

## **Cinque domande sul sesso da fare al proprio partner - Una vita a due felice parte da un'intimità.. senza vergogna!**

Categoria : **MISTERI NASCOSTI**

Pubblicato da [Adriana Abussi](#) in 16/10/2014

**07:00** - Dovremmo essere disinibiti e aperti, eppure con chi vive a fianco a noi e ci conosce sotto ogni punto di vista spesso diventa persino più difficile lasciarsi andare e essere autentici, soprattutto nel sesso. Vittime sacrificali di Hollywood, di frequente finiamo per confondere l'incontro fra le lenzuola con una performance a metà fra prestazione hard e ginnastica artistica. Al contrario i desideri nostri e dell'altro in fondo sono molto più semplici di ciò che si possa pensare. Basta chiedere...



La prima regola è **sbarazzarsi del timore** di essere giudicati. La paura del giudizio può risultare una schiavitù totalizzante in grado di erodere il rapporto giorno dopo giorno, perché sostituisce al sano dialogo lunghi silenzi fatti di incomprensione e mancanza di coraggio. Scegli il momento giusto per chiacchierare col partner in modo da poter esporre con facilità le necessità più intime. Essere in una **relazione** significa esercitarsi a entrare in contatto con i bisogni più profondi di noi stessi e dell'altro. Ricorda che il sesso non inizia né finisce in camera da letto, ma nasce e muore nella testa. Una semplice carezza, un bacio o uno sguardo che vale più di mille parole, insieme al sapersi cercare e continuare a trovare è il territorio su cui si innesca un dialogo che nasce dal cuore.

**1 Quali sono le tue zone erogene?** Questa semplice domanda è fondamentale per capire i desideri profondi del partner e disegnare una mappa del piacere che coinvolga entrambi. Naturalmente anche tu devi dare una tua risposta al quesito: più che discorsi serve la pratica. Accarezza con la punta di un dito il suo piede e procedi lungo la caviglia, fino ai capezzoli e il collo: carezze profonde e massaggi **suparti delicate** come orecchie e testa riescono a scatenare una vortice di sensazioni. Osservando le reazioni dell'altro sussurra una frase semplice e diretta come &ldquo;Ti piace

così?». Quando il ghiaccio si è sciolto lasciatevi andare a raccontare le mosse dell'amore che vi fanno impazzire, in un attimo passerete dalla teoria alla pratica.

**2 Com'era per te il sesso da adolescente?** Parlare di ex può condurre verso un territorio pericoloso fatto di gelosie retroattive e sottili invidie, a meno che la coppia non sia davvero collaudata e in profonda sintonia. Tuttavia tornare all'adolescenza e ai tempi in cui l'approccio al sesso era nella primavera della vita può essere decisamente più soft... e divertente! **Evita malizie** o battute poco felici sulla vostra vita precedente: per funzionare e creare una condivisione basata sulla confidenza l'approccio deve orientarsi sul territorio del gioco. Divertitevi a raccontare uno all'altro i primi amori, le passioni (a quel tempo spesso esclusivamente platoniche) e i goffi approcci ai misteri del sesso: scoprirete tanto del partner e la vostra complicità assumerà una **sfumatura decisamente hot**, perché ciò che rende forte una coppia è la capacità di essere complici, autentici, uniti.

**3 Cosa vorresti fare stasera?** Secondo una recente stima in Giappone il 23% degli adolescenti preferisce il sesso virtuale a quello reale. Quel che è certo è che il sesso nasce nella nostra mente ancora prima che nel corpo: stuzzicare il desiderio fa parte del gioco d'amore e mantiene alta la passione, perché significa passare all'altro il messaggio «Mi piaci e ti desidero ancora, anche fra le bollette, i bambini e le suocere invadenti». Niente è più erotico che continuare a desiderarsi anche nel caos casalingo. Forse durante la giornata la routine e gli impegni vi dividono: un messaggio del tipo «Cosa vorresti fare stasera?» in versione hot può scatenare una maliziosa conversazione da attuare... la sera stessa! Le **fantasie** quando sono realizzabili insieme danno sale all'esistenza quotidiana.

**4 Che cosa non ti piace?** Di frequente si evitano discorsi dettagliati verso ciò che non amiamo e non suscita il nostro piacere: sbagliato, perché con la giusta consapevolezza si può efficacemente modificare o aggiungere un gesto in grado di soddisfare più in profondità entrambi. Per semplificare le cose afferra la sua mano e guidala nelle modalità che più riescono a accendere i tuoi sensi. Nel frattempo cogliete l'occasione per raccontarvi un aneddoto: partire da un fatto realmente accaduto, magari raccontandolo in versione ironica e divertente grazie alla sua collocazione nel passato, può sciogliere l'atmosfera.

**5 Dimmi cosa desideri:** questa è la domanda alla base di ogni rapporto che sia veicolo di passione, amore, sesso, conoscenza profonda dell'altro. Ciò che desideriamo parte dal corpo per raggiungere l'anima: la cura dell'altro è tentare di comprendere ogni giorno cosa desta l'attenzione del partner, ciò che solletica il suo eros, ma riguarda anche le modalità con cui si concepisce il piacere. Osserva l'altro: le risposte su ciò che desidera possono arrivare attraverso messaggi che il corpo continuamente offre e di cui poche volte ci soffermiamo a leggere il significato. Non smettere di chiedere, né di esprimere ciò che ti fa stare bene. Per costruire un territorio di passione giorno dopo giorno è necessario mostrare la propria vulnerabilità: fiducia, ironia, capacità di essere accessibili e aperti all'altro, insieme a una sana risata liberatrice vi aiuteranno a alimentare un **rapporto intenso**... fra le lenzuola e fuori dal letto.

