

sessu

Altro che weekend in coda al casello.
Il vero viaggio lo puoi fare tra le lenzuola.
Percorrendo i 18mila centimetri quadrati
del suo corpo. Hai paura di perderti?
Cosmo ti ha preparato le mappe di tutti
i suoi punti più hot. E vedrai: poi sarà
lui a non voler trovare la strada di casa

DI PAOLA BRAMBILLA

LE VIE DEL PIACERE SONO INFINITE



■ Anche a noi le lezioni di anatomia a scuola non sono mai piaciute. Però, visto che il corpo umano (soprattutto quello maschile) è sempre un argomento interessante da sfiorare, ricordati almeno questa nozione: sotto quei vestiti ci sono diciottomila centimetri quadrati di pelle, costellati da un milione e mezzo di invisibili recettori sensoriali che aspettano solo di essere stuzzicati nel modo giusto. Una meravigliosa cartina geografica da percorrere con i tuoi mezzi di "trasporto" preferiti: baci, carezze e... ma non dobbiamo dirti proprio tutto, no? «Esistono tanti punti segreti per dare il via alle sensazioni più intense: divertiti a scoprirli e a toccarli seguendo ogni volta un ordine diverso», dice Maria Saccà, psicologa e sessuologa a Pavia. Se, per cominciare, vuoi qualche spunto sul tragitto che più infiammerà il suo corpo, dai un'occhiata ai percorsi che abbiamo preparato. Scegliendo l'itinerario che ti attira di più.

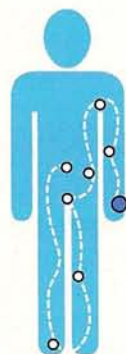
SS1 TANGENZIALE

GUIDA SULLA CORSIA PIÙ ESTERNA

Come avrai già capito, in questo viaggio sei tu a essere piazzata sul sedile del conducente. Quindi lascia che il tuo ragazzo si metta comodo e sfodera le tue doti da autista provetta (vedrai che dopo non dirà più: "donna al volante pericolo costante").

Parti subito facendo scorrere piano le dita e la lingua lungo tutte le parti più esterne del suo corpo, proprio come se fosse una lunga tangenziale. Il bello è che qui non trovi ombra di traffico e puoi spaziare come preferisci da una corsia all'altra. «Per prolungare le sensazioni e l'attesa, parti lontano dall'inguine», consiglia Felice Dunas, specialista in agopuntura e autrice di *Il gioco della passione* (Edizioni Corbaccio, € 13,94).

Metti in moto verso la parte interna del suo polso sinistro, dove la pelle è sottile e ricca di terminazioni nervose molto sensibili. Prima, però, succhia un cubetto di ghiaccio per inumidirti la bocca, poi sfiora delicatamente la sua pelle con la punta della lingua, e continua a stuzzicarlo lungo la parte interna del braccio. "Parcheggia" per un po' nell'incavo del gomito (altro punto ad alto tasso erotico), tracciando ampi cerchi con la lingua. Quan- ➤



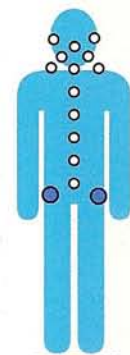
DAVANTI

do senti che i suoi ormoni rispondono alle tue coccole, rimettiti in marcia, scivola con la bocca fino all'ascella e poi sterza dolcemente, scendendo lungo il lato più esterno del torace. Altra fermata hot: la piega sensibile dell'inguine, un punto davvero esplosivo, perché molto vicino ad altre zone più calde. Tu però per ora ignorale, e dopo averlo "torturato" nell'interno coscia con baci e colpetti della lingua, scendi lungo la gamba, proseguendo fino al piede. Qui cambia corsia e ripercorri il tragitto in senso contrario, sull'altro lato del corpo. Per travolgerlo con una sensazione conturbante, prova a fargli scorrere un cubetto di ghiaccio sulla pelle. Poi soffia su tutto il percorso: il contrasto tra il freddo e il tepore del tuo respiro risveglierà una a una tutte le sue terminazioni nervose. A questo punto il suo "motore" è del tutto su di giri. È il momento giusto per dare un altro colpetto all'acceleratore: senza smettere di sfiorarlo con le labbra, spingiti quasi fino al pene, ma... sul più bello fai una brusca deviazione e sali verso l'ombelico. «Se ritardi a sfiorare le parti intime, le prepari a un piacere più intenso», spiega Saccà. Adesso non ti resta che "concludere", guidandolo dentro di te. Ma prima, fallo stare ancora un po' sulla corda: all'inizio lascialo inserire solo la punta del pene. Poi, poco alla volta, consenti la penetrazione più decisa. Non stupirti se si metterà a suonare il clacson.

