli provare le stesse sensazioni di quando si sfiora da solo, in quanto la posizione del tuo palmo è la stessa. Ma con te scoprirà che è anche meglio, perché potrai sussurrargli parole hot o baciargli il collo, dandogli brividi extra.

## 25 Mantieni il contatto visivo Guardalo dritto negli occhi il più spesso possibile.

Forse ci sono momenti in cui può sembrarti imbarazzante o difficile, presa come sei dalle sensazioni del momento: ma è il modo migliore (e più sexy) per dimostrare a un uomo che sei lì con lui, e apprezzi quello che state facendo insieme. □