SS2 RETTILINEO

PER ARRIVARE PRIMA, VAI COL TURBO

Preferisci optare per un brivido intenso e immediato? Imbocca al volo la scorciatoia e tuffati "a pesce" sui suoi punti più caldi. Se vuoi che il piacere arrivi in fretta, il trucco è cercare di non allontanarti troppo dalle sue zone erogene principali. «Quando mi sento scatenata lo faccio sdraiare, gli sfilo i pantaloni e gli salto letteralmente addosso», racconta Cristina, responsabile di negozio di 29 anni. Il meccanismo è semplice: più gli lasci percepire la tua frenesia, più lui si accenderà di desiderio. Per risvegliare i sensi, comincia da un bacio appassionato. «Le labbra e la lingua sono piene di neurosensori, che scatenano l'invio in tutto il corpo di



DAVANTI

minicorrenti elettriche, capaci di far scattare intense sensazioni di piacere», dice Saccà. E visto che questo viaggio ha come meta una soddisfazione intensa e immediata, datti da fare e scendi in fretta con la bocca lungo il busto. Come "carburante" per andare a tutta birra puoi usare piccoli morsi o veri e propri "succhiotti" nei punti più sensibili, come i capezzoli e la pelle che circonda l'ombelico. Ormai avete infranto il limite di velocità (e per questa volta nessuno vi farà la multa).

Adesso non ti resta che ingranare il turbo. Come? Tocandolo subito "li". Ma dimentica le carezze troppo delicate: «Per quanto il pene sia una parte del corpo estremamente sensibile, quasi tutti gli uomini si eccitano moltissimo se dopo una stimolazione più leggera vengono "maneggiati" con un po' più di forza», spiega Saccà. «Molti amano una pressione decisa, sui genitali». Quando avrà le pulsazioni forti come un martello pneumatico, mettiti a cavalciare su di lui e lascia che ti penetri. C'è qualcosa di molto sexy nel farlo guardandosi in faccia. Osservando le sue espressioni, puoi ricavare indicazioni utili per decidere il ritmo delle spinte. E "funziona" anche per te, perché lui può stimolarti il clitoride con le dita: una mossa che ti farà raggiungere sensazioni ancora più sprint.

È ora: passagli il volante

Datevi il cambio. Ecco come guidarlo verso i tuoi sentieri più hot e inesplorati

Le tue zone erogene le conosci già. Ma sulla tua pelle ci sono altri punti "delicati", a cui forse non hai mai pensato: sfiorati nel modo giusto, preparano il corpo a un piacere più intenso. Ecco la mappa per scoprirli.

Prendigli le mani, mettile sulle tue ginocchia e lascia che ti accarezzi il lato interno della parte bassa delle cosce, con cerchi concentrici leggerissimi. Fai in modo che risalga verso l'alto, fino quasi all'inguine, ma senza arrivarci davvero. Ti senti



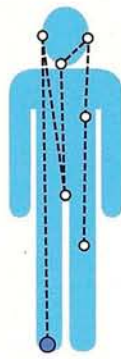
in vena di osare? Avvicinagli la testa al tuo ombelico: qui la pelle è molto sensibile. Poi, se fa tappa da quelle parti, troverà la strada verso mete più hard.

A pancia in giù, fatti fare un massaggio sulla schiena. Tra le scapole c'è una zona molto sensibile, che baciata o accarezzata provoca forti sensazioni. Lascia che ti sfiori lungo la colonna vertebrale. Quando arriva in fondo, ti basta alzare il bacino per fargli capire come ti piacerebbe continuare.

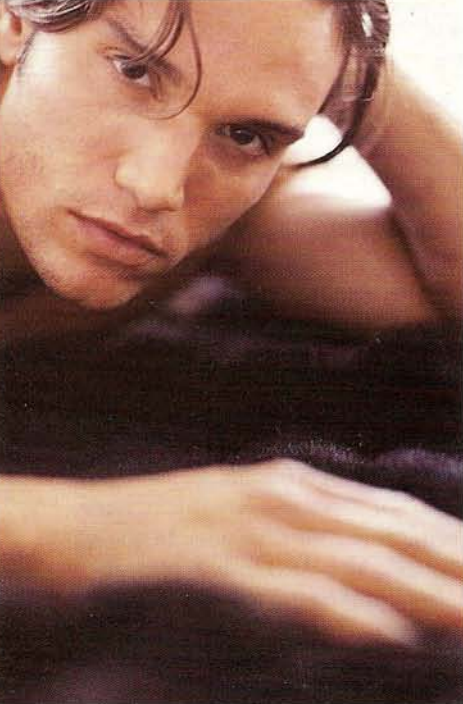
SS3 SUPERSTRADA

PROVA L'EBBREZZA DELLE INVERSIONI A U

Che viaggio sarebbe, senza un filo d'imprevisto? Con inversioni di marcia inaspettate, puoi scatenare una tempesta di adrenalina: se fai in modo che lui non indovini dove lo toccherai di volta in volta, infatti, l'effetto "brivido caldo" è assicurato. «Un percorso a sorpresa è eccitante perché il cervello non riesce a prevedere il prossimo punto di contatto», afferma Saccà. La pregustazione e l'attesa faranno ribollire la tensione erotica. Inizia dal basso, con un massaggio ai piedi: può essere molto stimolante, perché secondo i riflessologi le nostre estremità sono direttamente collegate agli organi sessuali. Strofina delicatamente le dita del tuo ragazzo fra il pollice e l'indice, con un movimento "su e giù". Poi comincia a succhiarle, muovendoti a zig-zag e saltellando da un piede all'altro. Visto che quello che conta qui è il fattore sorpresa, escogita cambi di scena inaspettati. Per esempio, passa dai piedi all'orecchio (trascurando tutto quello che sta in mezzo) e giocherella per un po' con il lobo. Mentre lui rabbrivisce di piacere, fai un salto nella zona



DAVANTI



pancia in giù e mettiti a cavalcioni su di lui. Massaggiagli la testa tracciando piccoli cerchi con la punta delle dita. Con una partenza così, capirà al volo che strada facendo ci saranno tante curve dolci (le tue) e un lungo rettilineo che porta dritto al piacere. Mentre fantastica sul vostro viaggio, bacialo sul collo, vicino all'attaccatura dei capelli: è una zona supersensibile. Premigli i palmi contro le spalle e lungo i lati della colonna vertebrale, scendendo fino ai glutei. «Cerca di non sollevare mai le mani dalla pelle», consiglia la sessuologa. «Più il contatto è continuo, più è stimolante». Se l'idea ti piace, puoi rendere il tutto più sensuale con un olio da massaggio al sandalo (lo trovi nelle erboristerie e in farmacia). Una variante dry? Sulle lenzuola e sulla sua pelle spargi del talco non profumato (agli uomini in genere non piacciono le fragranze troppo forti). Il talco crea una sensazione setosa e sensuale e raddoppia il piacere derivante dal tocco delle tue mani. Come continuare il massaggio? Strofinagli l'osso sacro e la fossetta appena sopra al solco delle natiche: è un punto di-



DIETRO

rettamente collegato alla catena dell'eccitazione maschile, che il sessuologo Gérard Leleu, nel libro *Il trattato delle carezze* (Red Edizioni, € 5,99), definisce "la porta del paradiso". Poi vai a scoprire il suo tesoro più nascosto, il perineo, la piccola zona di pelle fra i testicoli e l'ano. Secondo il pensiero orientale, è il punto sessuale più potente dell'uomo. Se viene premuto, invia un flusso di energia erotica che si diffonde in tutte le parti del corpo. Parti con un massaggio leggero e poi premi più forte (ma prima assicurati che gli piaccia). Segui l'antica tradizione tantrica e concludi con il "rapporto immobile". Quando lui è parzialmente eccitato, ma non ancora al top, guidalo dentro di te e resta ferma per un po', concentrandoti sulle sensazioni che provi mentre il suo pene "cresce". Poi muoviti su e giù superlentamente. «Sentendolo espandere contro le pareti vaginali, proverai i sottili piaceri che normalmente non avverti», dice Stefania Piloni, ginecologa del Centro di medicina naturale dell'Ospedale San Raffaele-Resnati di Milano. «È un modo di fare l'amore che aiuta l'uomo a mantenere il controllo e a resistere, con una prestazione più duratura. Le spinte, quando finalmente arrivano, saranno piacevolissime e molto intense per entrambi». □

"rossa" e sfodera la tua abilità nel sesso orale, ma solo per qualche secondo. Poi inventati nuovi punti da stuzzicare, passando, per esempio, dal collo alla clavicola ai capezzoli, per poi dirigerti all'incavo del ginocchio e infine all'inguine. Un'idea irresistibile? Il party alla frutta che consiglia Anne Hooper nel suo libro *Sex Games. Giochi Erotici* (Idealibri, € 12,39). Chiedigli di tenere gli occhi chiusi mentre nascondi fragoline di bosco e mirtilli in punti strategici, come ombelico, palmi delle mani, incavo fra collo e clavicola. Prendili con la bocca e poi mettili sulla sua lingua. La morbidezza delle tue labbra e la freschezza della frutta sono il preludio ideale alla conclusione più hot. Con lui sdraiato, mettili in modo da avere la bocca vicina al suo inguine. Tienigli le cosce aperte con gli avambracci e, con la lingua, disegna gli una catena di anelli lungo il pene. Man mano che ti avvicinerai alla punta, lui si avvicinerà al decollo.

SS4 PANORAMICA

A VOLTE È BELLO ANCHE ANDARE PIANO

Non è obbligatorio partire in quarta e viaggiare sempre alla velocità della luce: anche le emozioni vissute al rallenty possono essere molto scoppiettanti. Per una serata dolce e un filo tantra, rispolvera l'arte del massaggio. Qualche idea? Prima di tutto, spogliati. Fallo sdraiare a

Scusa, mi faresti...

Che carattere ha il tuo ragazzo? Vero duro o super romantico, ecco i trucchi per "piegarlo" ai tuoi desideri

È un tipo timido Rispetta la sua delicatezza, non dire niente e lascia che parli il tuo corpo. Quando lui fa qualcosa che ti piace, emetti sospiri di piacere. Impara a "guidare" le sue mani con le tue, facendole scivolare dove vuoi. Non capisce? Prova a fare tu a lui quello che vorresti.

È un vero macho Parla chiaro e digli quello che vuoi senza troppi giri di parole. Molti uomini, anche quelli che di solito mostrano una scorza da duro, si eccitano tantissimo se ogni tanto possono assumere un ruolo un po' più passivo nel rapporto di coppia.

È molto estroverso A lui puoi chiedere liberamente. Accendi il suo interesse con frasi tipo: «Mi piacerebbe tanto che tu...» oppure «È stato molto bello l'ultima volta quando...». Capirà al volo a cosa ti riferisci.

È un giocherellone Stuzzica il bambino che c'è in lui. Al prossimo "corpo a corpo", proponi una caccia al tesoro: se indovina i tuoi punti più sensibili, gli permetterai di realizzare una delle sue fantasie erotiche più segrete. Si fionderà sulla tua pelle per una ricerca davvero stimolante.